# Педагог: Букатова Лилия Ивановна Объединение по интересам «Светофор» Программа «Безопасная дорога»

Группа №1, 2 - 03.03.2021, Группа №3, 4, 5 - 05.03.2021

### Тема «Аптечка первой помощи»

На предыдущих занятиях мы с вами уже знакомились с оказанием первой помощи пострадавшим. Но в тех случаях, которые мы рассмотрели, мы практически не использовали специальные средства для оказания первой помощи. А случается, что они бывают так необходимы (перевязать рану, обработать ее, заклеить царапины и т.д.)

Как вы думаете, где могут храниться такие средства? Конечно в аптечке первой помощи.

Аптечка всегда должна быть под рукой.



Аптечка первой помощи — это комплект средств, предназначенных для оказания первой помощи, главным образом само — и взаимопомощи. Получается если аптечка — это комплект средств, то и хранится, и транспортироваться она должна в упаковке.



Рассмотрим требования, предъявляемые к упаковке аптечки в целом и отдельных медикаментов внутри нее:

- Жесткость. Аптечка должна иметь упаковку, сохраняющую форму и предохраняющую содержимое от деформации при переноске в рюкзаке и вне его. При выборе конкретного типа укладки надо обратить внимание на надежность замков и соединения ящика с крышкой.
- Герметизация. Даже при попадании в воду аптечка должна сохранять герметичность. Многие медикаменты приходят в негодность при соприкосновении с водой.
- Амортизация ударов. Рекомендуется сделать амортизирующие прокладки внутри упаковки всей аптечки и отдельных блоков лекарств. Способ проверки прост в аптечке, сброшенной в рюкзаке на твердую поверхность с высоты нескольких метров, ничего не должно разбиться.
- Надписи на лекарствах. Для удобства использования лекарств все надписи на них в случае изоляции стекла, использовании самодельных упаковок должны быть восстановлены. Должны быть указаны название лекарства, концентрация (если это необходимо), срок годности. Например, "перекись водорода 3%, годна до X.18."
- Список с рекомендациями. Внутри аптечки на тот случай, если ей будет пользоваться человек, не обладающий достаточными знаниями, должен быть вложен список медикаментов с показаниями к применению, дозировкой и противопоказаниями.

- Облегчение веса. Отдавайте предпочтение легким упаковкам лекарств. Самая тяжелая и неудобная упаковка стекло. Старайтесь свести его количество к минимуму.
- Изоляция стекла. Если в аптечке все же присутствуют лекарства в стеклянной упаковке, их нужно обклеить лейкопластырем (это не относится лишь к ампулам). Это создает некоторую амортизацию, а если уж стекло разобьется, то осколки большей частью останутся на пластыре.
- Удобство переноски. В ряде ситуаций может потребоваться переноска аптечки. На этот случай она должна быть оснащена лямкой или ручками для транспортировки.

Существует несколько типов аптечек первой помощи, укомплектованных с учетом условий в которых они могут быть использованы, и специфики назначения.







# Аптечка туриста - отдыхайте без проблем!

#### ОБЯЗАТЕЛЬНО:

- 1. Обезболивающие:
- 2. Жаропонижающие;
- 3. Противопростудные (от ОРВИ и гриппа);
- 4. Средства от аллергии;
- 5. Средства от диареи и запоров;
- 6. Ферменты для нормализации пищеварения (в т.ч. активированный уголь);
- 7. Нашатырный спирт;
- 8. Бинты (стерильные, нестерильные);
- 9. Бактерицидный пластырь;
- 10. Йод, зеленка;
- 11. Перекись водорода.

#### дополнительно:

ТЕМ, КТО ЕДЕТ КУПАТЬСЯ-ЗАГОРАТЬ:

- Солнцезащитные средства; Средства от ожогов.

ТЕМ КТО ЕДЕТ В КРУИЗ ПО МОРЮ:

- Препараты, купирующие симптомы "морской болезни".

ТЕМ, КТО СПЛАВЛЯЕТСЯ ПО РЕКАМ ИЛИ ПОДНИМАЕТСЯ В ГОРЫ:

- Жгуты; Материалы для перевязок.

тем, кто идет в лес:

- Средства от насекомых.

ТЕМ, КТО ВЫЕЗЖАЕТ ЗА ГРАНИЦУ:
 Средства, ускоряющие адаптацию организма к новым условиям: женьшень, элеутерококк, лимонник, имбирь.

















Теперь поговорим о том, что содержимое аптечки можно разделить на две части: инструменты и перевязочные материалы, а также лекарственные средства.

Инструменты и перевязочные материалы: градусник (не ртутный), вата, ножницы, лейкопластырь, жгут, бинты стерильные, мягкая шина, пинцет индивидуальный, перевязочный пакет.

Лекарственные средства:

- препараты при проблемах с желудочно-кишечным трактом(активированный уголь, смекта, фестал и другие);
- дезинфицирующие средства (йод, перекись водорода);
- согревающие мази;
- болеутоляющие средства (анальгин);
- жаропонижающие средства (парацетамол, нурофен);
- средства от ожога (пантенол);
- антиаллергенные средства (супрастин).

Ребята! Вы должны хорошо запомнить, что использовать медикаменты с истекшим сроком годности, с нечитаемыми надписями на упаковке или вообще без упаковки запрещается.

Предлагаю посмотреть видео урок по данной теме: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=VQUqL6XFINw">https://www.youtube.com/watch?v=VQUqL6XFINw</a>

Домашнее задание:

1.Составить список личной аптечки, объяснить назначение лекарства, при каких обстоятельствах и как их принимать.

## 2. Ответвить на вопросы теста.





