

Первая помощь при бытовых ожогах



Ожоговый центр
Legacy Oregon Burn Center



Безопасность в быту

Получить ожог можно не только

на природе, но и в быту. Сильные ожоги можно получить даже дома, ошпарившись кипятком, горячей водой или другими жидкостями, пищей или нагретым маслом. Из этого буклета вы узнаете, какие источники опасности скрываются в вашем доме и как оказать первую помощь при ожогах. Мы также собрали для вас полезную информацию об Орегонском ожоговом центре. Безопасность в быту

Публикация этого буклета стала возможной благодаря поддержке фонда медицинского центра Emanuel Medical Center. Если вы хотите поддержать работу Орегонского ожогового центра или медицинского центра Legacy Emanuel Medical Center, напишите по адресу P.O. Box 4484, Portland, OR 97208, или позвоните по телефону 503-413-2786.

Горячая вода — главная причина сильных ожогов

В США основной причиной ожоговых поражений у детей в возрасте до пяти лет является воздействие горячей воды, пищи или других горячих жидкостей. В подавляющем большинстве случаев это происходит, когда горячие жидкости или краны горячей воды оказываются в пределах досягаемости детей. Сильно обжечься можно даже кофе и чаем.

Наибольшему риску ожогов горячей водой подвержены пожилые люди и маленькие дети: у них очень тонкая кожа, и они не всегда могут достаточно быстро отреагировать на источник опасности. Помните: обжечься горячей водой может каждый.

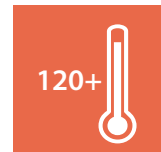
Меры предосторожности

Не оставляйте горячие жидкости в пределах досягаемости детей. Никогда не оставляйте маленьких детей одних в ванне или на кухне.

Проверяйте температуру

Недостаточно просто соблюдать осторожность. Проверьте работу водонагревателя: откройте горячую воду на 3–5 минут, а затем измерьте ее температуру специальным или кулинарным термометром (например, для мяса или консервирования). Если температура воды превышает 120 градусов по Фаренгейту, значит, нужно убавить нагрев. Не забывайте, что в микроволновой печи жидкости и еда могут перегреться, поэтому всегда проверяйте температуру.

Если вы не знаете, как отрегулировать водонагреватель, обратитесь за помощью к сотрудникам местной коммунальной службы.



Время, через которое можно получить ожог при следующих температурах:

Температура воды	Время до сильного ожога
156 градусов	1 секунда
149 градусов	2 секунды
140 градусов	5 секунд
133 градуса	15 секунд
127 градусов	60 секунд
124 градуса	3 минуты

Температура кипения воды — 212 градусов

Держите под рукой крышку

Температура нагретого масла гораздо выше температуры кипения воды. Оно легко может загореться. Будьте начеку! Если вы что-то готовите на масле, жарите бекон или другие жирные продукты, всегда держите под рукой крышку от сковороды.

Если содержимое сковороды загорелось, не снимайте сковороду с плиты и не пытайтесь вынести ее на улицу. Жир может выплеснуться и обжечь вас, детей или домашних животных, оказавшихся у вас на пути. Лучше всего осторожно накрыть пламя крышкой и выключить конфорку.

Запомните:

- Если загорелось содержимое сковороды, не паникуйте!
- Накройте пламя крышкой от сковороды.
- Выключите конфорку.
- Осторожно снимите сковороду с плиты.
- Прежде чем снять крышку, дайте сковороде полностью остыть.



- Никогда не снимайте горящую сковороду с плиты и не передвигайте ее!
- Ни в коем случае не пытайтесь потушить возгорание водой!
- Никогда не оставляйте сковороду с маслом или жирной пищей без присмотра. Огонь может вспыхнуть в считанные секунды.
- Возгорание жира также можно потушить пищевой содой. Держите соду под рукой, чтобы засыпать ею пламя. Огнетушитель на кухне тоже не будет лишним.

Помните: самое эффективное средство пожаротушения уже у вас под рукой. Это крышка от сковороды. С ее помощью можно перекрыть доступ кислорода, поддерживающего горение, и таким образом потушить огонь. Всякий раз, когда вы готовите на масле или жире, кладите рядом крышку от сковороды.

Если загорелась одежда или вы получили ожог:

- Остановитесь, падайте на пол и начинайте медленно перекатываться из стороны в сторону, чтобы сбить пламя.
- Как только пламя потухнет, как можно скорее снимите пропитанную горячим жиром одежду.
- Охлаждайте место ожога холодной водой (но не льдом!) в течение примерно 5 минут, чтобы остановить жжение. Холодная вода снижает температуру кожи, останавливает жжение, снимает боль и уменьшает отек.
- Наложите повязку на место ожога. После того как вы охладили место ожога водой, наложите на него повязку, используя чистую сухую ткань или бинт.
- Не применяйте мази, спреи, масло или зубную пасту — только холодную воду.

И наконец, обратитесь за медицинской помощью. Не стоит недооценивать серьезность ожога!



Первая помощь при ожогах

Что нужно делать в случае ожогового поражения? Это руководство поможет понять, нужно ли незамедлительно обратиться за медицинской помощью или же можно оказать первую помощь самостоятельно.

Если вы не уверены, позвоните врачу или обратитесь в отделение экстренной или неотложной медицинской помощи.

Ожоги, требующие немедленной медицинской помощи:

- Любые ожоги, площадь которых превышает размер ладони — у взрослых или детей.
- Ожоги лица, кистей рук, стоп или гениталий.
- Электрические ожоги.
- Химические ожоги.
- Любые ожоги, которым сопутствуют другие травмы или проблемы с дыханием.

Что нужно делать:

- Потушите пламя и снимите всю одежду.
- Если ожог большой, позвоните в службу 911.
- Если площадь ожога меньше ладони, поддержите обожженный участок под холодной водой около пяти минут.
- Не прикладывайте к месту ожога ватные шарики и не используйте народные средства (например, масло, яйца или лед).
- Если площадь ожога велика, обеспечьте пострадавшему покой и комфорт и проследите, чтобы ему было тепло. Накройте его чистой простыней или одеялом.
- Обеспечьте пострадавшему чистоту и следите за тем, чтобы ему было тепло и сухо.



Ожоги, при которых можно оказать первую помощь самостоятельно:

- Ожоги, покраснения или волдыри, площадь которых меньше ладони.
- Солнечные ожоги (лечение описано ниже).

Что нужно делать:

- Подержите место ожога под холодной водой в течение пяти минут (не прикладывайте лед).
- Тщательно промойте водой с мягким мылом.
- Не прокалывайте волдыри.
- Наложите чистую мягкую повязку.
- Нанесите мазь с антибиотиком.
- Дайте пострадавшему обезболивающее, например, Tylenol, Motrin, Advil или аспирин (но не давайте аспирин детям), следуя указаниям на упаковке.
- Если возможно, приподнимите обожженную руку или ногу.

Что делать при солнечных ожогах:

- Накройте место ожога чистой тканью, смоченной в холодной воде, но не оставляйте ее более чем на 5 минут.
- Нанесите увлажняющее молочко.
- Пейте больше воды.
- Дайте пострадавшему обезболивающее, например, Tylenol, Motrin, Advil или аспирин (но не давайте аспирин детям), следуя указаниям на упаковке.
- Если обожжены ноги, приподнимите их.

Позвоните врачу:

- Если после оказания первой помощи возник любой из следующих симптомов:
 - Тошнота или рвота.
 - Жар (температура тела 102 градуса по Фаренгейту и выше).
 - Площадь покрасневшего участка вокруг ожога по прошествии 24 часов стала больше.



Ожоговый центр Legacy Oregon Burn Center

3001 N. Gantenbein Ave. • Portland, OR 97227

Телефон: 503-413-4232 • Факс: 503-413-3590

legacyhealth.org/burn

