

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОБМОРОКЕ

ОБМОРОК – внезапная кратковременная потеря сознания, обусловленная недостатком притока крови к мозгу. Он сопровождается ослаблением сердечной и дыхательной деятельности, продолжается от нескольких секунд до 5 – 10 (и даже более) минут.

Факторы, провоцирующие наступление **обморока**:

- нарушение режима питания («голодный обморок»);
- переутомление;
- тепловой или солнечный удар;
- инфекция;
- недавно перенесенные тяжелые заболевания;
- черепно-мозговая травма;
- пребывание в душном помещении.

Обморок может возникнуть в результате волнения, испуга, при виде крови, от сильной боли при ударах и травмах.

Обморок опасен не только сам по себе, но и своими побочными эффектами:

- потеряв сознание, пострадавший может упасть и нанести себе механическую травму;
- на фоне обморока может возникнуть рвота и рвотные массы могут попасть в дыхательные пути, что очень опасно для жизни.

Основные **симптомы обморока**:

- головокружения со звоном в ушах;
- ощущение «пустоты» в голове;
- резкая слабость;
- зевота;
- потемнение в глазах;
- холодный пот;
- дурнота, тошнота;
- онемение конечностей;
- редкое, поверхностное дыхание;
- бледность кожи;
- слабый, нитевидный, редкий пульс (до 40 – 50 ударов в минуту);
- пониженное артериальное давление;
- глаза сначала блуждают, затем закрываются.

Первая помощь.

Если **пострадавший не потерял сознания**: ему нужно предложить сесть, наклониться и низко опустить голову для улучшения кровотока и поступления кислорода к мозгу.

Если **пострадавший потерял сознание**: его укладывают на спину с опущенной головой и приподнятыми ногами. Расстегивают пояс и воротник, обрызгивают лицо водой, растирают полотенцем, смоченным в холодной воде, дают вдохнуть пары нашатырного спирта, одеколona, уксуса. В душном помещении следует открыть окно, чтобы обеспечить доступ свежего воздуха.

Если **пострадавший не приходит в сознание**: сильно тереть мочки его ушей, надавливать на костные выступы за ушами, хлопать по щекам.

Если **обморочное состояние не проходит**: пострадавшего укладывают в постель, обкладывают грелками, обеспечивают покой.

Если, несмотря на все принятые меры, больной не приходит в себя, необходимо срочно вызвать «Скорую помощь».

Если обморок возникает у детей в результате переутомления, недосыпания, эмоционального напряжения, пребывания в душном помещении, следует провести тщательное медицинское обследование для исключения возможных заболеваний нервной системы.