



**МИНИСТЕРСТВО ОБОРОНЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ГЛАВНОЕ ВОЕННО-МЕДИЦИНСКОЕ УПРАВЛЕНИЕ**

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

1. Самопомощь



Базовый курс

**ПРОЧИТАЙ
ПАМЯТКУ**

**ВЫУЧИ ПОРЯДОК
ДЕЙСТВИЙ**

**СДЕЛАЙ БЫСТРО
И ПРАВИЛЬНО**

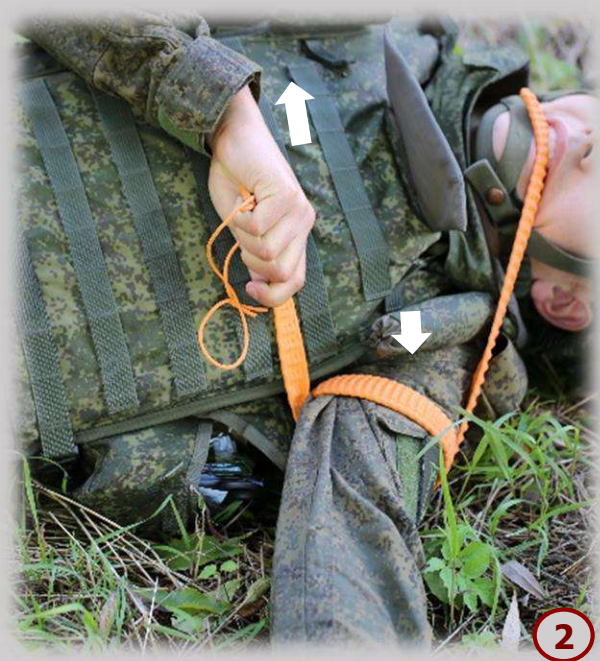
**ЭТИ НАВЫКИ
СПАСУТ ЖИЗНЬ ТЕБЕ
И РАНЕНОМУ ТОВАРИЦУ!**

ПОЛУЧИЛ РАНЕНИЕ – ОКАЖИ СЕБЕ ПОМОЩЬ!

- ОБЕСПЕЧЬ СЕБЕ БЕЗОПАСНОСТЬ, СМЕСТИСЬ С ЛИНИИ ОГНЯ;
- ОРУЖИЕ НАПРАВЬ В СТОРОНУ ОПАСНОГО СЕКТОРА;
- ОСТАНОВИ КРОВОТЕЧЕНИЕ ПРИЖАТИЕМ ПОВРЕЖДЕННОЙ АРТЕРИИ;
- ИСПОЛЬЗУЙ АПТЕЧКУ – НАЛОЖИ ЖГУТ (ТУРНИКЕТ, ЗАКРУТКУ);
- ДОЛОЖИ КОМАНДИРУ О РАНЕНИИ;
- НАБЛЮДАЙ ЗА ОПАСНЫМ СЕКТОРОМ;
- ТЕРЯЕШЬ СОЗНАНИЕ – ПОПРОСИ ПОМОЩИ.

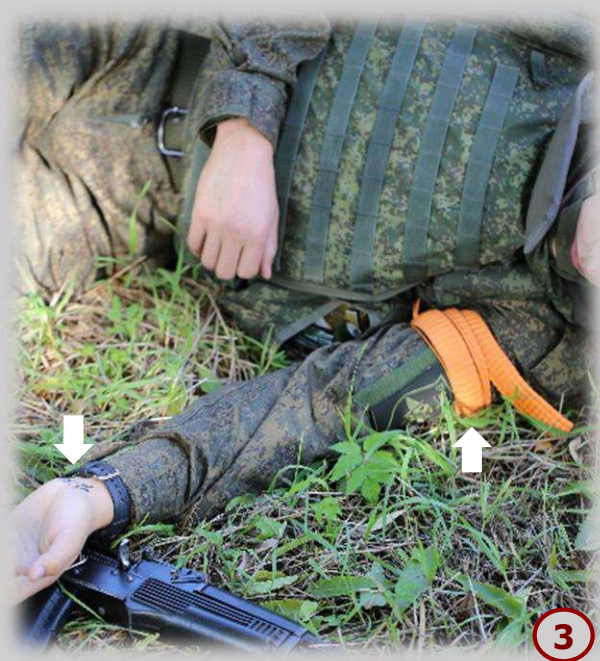


**ПРИ СИЛЬНОМ КРОВОТЕЧЕНИИ
ИЗ РАНЫ ВЕРХНЕЙ КОНЕЧНОСТИ БЫСТРО
ПОВЕРНИСЬ И НА НАВАЛИСЬ ТЕЛОМ НА ПЛЕЧО
ПОВРЕЖДЕННОЙ КОНЕЧНОСТИ – ПРИЖМИ
ПЛЕЧЕВУЮ АРТЕРИЮ ВЕСОМ СВОЕГО ТЕЛА.
ДОСТАНЬ ИЗ АПТЕЧКИ ЖГУТ ИЛИ ТУРНИКЕТ.**



2

**СИЛЬНО РАСТЯНИ ЖГУТ.
ПЕРВЫЙ ТУР НАКЛАДЫВАЙ У ОСНОВАНИЯ ПЛЕЧА
«ВЫСОКО И ТУГО». ОСТАНОВИ КРОВОТЕЧЕНИЕ
ПЕРВЫМ ТУРОМ ЖГУТА!**



ПЛОТНО НАЛОЖИ ПОСЛЕДУЮЩИЕ ТУРЫ ЖГУТА И ЗАФИКСИРУЙ ЕГО. УКАЖИ ВРЕМЯ НАЛОЖЕНИЯ. ЖГУТ НАКЛАДЫВАЮТ НЕ БОЛЕЕ, ЧЕМ НА 2 ЧАСА ЛЕТОМ, 1 ЧАС - ЗИМОЙ!



**БЫСТРО НАЛОЖИ ТУРНИКЕТ
У ОСНОВАНИЯ ПЛЕЧА
«ВЫСОКО И ТУГО»!**



**БЫСТРО ВРАЩАЙ ЗАКРУТКУ ТУРНИКЕТА
ДО ОСТАНОВКИ КРОВОТЕЧЕНИЯ.**



**ЗАФИКСИРУЙ ЗАКРУТКУ ТУРНИКЕТА,
УКАЖИ ВРЕМЯ НАЛОЖЕНИЯ НА ЦИФЕРБЛАТЕ.
ТУРНИКЕТ НАКЛАДЫВАЮТ НЕ БОЛЕЕ, ЧЕМ
НА 2 ЧАСА ЛЕТОМ, 1 ЧАС - ЗИМОЙ!**



1

**НЕТ ЖГУТА ИЛИ ТУРНИКЕТА –
ИСПОЛЬЗУЙ ПОДРУЧНЫЕ СРЕДСТВА.
БЫСТРО СНИМИ РУЖЕЙНЫЙ ИЛИ ПОЯСНОЙ
РЕМЕНЬ, ЗАСТЕГНИ ИЛИ СВЯЖИ ЕГО ПЕТЛЕЙ.
НАЛОЖИ ПЕТЛЮ У ОСНОВАНИЯ ПЛЕЧА
«ВЫСОКО И ТУГО»!**



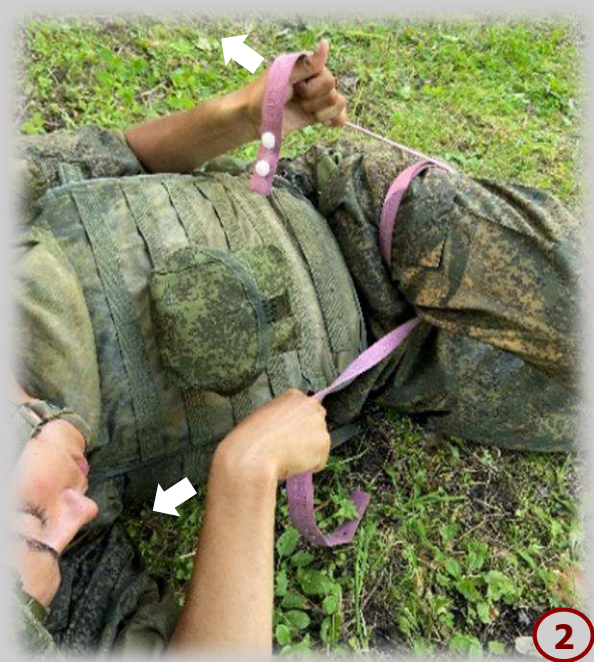
**ПРОДЕНЬ ШОМПОЛ В ПЕТЛЮ.
БЫСТРО ВРАЩАЙ ЗАКРУТКУ
ДО ОСТАНОВКИ КРОВОТЕЧЕНИЯ.**



**ЗАФИКСИРУЙ ШОМПОЛ.
УКАЖИ ВРЕМЯ НАЛОЖЕНИЯ ЗАКРУТКИ.
ЗАКРУТКУ НАКЛАДЫВАЮТ НЕ БОЛЕЕ,
ЧЕМ НА 2 ЧАСА ЛЕТОМ, 1 ЧАС - ЗИМОЙ!**



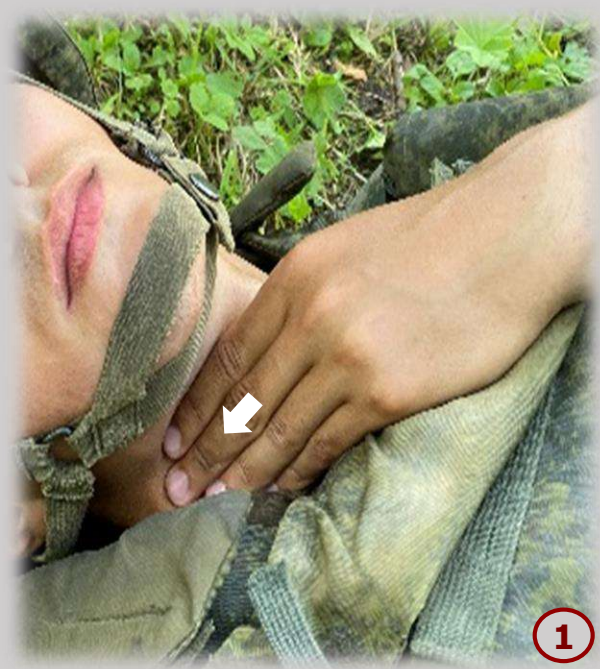
**ПРИ СИЛЬНОМ КРОВОТЕЧЕНИИ
ИЗ РАНЫ НИЖНЕЙ КОНЕЧНОСТИ
БЫСТРО И СИЛЬНО ПРИЖМИ
БЕДРЕННУЮ АРТЕРИЮ РУКОЙ.
ДОСТАНЬ ИЗ АПТЕЧКИ ЖГУТ ИЛИ ТУРНИКЕТ.**



**СИЛЬНО РАСТЯНИ ЖГУТ.
ПЕРВЫЙ ТУР НАКЛАДЫВАЙ У ОСНОВАНИЯ БЕДРА
«ВЫСОКО И ТУГО». ОСТАНОВИ КРОВОТЕЧЕНИЕ
ПЕРВЫМ ТУРОМ ЖГУТА!**

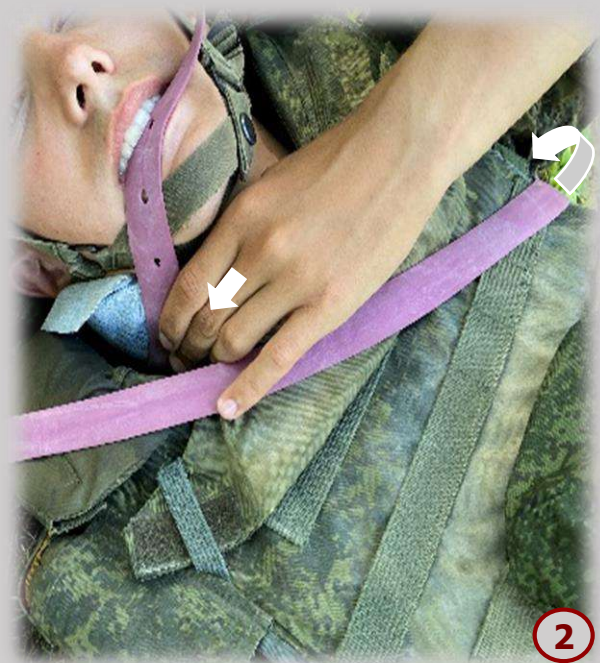


ПЛОТНО НАЛОЖИ ПОСЛЕДУЮЩИЕ ТУРЫ ЖГУТА И ЗАФИКСИРУЙ ЕГО. УКАЖИ ВРЕМЯ НАЛОЖЕНИЯ. ЖГУТ НАКЛАДЫВАЮТ НЕ БОЛЕЕ, ЧЕМ НА 2 ЧАСА ЛЕТОМ, 1 ЧАС - ЗИМОЙ!

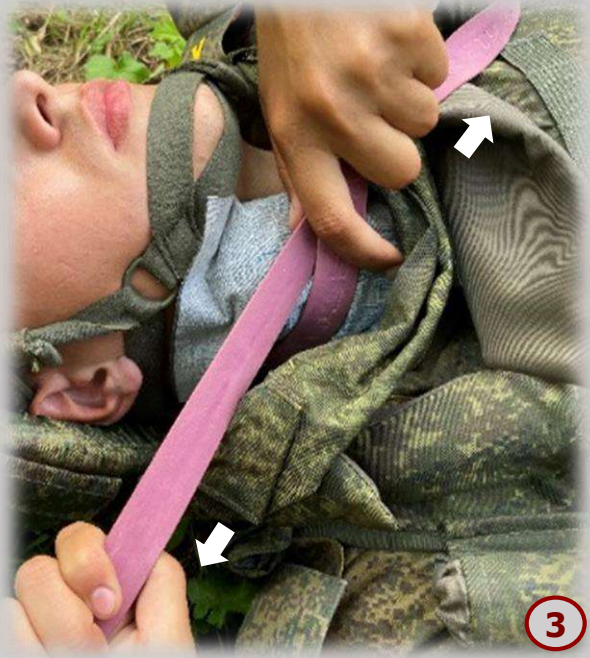


1

**ПРИ СИЛЬНОМ КРОВОТЕЧЕНИИ ИЗ РАНЫ ШЕИ
БЫСТРО И СИЛЬНО ПРИЖМИ СОННУЮ АРТЕРИЮ
РУКОЙ. ДОСТАНЬ ИЗ АПТЕЧКИ ЖГУТ
И ПЕРЕВЯЗОЧНЫЙ ПАКЕТ.**



**СИЛЬНО ПРИЖМИ ПЕРЕВЯЗОЧНЫЙ ПАКЕТ
К СОННОЙ АРТЕРИИ. СВОБОДНОЙ РУКОЙ
ВОЗЬМИ ЖГУТ И СДЕЛАЙ ИМ ТУР ЧЕРЕЗ
ПЕРЕВЯЗОЧНЫЙ ПАКЕТ ПОД
ПРОТИВОПОЛОЖНОЕ ПЛЕЧО.**



**СИЛЬНО РАСТЯНИ ЖГУТ И ЗАТЯНИ ПЕРВЫЙ ТУР.
ОСТАНОВИ КРОВОТЕЧЕНИЕ
ПЕРВЫМ ТУРОМ ЖГУТА!**



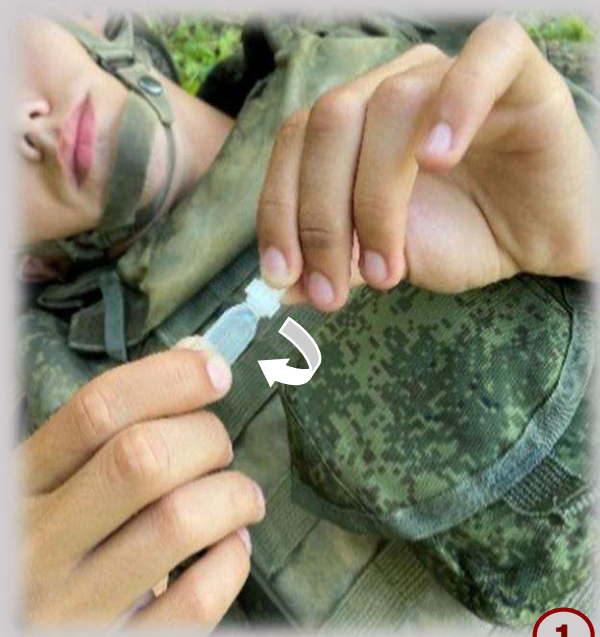
**ПЛОТНО НАЛОЖИ ПОСЛЕДУЮЩИЕ
ТУРЫ ЖГУТА И ЗАФИКСИРУЙ ЕГО. УКАЖИ ВРЕМЯ
НАЛОЖЕНИЯ. ЖГУТ НАКЛАДЫВАЮТ НЕ БОЛЕЕ,
ЧЕМ НА 2 ЧАСА ЛЕТОМ, 1 ЧАС - ЗИМОЙ!**



**ДЛЯ ОСТАНОВКИ КРОВОТЕЧЕНИЯ
ИЗ РАНЫ ИСПОЛЬЗУЙ ГЕМОСТАТИЧЕСКУЮ
САЛФЕТКУ ТИПА ГЕПОГЛОС.
ПЛОТНО ЗАТАМПНИРУЙ САЛФЕТКОЙ
КРОВОТОЧАЩУЮ РАНУ.**

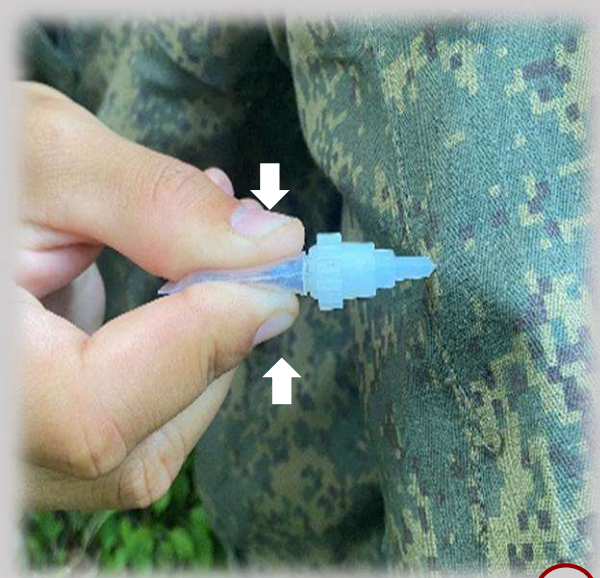


**ИСПОЛЬЗУЙ КОМПРЕССИОННО-БАНДАЖНУЮ
ПОВЯЗКУ, ПЛОТНО НАЛОЖИ ЕЕ НА РАНУ.**



1

**для снятия сильной боли
используй из аптечки анальгетик
в шприц-тюбике с белым колпачком!
вращательным движением проверни
ребристое основание иглы до упора
по ходу часовой стрелки.**



2
СНИМИ БЕЛЫЙ КОЛПАЧОК С ИГЛЫ,
ВВЕДИ ИГЛУ РЕЗКИМ КОЛЮЩИМ ДВИЖЕНИЕМ
НА ВСЮ ДЛИНУ В МЯГКИЕ ТКАНИ БЕДРА
(ЯГОДИЦ, ПЛЕЧА). ВЫДАВИ ВСЕ СОДЕРЖИМОЕ
ШПРИЦ-ТЮБИКА, ИЗВЛЕКИ ИГЛУ НЕ РАЗЖИМАЯ
ПАЛЬЦЕВ. ИСПОЛЬЗОВАННЫЙ ШПРИЦ-ТЮБИК
ВЛОЖИ В АПТЕЧКУ! УКАЖИ ВРЕМЯ
ОБЕЗБОЛИВАНИЯ!



**МИНИСТЕРСТВО ОБОРОНЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ГЛАВНОЕ ВОЕННО-МЕДИЦИНСКОЕ УПРАВЛЕНИЕ**

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

2. Взаимопомощь



Базовый курс

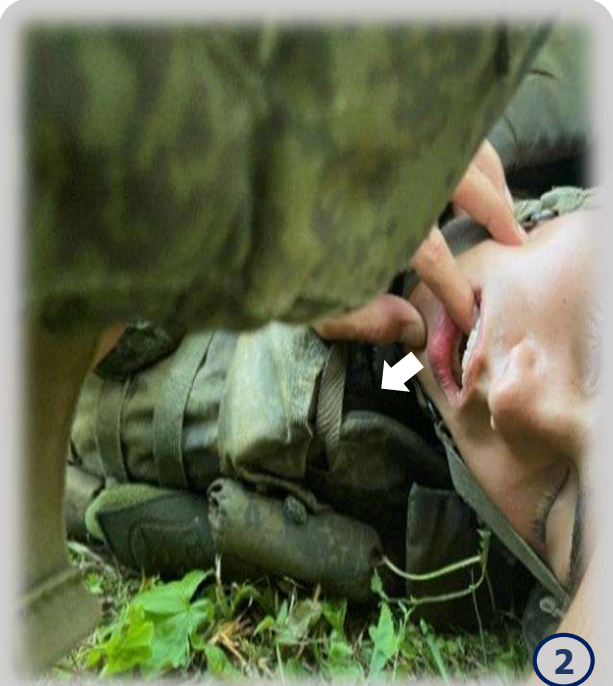
РАНЕН ТОВАРИЩ – ОКАЖИ ЕМУ ПОМОЩЬ!

- **ДОЛОЖИ КОМАНДИРУ О РАНЕНОМ;**
- **ПОЛУЧИЛ ПРИКАЗ – ОКАЖИ ЕМУ ПЕРВУЮ ПОМОЩЬ;**
- **ОБЕСПЕЧЬ СВОЮ БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ ПРИБЛИЖЕНИИ, ПОСТОЯННО НАБЛЮДАЙ ЗА ОПАСНЫМ СЕКТОРОМ;**
- **ОБОЗНАЧЬ СЕБЯ ПРИ СБЛИЖЕНИИ;**
- **ПОСТАВЬ ЕГО ОРУЖИЕ НА ПРЕДОХРАНИТЕЛЬ;**
- **СПРОСИ ЕГО КУДА ОН РАНЕН, ЕСЛИ РАНЕНЫЙ БЕЗ СОЗНАНИЯ – БЫСТРО ОСМОТРИ ЕГО;**
- **УСТРАНИ АСФИКСИЮ И ОСТАНОВИ СИЛЬНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ;**
- **ПРИ ОКАЗАНИИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ИСПОЛЬЗУЙ АПТЕЧКУ РАНЕНОГО;**
- **ОБЕСПЕЧЬ ЕМУ БЕЗОПАСНОСТЬ – ПЕРЕМЕСТИ В УКРЫТИЕ.**



1

**ЕСЛИ РАНЕНЫЙ БЕЗ СОЗНАНИЯ – УБЕДИСЬ, ЧТО
НЕТ АСФИКСИИ И СИЛЬНОГО КРОВОТЕЧЕНИЯ.
ПРОВЕРЬ ПУЛЬС, ПОСЛУШАЙ ДЫХАНИЕ.**



**ЕСЛИ У РАНЕНОГО АСФИКСИЯ – РОТ ЗАБИТ
ИНОРОДНЫМИ ПРЕДМЕТАМИ, КРОВЬЮ,
РВОТНЫМИ МАССАМИ – АККУРАТНО ПОВЕРНИ
ЕМУ ГОЛОВУ НА БОК И БЫСТРО ОЧИСТИ ПОЛОСТЬ
РТА ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ДЫХАНИЯ.**



БЫСТРО НАЙДИ МЕСТО РАНЕНИЯ – ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО ОСМОТРИ ГОЛОВУ, КОНЕЧНОСТИ, СПИНУ И ТАЗ. ПОВЕРНИ НА БОК И ОСМОТРИ СЗАДИ. ДЛЯ ОСТАНОВКИ СИЛЬНОГО КРОВОТЕЧЕНИЯ ИЗ РАНЫ ИСПОЛЬЗУЙ ЖГУТ ИЛИ ТУРНИКЕТ ИЗ ЕГО АПТЕЧКИ.

3



**ОБЕСПЕЧЬ РАНЕНОМУ БЕЗОПАСНОСТЬ –
ПЕРЕМЕСТИ ЕГО В УКРЫТИЕ.
ЕСЛИ РАНЕНЫЙ В СОЗНАНИИ – ОН НАБЛЮДАЕТ
ЗА ОПАСНЫМ СЕКТОРОМ.**



**ЕСЛИ РАНЕНЫЙ БЕЗ СОЗНАНИЯ –
ПЕРЕМЕЩАЙ ЕГО ЛИЦОМ ВНИЗ,
ПОСТОЯННО НАБЛЮДАЙ ЗА ОПАСНЫМ СЕКТОРОМ.**



**ЕСЛИ РАНЕНый БЕЗ СОЗНАНИЯ,
ОТСУТСТВУЕТ СЕРДЦЕБИЕНИЕ И ДЫХАНИЕ –
СРОЧНО ПРОВЕДИ БАЗОВУЮ
СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНУЮ РЕАНИМАЦИЮ.**



2

**БЫСТРО УЛОЖИ ЕГО НА РОВНУЮ ПОВЕРХНОСТЬ
И ОСВОБОДИ ГРУДНУЮ КЛЕТКУ ОТ ОДЕЖДЫ.**



3

**АККУРАТНО ЗАПРОКИНЬ ГОЛОВУ, ВЫДВИНИ
НИЖНЮЮ ЧЕЛЮСТЬ И ОТКРОЙ ЕМУ РОТ.
В ТЕЧЕНИИ 10 СЕКУНД ПРОВЕРЬ НАЛИЧИЕ
САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ДЫХАНИЯ.**

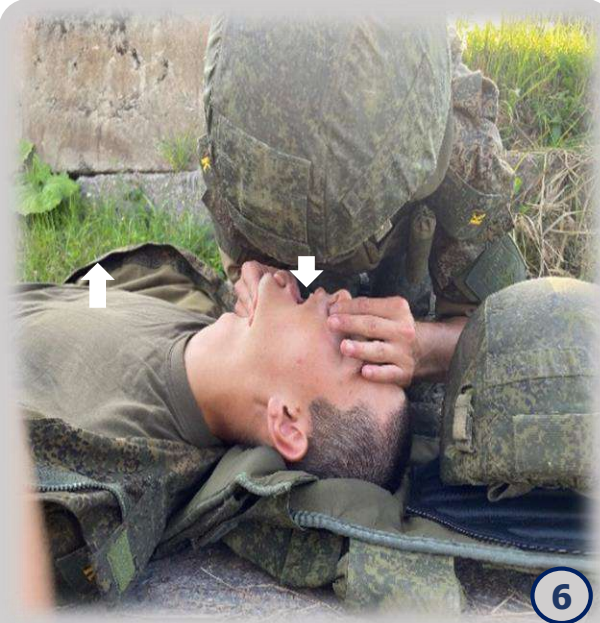


**ЕСЛИ ДЫХАНИЕ ОТСУТСТВУЕТ –
БЕЗ ПРОМЕДЛЕНИЯ ПЕРЕХОДИ К НЕПРЯМОМУ
МАССАЖУ СЕРДЦА, ДЛЯ ЭТОГО РАСПОЛОЖИ РУКИ
НА НИЖНЕЙ ПОЛОВИНЕ ГРУДИНЫ. ПРИ
ВЫПОЛНЕНИИ КОМПРЕССИЙ РУКИ НЕ ДОЛЖНЫ
БЫТЬ ЗАДЕЙСТВОВАНЫ, ОСНОВНУЮ НАГРУЗКУ
ДОЛЖНЫ НЕСТИ МЫШЦЫ ТУЛОВИЩА.**



5

**НЕ СГИБАЯ РУКИ В ЛОКТЯХ СДЕЛАЙ
30 КОМПРЕССИЙ С ГЛУБИНОЙ 5-6 СМ
И ЧАСТОТОЙ 100-110 В МИНУТУ И СРАЗУ
ПЕРЕХОДИ К ПРОВЕДЕНИЮ ИСКУССТВЕННОГО
ДЫХАНИЯ «РОТ-В-РОТ».**



**СДЕЛАЙ ДВА ПОЛНЫХ ВЫДОХА
В РОТ РАНЕНОМУ. СКОРОСТЬ ВЫДОХА
1-2 СЕКУНДЫ. НАБЛЮДАЙ ЗА ГРУДНОЙ КЛЕТКОЙ,
ЕГО ГРУДЬ ДОЛЖНА ПРИПОДНИМАТЬСЯ.
ПРОВЕДИ НЕПРЕРЫВНО 5 ЦИКЛОВ БАЗОВОЙ
СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНОЙ РЕАНИМАЦИИ –
ПРОВЕРЬ ПУЛЬС И ДЫХАНИЕ.**



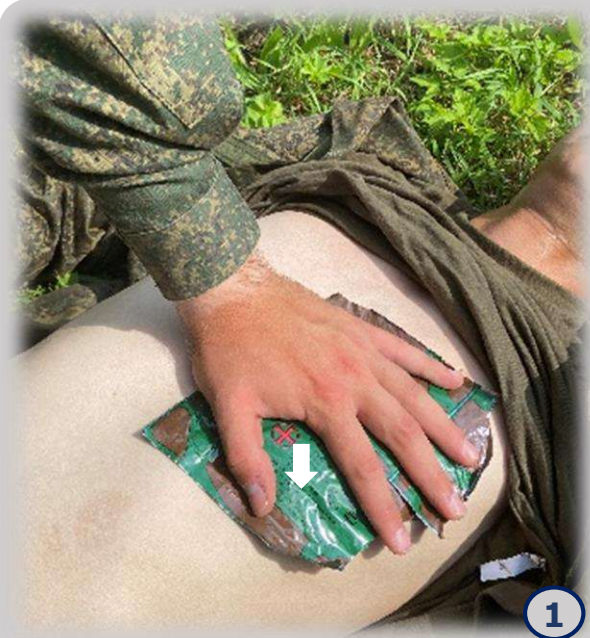
**ПРИ РАНЕНИИ ИЛИ ТРАВМЕ ГЛАЗ
ЗАКРОЙ ПОВРЕЖДЕННЫЙ ГЛАЗ ЩИТОМ
ИЗ ПОДРУЧНЫХ СРЕДСТВ. ЩИТОК НАКРОЙ
ПОДУШЕЧКОЙ ОТ ПЕРЕВЯЗОЧНОГО ПАКЕТА.**



НАЛОЖИ ПЕРВИЧНУЮ ПОВЯЗКУ.



**НАЛОЖЕННЫЙ КРОВООСТАНАВЛИВАЮЩИЙ ЖГУТ
НЕЛЬЗЯ ЗАКРЫВАТЬ ПОВЯЗКОЙ.
ИСПОЛЬЗУЙ ЭЛЕМЕНТЫ ОБМУНДИРОВАНИЯ
ИЛИ ПОДРУЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ
ИММОБИЛИЗАЦИИ КОНЕЧНОСТИ.**



1

**ПРИ РАНЕНИИ В ГРУДЬ –
БЫСТРО НАЛОЖИ ОКЛЮЗИОННУЮ ПОВЯЗКУ!
ИСПОЛЬЗУЙ ПЕРЕВЯЗОЧНЫЙ ПАКЕТ ИЗ АПТЕЧКИ
РАНЕНОГО. ОСВОБОДИ ГРУДНУЮ КЛЕТКУ ОТ
ОДЕЖДЫ, ЗАКРОЙ РАНУ ПЛОТНО ПРИЖАВ
ОБОЛОЧКУ ОТ ПЕРЕВЯЗОЧНОГО ПАКЕТА
ВНУТРЕННЕЙ СТОРОНОЙ.**



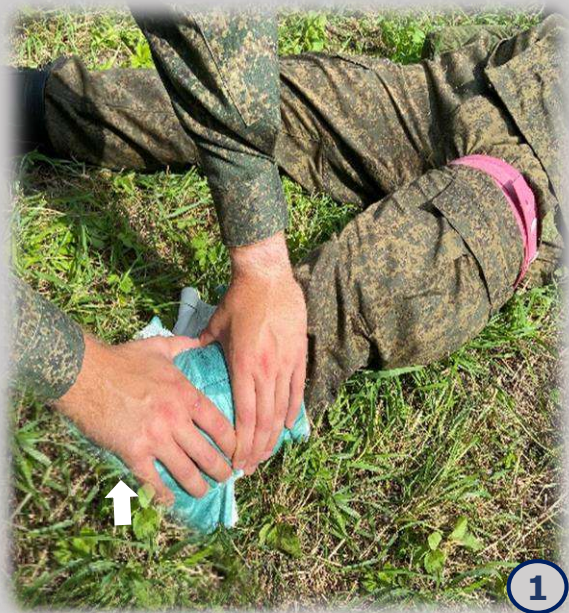
**НАЛОЖИ ПОВЕРХ ОБОЛОЧКИ
ПОДУШЕЧКИ ПЕРЕВЯЗОЧНОГО ПАКЕТА.**



**НАЛОЖИ ОКЛЮЗИОННУЮ ПОВЯЗКУ
ТУГО И ПЛОТНО.**



ПРИ ПЕРЕЛОМАХ КОСТЕЙ ТАЗА УЛОЖИ РАНЕНОГО НА СПИНУ И НАЛОЖИ ПОЯСНОЙ РЕМЕНЬ НА УРОВНЕ ВЕРТЕЛОВ БЕДРЕННЫХ КОСТЕЙ. СЛЕГКА СОГНИ НОГИ В КОЛЕННЫХ СУСТАВАХ И СВЯЖИ ИХ. ПОДЛОЖИ ПОД КОЛЕНИ ВАЛИК ИЗ ОБМУНДИРОВАНИЯ ИЛИ ПЛАЩ-ПАЛАТКУ.



**ПРИ ТРАВМАТИЧЕСКОЙ АМПУТАЦИИ КОНЕЧНОСТИ
ПОДУШЕЧКАМИ ПЕРЕВЯЗОЧНОГО ПАКЕТА ПЛОТНО
ОБЕРНИ РАНУ КУЛЬТИ. НАЛОЖИ ПЕРВИЧНУЮ
ПОВЯЗКУ НА КУЛЬТУ КОНЕЧНОСТИ.**



**ОБЯЗАТЕЛЬНО ВЫПОЛНИ ИММОБИЛИЗАЦИЮ
ПОВРЕЖДЕННОЙ КОНЕЧНОСТИ –
ПРИБИНТУЙ ЕЕ К ЗДОРОВОЙ!**



**НАЛОЖИ НА ОЖГОВУЮ РАНУ
ГИДРОГЕЛЕВУЮ ПОВЯЗКУ**