

Film edukacyjny pt. "Pierwsza pomoc - proste złamanie przedramienia".

Zima, choć spóźniona, zagościła w całym kraju. Drogi i chodniki pokryły się śniegiem oraz lodem, więc nietrudno o poślizgnięcie się i upadek. Jeśli będziemy mieli szczęście, skończy się to potłuczeniem i siniakami. Co jednak zrobić, jeśli w wyniku poślizgnięcia się złamiemy rękę?

Pierwsza pomoc w razie złamania sprowadza się do zabezpieczenia uszkodzonej kończyny tak, aby bezpiecznie i bezboleśnie przetransportować chorego do placówki medycznej. Istnieje wiele typów złamań (otwarte lub zamknięte, proste i złożone, z przemieszczeniem lub bez itd.). Generalna zasada mówi, iż w trakcie udzielania pierwszej pomocy należy w miarę możliwości unikać przemieszczania złamanej kończyny. Trzeba także zabezpieczyć dwa sąsiadujące ze złamaniem stawy, gdyż w ten sposób unieruchomimy także miejsce złamania. Poniższy film ilustruje sposób postępowania przy prostym, zamkniętym złamaniu kości przedramienia

<https://www.szkolenia-bhp24.pl/zlamanie-reki>

Na filmie pokazano, w jaki sposób z chusty można sporządzić temblak:

1. Prostokątną chustę składamy na pół, tworząc niej trójkąt
2. Chustę przekładamy pod złamanym przedramieniem tak, aby jeden róg znajdował się w okolicach łokcia.
3. Pozostałe dwa rogi chusty wiążemy za szyją.
4. Następnie stabilizujemy dłoń oraz łokieć w chuście (są to dwa stawy sąsiadujące z miejscem złamania)

INFORMACJA

Wpisany przez Adam Olko

czwartek, 23 stycznia 2014 15:21 - Ostatnia aktualizacja piątek, 24 stycznia 2014 15:31

Jeśli nie mamy chusty, rękę możemy ustabilizować za pomocą koszuli, ręcznika czy bandaża, z zachowaniem zasad przytoczonych w filmie. Z tak zabezpieczonym złamaniem możemy udać się po pomoc.

Pamiętaj, że w zakresie pierwszej pomocy tylko praktyka czyni mistrza. Wiele organizacji i fundacji organizuje darmowe kursy i szkolenie z pierwszej pomocy. Warto z nich skorzystać i nauczyć się ratować życie - dla bezpieczeństwa Twoich najbliższych!