**Иммобилизация тела пострадавшего**

**Почему пострадавшему необходимо придать определенное положение?**

Часто пострадавшие принимают удобное для них положение, так называемую защитную позу. В таких случаях им необходимо только помочь сохранить эту позу. Например, человек, страдающий каким-либо заболеванием органов брюшной полости, или, получивший травму живота, бессознательно подожмет ноги, а верхнюю часть туловища нагнет вперед, расслабляя таким образом мышцы передней стенки живота. Поэтому, оказывая первую помощь, человека необходимо уложить на спину, а под колени подложить свернутое одеяло. Особенно важно своевременно придать необходимое положение человеку, находящемуся в бессознательном или полуобморочном состоянии. Это позволит обеспечить дыхание. **Иммобилизация тела пострадавшего** может спасти ему жизнь.

**Как уложить пострадавшего на бок?**

Такое положение придается пациентам без сознания, а также пострадавшим, которых ситуация вынуждает оставить одних. Однако такую позу можно придать человеку, находящемуся без сознания, лишь в том случае, если он способен самостоятельно дышать. Сначала необходимо повернуть пациента на здоровый бок и запрокинуть его голову для того, чтобы он мог бы дышать. Такая поза позволит жидкости (например, крови, выделениям, рвотным массам), собравшейся в ротовой полости или глотке, вытечь наружу, т.е. она не попадет в дыхательные пути пострадавшего.

* Встаньте на колени возле того бока пострадавшего, на который вы хотите его повернуть.
* Обхватите пострадавшего за бедра и слегка приподнимите. Выпрямите ту его руку, которая находится ближе к вам, и подсуньте под ягодицы.
* Согните в колене и поднимите ногу пострадавшего, находящуюся ближе к вам. Другую ногу оставьте выпрямленной.
* Крепко возьмитесь руками за его бедро и плечо.
* Поворачивайте тело на себя, пока оно не перевернется на бок. Следите за тем, чтобы пострадавший не лежал бы, опираясь на плечо.
* Запрокиньте голову пострадавшего, таким образом вы обеспечите дыхание. Его ладонь подложите под щеку, раскройте ему рот.
* Вытащите его другую руку из-под ягодиц и согните ее.

Если пострадавший может упасть, уберите руку с его бедер и придержите его голову.

**Как уложить пострадавшего, если он лежит на животе?**

Часто пострадавшие лежат не на спине, а на боку или животе. Если **пострадавший лежит на боку**, то нужно лишь запрокинуть его голову и придать телу соответствующую позу. В случае, если он лежит на животе, проделайте следующее:

* Встаньте на колени рядом с пострадавшим, его руку, находящуюся ближе к вам, положите на его туловище.
* Запрокинув голову пострадавшему, поверните ее на себя, а ладонь его второй руки подложите под щеку.
* Подсуньте свою левую ладонь пострадавшему под бедро и ухватитесь за коленную ямку ноги, находящейся дальше от вас.
* Взявшись своей правой рукой за коленный сустав, поверните ногу, находящуюся дальше от вас. Тяните коленный сустав под бедро, а правой рукой отталкивайте от себя ногу - пострадавший сам перевернется на бок.
* Проверьте еще раз, запрокинута ли голова пострадавшего.

**Человек без сознания** не может контролировать своего тела, поэтому лицу, оказывающему первую помощь, следует передвигать пострадавшего с большой осторожностью!

**Нормальное положение тела**

При **оказании первой помощи пострадавшему** необходимо, по возможности, быстрее (во избежание внезапной потери сознания вследствие нарушения кровообращения, во избежание шокового состояния и других отрицательных реакций) придать правильное положение его телу с учетом характера травмы, т.е. обеспечить пострадавшему нормальное положение.

**Преимущества нормального положения тела**

В положении стоя сердце работает с большей нагрузкой, использует больше энергии, чем в положении лежа, так как сердцу приходится перекачивать циркулирующую в теле человека кровь, поднимая ее вверх. Кроме того, в положении лежа расслабляется мускулатура конечностей, при этом уменьшается использование кислорода, в определенных случаях значительно ослабевает и боль. Если пострадавшего приходится класть на землю, перед этим необходимо подстелить одеяло.

**Как обеспечить нормальное положение телу пострадавшего?**

Пострадавшего кладут на спину, а его нижние конечности вытянуты. Для лучшего расслабления ему под голову подсовывают подушку или сложенную одежду.

**Положения «складного ножа» при шоке**

При появлении у пострадавшего первых симптомов шока (шок - угрожающее жизни состояние человека, возникающее в связи с реакцией организма на снижение количества циркулирующей крови вследствие наружного кровотечения, «провал» крови в брюшной полости при сильном расширении кровеносных сосудов, психические травмы или сердечную недостаточность) или при очевидности их скорейшего проявления человека необходимо, по возможности, быстрее уложить в **положение «складного ножа»**. Симптомы шока: учащенный, но слабый и даже едва прощупываемый пульс, также холодная серовато-бледная кожа, холодный пот на лбу и (или) явное беспокойство пострадавшего, метание. Своевременно придав телу пациента положение «складного ножа», можно смягчить симптомы шока или замедлить его развитие.

**Эффект положения «складного ножа»**

Цель обеспечения такого положения телу - это своеобразное «переливание» крови: кровь, скопившаяся в нижних конечностях и брюшной полости возвращается к сердцу. При увеличении притока крови к сердцу улучшается его наполнение, увеличивается систолический объем, улучшается кровообращение жизненно важных органов, гарантирующее сохранение их функций.

**Как обеспечить положение «складного ножа»?**

**Положить пострадавшего на спину**, взяв его ноги, поднять их кверху приблизительно на 20-30 градусов.

Пострадавшие и больные при резях в животе сами непроизвольно сворачиваются в комок для ослабления боли, поэтому такое положение тела необходимо стараться выдержать.

**Эффект свернувшегося тела**

Цель обеспечения телу такого положения - снизить приходящуюся нагрузку на ее мышцы, под голову и под колени подсовывают подстилку. При таком положении нередко снижается и боль.

Сверните одеяло или куртку в ролик и подсуньте под колени пострадавшему. Одновременно под его голову и затылок подсуньте подушечку.

**Иммобилизация при травмах лица, носовых и ротовых кровотечениях**

В этих случаях возможны два основных положения тела - это сидение с согнутыми в коленях ногами и лежание на животе.

Усадить пострадавшего с согнутыми в коленях ногами можно лишь тогда, когда у него незначительные, позволяющие сидеть, повреждения. В противном случае его следует уложить на живот.

Одно из этих положений тела можно придать человеку с травмой лица и челюсти, рта и глотки, а также носа. При этом учитывается степень и место кровотечения.

Сидение с согнутыми в коленях ногами и лежание на животе - это два положения, целью которых является обеспечить свободный кровоток, непопадание крови в трахею. Только таким образом можно предотвратить блокирование дыхательных путей пострадавшего, нарушение дыхания и других жизненно важных функций организма.

**Усаживание**

**Усадите пострадавшего на землю**, подтяните колени и поместите на них его локти. Он руками придерживает свою склоненную голову.

**Полусидячее положение**

При заболевании или травме, в результате которых вдох и выдох даются с трудом, пострадавшего или больного необходимо уложить на спину, высоко приподнимая верхнюю часть тела. Самые характерные примеры таких заболеваний: бронхиальная астма, отек легких и инфаркт миокарда.

**Почему необходимо полусидячее положение?**

Приподнятие верхней части туловища обуславливает меньшую нагрузку на мышцы, участвующие в дыхательных движениях, вместе с тем увеличивается подвижность этих мышц.

Верхнюю часть туловища пациента надо поднять, а его руки отвести в стороны и немного назад. Обязательно подоприте и голову пациента.

**Укладывание на живот**

Уложите пострадавшего на живот, подложив одеяло или подушку под лоб и грудь. Оставьте расстояние между лицом и землей.

**Укладывание на спину**

При таком положении тела уменьшается количество крови, поступающей в голову. Эта поза подходит при тепловом ударе, а также когда лицо человека заливает краска.

Когда голова поднята и находится значительно выше, чем сердце, то сильно уменьшается кровообращение головы.

Приподнимите верхнюю часть туловища пациента, подложив под голову большую подушку.

При носовом кровотечении нельзя запрокидывать голову, ее нужно наклонить вперед.