ЮНАРМИЯ

Всероссийское детско-юношеское военно-патриотическое общественное движение «ЮНАРМИЯ»

Норматив № 7
Основы оказания первой помощи.

Упражнение 7.1.
Взаимопомощь в «желтой зоне».

Упражнение 7.2.
Самопомощь в «красной зоне».

Норматив № 7
Основы оказания первой помощи

Федеральный закон от 21 ноября 2011 года № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

Закреплено само понятие первой помощи и круг лиц, которые её оказывают. В законе прямо указано, что к таким лицам относятся в том числе военнослужащие. В документе уточняется, что для военнослужащих в особых условиях (военное время, боевые действия) детальные перечни состояний, правила оказания и порядок подготовки утверждаются именно законодательством в области обороны.

- Для граждан
- Для силовиков
- Для служащих



Норматив № 7
Основы оказания первой помощи

Выходя за пределы КПП военнослужащий опадает в зону гражданского законодательства в вопросах ПП.

Приказ Минздрава России от 3 мая 2024 года № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи». Устанавливает единый порядок, как оказывать первую помощь людям при несчастных случаях, травмах, ранениях, отравлениях и других состояниях, которые угрожают жизни и здоровью до приезда медиков.

Приказ Министра обороны РФ от 9 декабря 2022 года № 760. Распространяется на все силовые ведомства.

Это ведомственный документ, который конкретизирует нормы законов. В приказе утверждены: перечень состояний, при которых оказывается первая помощь военнослужащим (в том числе в указанных особых условиях), а также правила её оказания.



Норматив № 7
Основы оказания первой помощи

Выходя за пределы КПП военнослужащий опадает в зону гражданского законодательства в вопросах ПП.

Приказ Минздрава России от 3 мая 2024 года № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи». Устанавливает единый порядок, как оказывать первую помощь людям при несчастных случаях, травмах, ранениях, отравлениях и других состояниях, которые угрожают жизни и здоровью до приезда медиков.

Приказ Министра обороны РФ от 9 декабря 2022 года № 760. Распространяется на все силовые ведомства.

Это ведомственный документ, который конкретизирует нормы законов. В приказе утверждены: перечень состояний, при которых оказывается первая помощь военнослужащим (в том числе в указанных особых условиях), а также правила её оказания.



Норматив № 7
Основы оказания первой помощи

Разделение зон оказания первой помощи по принципу «светофор».



Норматив № 7
Основы оказания первой помощи

Виды и характер кровотечений.



Норматив № 7
Основы оказания первой помощи

Правила наложения жгута / турникет

Почему жгут накладывается на первую треть плеча или бедра?

Точка прижатия сосудов к кости — анатомическое обоснование

ПЛЕЧО — первая треть плеча



- Кости расположены поверхностно — сосуд близко к плечевой кости
- Минимальный слой мышц — легкое прижатие сосуда
- Обеспечивает полную остановку артериального кровотечения

БЕДРО — первая треть бедра



- Бедренная артерия проходит рядом с бедренной костью
- В верхней трети минимум мышц и жировой ткани
- Возможно надежно перекрыть кровоток прижатием к кости

ОБЪЯСНЕНИЕ: почему именно первая треть?

1. Анатомия: сосуды лежат на кости
В первой трети плеча и бедра крупные артерии прилежат к кости. Это позволяет полностью перекрыть ток крови при сжатии.

2. Эффективность
Прижатие к кости обеспечивает надежную остановку кровотечения, в отличие от средней/нижней трети где сосуды окружены мышцами.

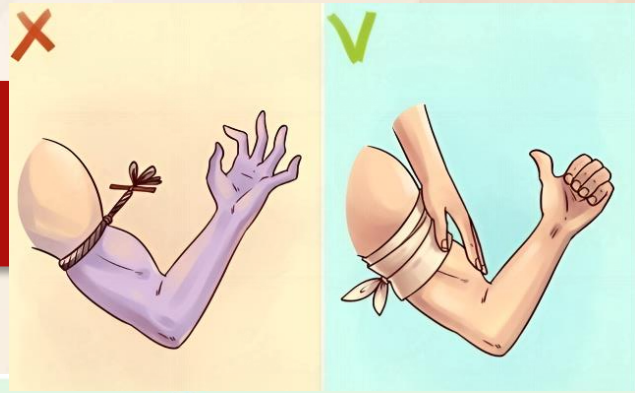
3. Безопасность
Ниже средней трети проходят нервы и много мышц. Жгут может повредить нервы, вызвать ишемию.
Первая треть — безопасная зона.

4. Практически
В верхней трети бедра/плеча жгут быстрее и легче наложить. Это стандартный протокол первой помощи.

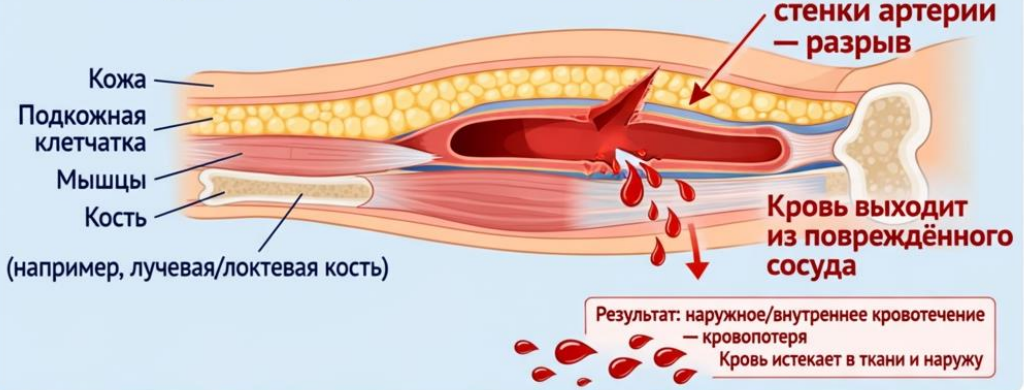
Важно! Жгут накладывают только на плечо или бедро, не на предплечье/голень — там две кости и невозможно пережать сосуды.

Норматив № 7
Основы оказания первой помощи

Правила наложения давящей повязки



1. Анатомия травмы: повреждение сосуда и кровотечение



2. Наложение давящей повязки



3. Принцип действия давящей повязки — как останавливается кровотечение

1 Механическое сжатие тканей

Повязка с давящим валиком создаёт внешнее давление на область повреждения. Давление передаётся через кожу, подкожную клетчатку и мышцу на повреждённый сосуд.

2 Прижатие сосуда к кости

Сосуд механически прижимается к плотной костной основе, что перекрывает его просвет. Кровь больше не может свободно циркулировать через место разрыва.

4 Замедление кровотока и естественый гемостаз

Замедление кровотока способствует агрегации тромбоцитов и активации факторов свёртывания. Формируется тромб, закрывающий дефект ттенки сосуда.

Остановка кровотечения

Кровотечение прекращается. Образовавшийся тромб временно закрывает рану сосуда до его заживления. Риск кровопотери снижается.

Важно знать:

- Давящая повязка эффективна при капиллярном и венозном кровотечении, а также как временная мера при артериальном кровотечении до оказания квалифицированной помощи.
- Достаточно тугой, чтобы остановить кровь, но не вызывать полное ниже места наложения. Проверяйте пульс и чувствительность дистальн
- Конечность следует приподнять выше уровня сердца для уменьшения притока. При артериальном кровотечении - предварительно прижать сосуд пальцем выше раны до наложения повязки.

Примечание: давящая повязка — первая помощь. Требуется дальнейшая медицинская помощь и контроль врача.

Главная цель: сжатие сосуда → прекращение кровотока → образование тромба → остановка кровотечения

Норматив № 7
Основы оказания первой помощи

Первичные средства оказания первой помощи при кровотечении.

1. Индивидуальный перевязочный пакет (ППИ)

Стерильный. Готов к применению.
В герметичной упаковке.



2. Бинт с эластичным бинтом для создания давления на рану

Комбинированный. Эластичный бинт для компрессии и фиксации.



3. Ватный шарик и бинт для давления на шарик и рану

Ватный шарик, прикрывается бинтом для локального давления на рану.



1. Турникет



- Быстрое наложение одной рукой
- Стопорный механизм с воротком для затягивания
- Применяется при артериальном кровотечении конечностей

Наложить выше раны, затянуть до остановки кровотечения

2. Эластичный резиновый жгут



- Резиновая эластичная лента для давления
- Натягивается и фиксируется узелком
- Используется для венозного и капиллярного кровотечения

⚠ Важно: жгут/турникет накладывается не более чем на 60–90 минут. Записать время наложения!

Норматив № 7
Основы оказания первой помощи

Собственная безопасность превыше всего!



Норматив № 7
Основы оказания первой помощи

Обучение без риска для здоровья!



Норматив № 7
7.1. Взаимопомощь в «желтой зоне»

Организация места занятия.



Норматив № 7
7.1. Взаимопомощь в «желтой зоне»

Организация места занятия.

Подсчет результатов

Максимальное количество баллов – 3 балла

3 балла	Время выполнения до 55 секунд
2 балла	Время выполнения от 56 секунд до 1 минуты 09 секунд
1 балл	Время выполнения от 1 минуты 10 секунд до 1 минуты 20 секунд включительно
0 баллов	Время выполнения более 1 минуты 20 секунд Норматив не выполнен. ⚠

Примечание: если жгут/турникет расположен в подсумке, то оценочно временные показатели увеличиваются на 5 секунд:

- 3 балла – до 1 минуты
- 2 балла – от 1 минуты 1 секунды до 1 минуты 14 секунд
- 1 балл – от 1 минуты 15 секунд до 1 минуты 25 секунд.

Критерии оценки • Время фиксируется по остановке секундомера • Результат учитывается только при правильном наложении жгута/турникета

Норматив № 7
7.1. Взаимопомощь в «желтой зоне»

Ошибки и штрафные баллы



Норматив № 7
7.1. Взаимопомощь в «желтой зоне»

Недопустимые ошибки.



Норматив № 7
7.1. Взаимопомощь в «желтой зоне»

Наложение давящей повязки. Взаимопомощь. Желтая зона.

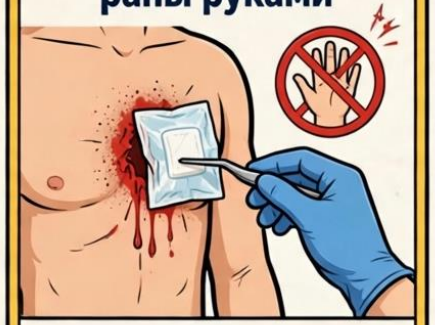
Мы должны уметь накладывать давящую повязку на раны в области туловища и волосистой части головы

1 Использовать перчатки



Наденьте перчатки перед помощью пострадавшему. Это защищает от инфекции вас и пострадавшего.

2 Не касаться раны руками



Не дотрагивайтесь до раны голыми руками. Работайте только стерильными салфетками и бинтом.

3 Не извлекать из раны инородные предметы



Если в ране есть инородный предмет — НЕ вынимайте его! Зафиксируйте его вокруг стерильными салфетками, не удаляя.

4 Правильно утилизировать использованные материалы



Сразу поместите перчатки, бинты, салфетки в контейнер медотходов. Обработайте руки антисептиком.

ЧТО ОЦЕНИВАЕМ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ЗАДАНИЯ:

1. Выбор повязки — подобрана стерильная давящая повязка нужного размера. Для туловища — широкий бинт, для головы — эластичный бинт.



2. Соблюдение асептики и антисептики — перчатки надеты, использован стерильный материал, обработаны края раны антисептиком.



Техника наложения повязки — бинт наложен плотно, оказывает давление на рану, не смещает инородный предмет, слои ровные.



Фиксация повязки и проверка кровообращения — повязка надёжно закреплена, проверена чувствительность и тепло в пальцах, нет посинения, пульс сохранён.



ПОМНИ! Давящая повязка останавливает кровотечение.
При сильной травме — вызывайте скорую 103 или 112!

Норматив № 7
7.2. Самопомощь в красной зоне.

Наложение кровоостанавливающего жгута/ турникета на плечо/ бедро в красной зоне при оказании самопомощи.



СВОД ПРАВИЛ С НОРМАТИВАМИ

Максимальное количество баллов – 5 баллов

НОРМАТИВ ВЫПОЛНЕНИЯ

3 БАЛЛА	Время выполнения до 30 секунд
2 БАЛЛА	Время выполнения от 31 секунд до 37 секунд
1 БАЛЛ	Время выполнения от 38 секунд до 59 секунд включительно
0 БАЛЛОВ	Время выполнения более 59 секунд *Норматив не выполнен.*

ПРИМЕЧАНИЯ:

Если жгут/турникет расположён в подсумке, то оценочно временные показатели увеличиваются на 5 секунд:

- 3 балла – до 35 секунд
- 2 балла – от 36 секунд до 42 секунд
- 1 балл – от 43 секунды до 64 секунд

Оценка результатов производится по времени выполнения норматива с учётом расположения жгута/турникета

Норматив № 7
7.2. Самопомощь в красной зоне.

Ошибки и штрафные баллы.

СВОД ПРАВИЛ СО ШТРАФАМИ

За каждое нарушение — штраф +10 секунд

При выполнении норматива: наложение жгута/турникета • Применяются к участнику

1.	**Тело не наваливается на руку** (при извлечении жгута/турникета из подсумка)	– 10 сек
2.	**Потеря жгута/турникета при забросе жгута/турникета** жгут/турникет уронен или потерян при забросе	– 10 сек
3.	**Жгут наложен на оголенное тело** накладывать только поверх одежды/экипировки	– 10 сек
4.	**Помощь раненой рукой** использовать только здоровую руку для помощи	– 10 сек
5.	**Ущемление жгутом/турникетом кожи** попадание кожи в механизм/под жгут	– 10 сек
6.	**Наложение жгута менее 3-х туров** должно быть не менее 3 оборотов жгута	– 10 сек
7.	**Фиксация жгута на 1 узел** фиксация должна быть на 2 узла минимум	– 10 сек
8.	**Слабая затяжка узлов жгута, натяжение жгута в турах** (можно поддеть пальцем и оттянуть более чем на 10 мм) — для ВЕРХНЕЙ КОНЕЧНОСТИ	– 10 сек
9.	**Слабая затяжка узлов жгута, натяжение жгута в турах** , но не до исчезновения пульса — для НИЖНЕЙ КОНЕЧНОСТИ	– 10 сек
10.	**Спор с судьей** обсуждение/спор с решением судьи запрещен	– 10 сек

ПРИМЕЧАНИЕ:
- Штраф фиксируется судьей в протоколе устно и письменно.
- Штрафы суммируются за каждое выявленное нарушение.
- Итоговое время = время выполнения + (10 сек × количество нарушений)

СВОД ПРАВИЛ

ОТКАЗ ОТ ЗАЧЁТА ПРИ НАЛОЖЕНИИ ТУРНИКЕТА / ЖГУТА

НЕ ВЫПОЛНЕНО, если допущены ошибки:

1. **Участник не озвучил, что при наложении турникета должен отсутствовать пульс**
   Перед затягиванием турникета необходимо вслух убедиться и озвучить: «Пульс ниже места наложения не определяется»
2. **Наличие пульса ниже места наложения жгута (при наложении на верхнюю конечность)**
   После наложения жгута пульс на лучевой/локтевой артерии должен отсутствовать. Если пульс сохранён — наложение не выполнено
3. **Нет указания времени**
   Обязательно озвучить и зафиксировать время наложения жгута. Записать на жгуте/вслух: «Время наложения — __:__ ч.»
4. **Не выполнен поворот в устойчивое боковое положение**
   После остановки кровотечения пострадавшего необходимо повернуть в устойчивое боковое положение на бок, обеспечить проходимость дыхательных путей

ПАМЯТКА ДЛЯ ОЦЕНКИ: все пункты должны быть выполнены. При наличии хотя бы одной ошибки — результат: **НЕ ВЫПОЛНЕНО**

Норматив № 7
7.2. Самопомощь в красной зоне.

Наложение давящей повязки в красной зоне при оказании самопомощи.



ВАЖНО: повязка должна быть тугой, но не нарушать кровообращение! Проверь: пальцы тёллые и розовые, нет онемения/боли, чувствительность сохранена. Повязка держится крепко и комфортно.