

□ «Жедел-жәрдем көрсету шаралары»

Ата-аналарға арналған кеңес

Әр ата-ана өз баласына алғашқы көмек көрсете алатындай **бастапқы медициналық білім мен психологиялық дайындыққа** ие болуы керек. Өйткені төтенше жағдай кез келген уақытта орын алуы мүмкін: құлау, күйік, тұншығу, аллергия, қан кету, улану, т.б.

✓ Жалпы ереже:

1. **Сабыр сақтаңыз** – алдымен өзіңізді тыныштандырыңыз.
2. **Баланың жағдайын бағалаңыз** – есі бар ма, дем алып жатыр ма, қан кетіп жатыр ма?
3. **Қауіпсіздікті қамтамасыз етіңіз** – бала мен өзіңіздің қауіпсіздігіңізге көз жеткізіңіз.
4. **Жедел жәрдем шақырыңыз** – қажет болса 103 нөміріне хабарласыңыз.

□ Негізгі жағдайлар бойынша алғашқы көмек

1. □ Күйік алған жағдайда:

- Күйген жерді **суық сумен 10–15 минут** жуыңыз.
- Күйікке **май, тіс пастасы, ұн, т.б. жағуға болмайды!**
- Қабығы жарылған жағдайда — антисептик жағып, стерильді таңғышпен ораңыз.
- Көп көлемде күйік болса — шұғыл жедел жәрдем шақырыңыз.

2. □ Қан кету (кесілген немесе жарақат):

- Қан ағып жатқан жерді **таза дәкемен басыңыз.**
- Қан тоқтамаса, **жарадан жоғары жерден таңғыш салыңыз.**
- Жараны таза сумен жуыңыз, **йод/жасылмен жара айналасын сүртіңіз**, бірақ тікелей жараға жағуға болмайды.

3. □ Тұншығу (тамаққа нәрсе тұрып қалу):

- Егер бала жөтеліп жатса – **қақсын, көмектеспеніз.**
- Егер тынысы тоқтаса:
 - Арқасымен еңкейтіп, **жоғарғы жағына алақанмен 4–5 рет соғыңыз.**
 - Немесе **Геймлих әдісін** қолдануға болады (үлкен балалар мен ересектерге арналған).
- Жағдай қиын болса – **жедел жәрдем шақырыңыз.**

4. □ Құлау немесе бас жарақаты:

- Бала есін жоғалтса – **жанын жауып, тыныс алысын тексеріңіз.**

- Егер құсып жатса – **бүйіріне жатқызыңыз.**
- Көзін бақылайсыз: қарашығы үлкейсе, есі болмаса — **шұғыл дәрігер шақырыңыз.**

5. Улану (дәрі, тамақ, тұрмыстық химия):

- Ешқашан балаға **құсуға күшпен мәжбүрлеменіз** (әсіресе күйдіргіш заттар ішкен болса).
- Ауыз қуысын сумен шайыңыз.
- Шұғыл түрде **жедел жәрдем шақырыңыз**, және бала не жегенін немесе ішкенін айтыңыз.

6. Аллергиялық реакция немесе жәндік шағуы:

- Бөртіп, ісіп, тыныс алуы қиындаса – **антигистаминді (аллергияға қарсы) дәрі** беріңіз (дәрігер жазып берген болса).
- Демігу, тілінің ісінуі, есінен тану — **анафилаксиялық шок** болуы мүмкін, бұл жағдайда **шұғыл көмек қажет!**

Үйде болуға тиіс алғашқы көмек қобдишасы:

Құрал	Мақсаты
Стерильді дәке, бинт, лейкопластырь	Жара жабу
Сутегі асқын тотығы, жасыл ерітінді, йод	Жараны тазалау
Термометр	Дене қызуын өлшеу
Антигистаминдер (мыс: Зиртек, Супрастин)	Аллергияда
Қызу түсіретін дәрілер (мыс: Парацетамол, Ибупрофен)	Қызуды түсіру
Активтелген көмір немесе Смекта	Улану кезінде
Мақта, қолғап, қайшы	Көмек көрсету үшін

Қорытынды:

"Алғашқы көмек – маман ем емес, бірақ өмір сақтап қалуы мүмкін."

Әрбір ата-ана баласына алғашқы көмек көрсетудің негізгі әдістерін меңгеруі тиіс.

Қ
а
у
і
п
т
і
ң

а
л
д
ы
н