



«ԻՆՏԵՐԱԿՏԻՎ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ
ԶԱՐԳԱՑՈՒՄ»
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ



ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ
ԴԱՍԸՆԹԱՑ 2022

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

ԹԵՄԱ՝

*«Տուժածի վիճակի գնահատումն հրատապ գործողությունների փուլ» դասաթեմայի դասավանդման արդյունավետության բարձրացումը՝ ոչ ստանդարտ իրավիճակներում գործնական աշխատանքներ կատարելիս
ՆԶՊ*

ԱՌԱՐԿԱ՝

Արմեն Մկրտչյան

ՀԵՂԻՆԱԿ՝

Լոռու մարզ

ՄԱՐԶ՝

ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆ՝

Սվերդլովի միջնակարգ դպրոցի

ՂԵԿԱՎԱՐ՝

մ. գ. դ., դոցենտ, ՌԲԱ պրոֆեսոր Ա. Ծատուրյան

Ստեփանավան 2022 թ.

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

1. Ներածություն
2. Պարագրաֆներ, մասեր
3. Եզրակացություն
4. Օգտագործված գրականության ցանկ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Նախնական զինվորական պատրաստության (ՆՁՊ) և անվտանգ կենսագործունեության առարկայական չափորոշիչների մշակման համար հիմք են ծառայել «Զինապարտության մասին» ու «Կրթության մասին» ՀՀ օրենքների պահանջները պատանիներին ՀՀ զինված ուժերում նախապատրաստելու համար ծառայության, ինչպես նաև ՀՀ հանրակրթության պետական կրթակարգի և միջնակարգ կրթության չափորոշիչների սկզբունքները և ՀՀ պաշտպանության նախարարության երիտասարդ զինվորինախնական զինվորական պատրաստության չափորոշիչները: ՆՁՊ առարկայի նպատակն է տասներկուամյա միջնակարգ կրթության շրջանակներում և այլընտրանքային, տարամեթոդ դպրոցների առկայության պայմաններում պատանիներին ու աղջիկներին զինել ՆՁՊ-ի և անվտանգ կենսագործունեության գիտելիքներով:

ՆՁՊ և անվտանգ կենսագործունեության չափորոշիչները ընդգրկում են՝

- Հայեցակարգը
- Առարկայի ուսումնական նպատակները
- Առարկայի բովանդակային ծավալը
- Ուսումնական գործունեության տեսականները
- Սովորողների պատրաստվածությանը ներկայացվող պահանջների և արժեքային համակարգի սահմանումներն ըստ դասարանների (հիմնական դպրոց և ավագ դպրոց)

• Ուսուցման արդյունքների ստուգման և գնահատման կարգը:

ՆՁՊ առարկան ռազմական գիտելիքների ուսուցման և ռազմահայրենասիրական դաստիարակության կուրս միասնությունն է:

«ՆՁՊ» ներառում է ռազմահայրենասիրական, օրենսդրական և միջազգային մարդասիրական նորմի հարցեր, համագորային կանոնադրությունների դրույթներ, մարտավարության հիմունքներ, կրակային և շարային պատրաստություն, ռազմական տեղագրություն, բնածին և տեխնածին աղետների իրավիճակներում գործելակերպի, առաջին օգնության հիմունքները, առողջ ապրելակերպի հարցեր:

Ներկայումս քաղաքակրթության զարգացման հետ ավելացել են մարդու գործունեության հետ վտանգները: Դրանք կարող են կապված լինել երթևեկության ,

ակտիվ հանգստի, ճամփորդությունների, հետազոտական աշխատանքի, տեխնիկայի օգտագործման, սննդի ընդունման հանրօգուտ աշխատանքի հետ և այլն: Ուստի սովորողներին հարկավոր են պաշտպանական միջոցներ: Եվ դա կարելի է իրագործել դպրոցում սովորողների մոտ ոչ ստանդարտ իրավիճակներում կողմնորոշվելու, հարմարունակություն, ինքնօգնություն, փոխօգնություն, ինքնատիրապետման հմտությունների ձևավորման միջոցով: Ուսուցման ընթացքում սովորողները իրենք են գիտակցում համապատասխան վարքի դրսևորման կարևորությանը, անզույժ վարքի հնարավոր հետևությունները, նրանց մոտ ձևավորվում է զգոնություն վտանգների կանխարգելման նկատմամբ:

Առաջին բուժօգնությունը (ԱԲՕ) պարզագույն բժշկական միջոցառումների համալիր է: Այն իրականացվում է դեպքի վայրում՝ ինքնօգնության և փոխօգնության կարգով՝ հիմնականում օգտագործելով ձեռքի տակ եղած միջոցները և նպատակ ունենալով պահպանել տուժածի կյանքն ու կենսագործունեությունը:

Առաջին բուժօգնության հիմունքների իմացությունը շատ կարևոր է բոլորի, ինչպես նաև ապագա զինվորների համար:

Մարտական գործողությունների ժամանակ առաջին բուժօգնության հիմնական խնդիրներն են՝

- գնահատել դեպքի վայրը և յուրաքանչյուր տուժածի վիճակը,
- դադարեցնել վնասող գործոնների հետագա ազդեցությունը,
- ցույց տալ առաջին բուժօգնություն,
- ապահովել տուժածի արագ տեղափոխումը մոտակա բուժկետ:

Աշխատանքի նպատակն է ցույց տալ թե ինչպես կարելի է բարձրացնել «Տուժածի վիճակի գնահատում և հրատապ գործողությունների փուլ» դասաթեմայի դասավանդման արդյունավետությունը կապված ոչ ստանդարտ իրավիճակներում առաջին բուժօգնության գործնական պարապմունքներ կատարելու միջոցով: Այդ նպատակով աշխատանքում նախ նկարագրված է առաջին բուժօգնության հնարավոր դեպքերը և ցույց տրվել դրանց դրսևորման յուրահատկությունները բնականին մոտ պայմաններում:

Հայաստանի հանրապետության սահմանամերձ շրջաններում և Արցախում տեղի ունեցած մարտական գործողությունների վերլուծությունը ցույց է տվել, որ զոհվածների 20%-ին հնարավեր կլինեի փրկել, եթե առաջին բուժօգնությունը ցույց տրվեր մարտի դաշտում:

Ըստ վիճակագրության, ծանր վնասվածք ունեցողների մոտ 30%-ը մահանում է առաջին ժամվա ընթացքում, 60%-ը երեք ժամ հետո, իսկ 90%-ը վեց ժամ հետո:

Վնասվածք ստանալու պահից սկսած առաջին կես ժամը անվանվում է «ոսկե ժամանակ»: Այն տուժածները, որոնց հնարավոր է լինում վնասվածքից հետո առաջին 30 րոպեների ընթացքում արագ արձագանքելով՝ վիճակը կայունացնել և տեղափոխել մոտակա բուժհաստատություն՝ նրանց գոյատևման հնարավորությունները ավելի մեծ են, քան մյուսներինը:

Տիրապետելով առաջին բուժօգնության հիմունքներին՝ դպրոցականները կկարողանան ստացած գիտելիքները ոչ միայն կիրառել իրենց շրջապատում՝ նվազեցնելով դժբախտ պատահարների հետևանքները, այլ դրանով իսկ կնպաստեն բարության ու մարդասիրական հատկանիշների ձևավորմանը, կոլեկտիվում առողջ մթնոլորտի ամրապնդմանը:

Որպեսզի աշակերտը կարողանա հաղթահարել վախը, նա պետք է ունենա գիտելիքների պաշար, վստահ լինի իր գործողություններում, խուճապի չմատնվի, կենտրոնանա և ընդունի առավել նպատակահարմար որոշումներ:

Ուստի կարևոր է համարում առաջին բուժօգնության դասավանդմանը տալ առավել գործնական ուղղվածություն, որը աշակերտներին հնարավորություն կտա զարգացնել բարձր կամային հատկանիշներ՝ համարձակություն, տոկունություն, վստահություն սեփական ուժերի նկատմամբ և կօգնի արագ և ճիշտ կողմորոշվել ոչ ստանդարտ իրավիճակներում:

• Առաջին օգնությունը գործողությունների համակարգ է, որը կատարվում է մինչև մասնագիտական օգնության ժամանումը:

Առաջին օգնության նպատակներն են՝

- Պահպանել տուժածի կյանքը,
- Նպաստել տուժածի վիճակի բարելավմանը,
- Կանխել տուժածի վիճակի վատթարացումը,
- Պաշտպանել անօգնական տուժածին

Առաջին օգնության ցուցաբերման ժամանակ կարող են լինել խանգարող հանգամանքներ:

- Առաջին օգնության գիտելիքների բացակայություն,
- անվստահություն և սխալ գործելու վախ,
- «Հանդիսատեսների» ներկայություն
- Անձանոթ տուժած,
- Վնասվածքի կամ հիվանդության բնույթ,
- վարակվելու վախ:

Ուստի կարևոր է, որ աշակերտը պատկերացում ունենա հրատապ գործողությունների փուլերի մասին դրանք են՝

1. Դեպքի վայրի զննում և անվտանգության ապահովում
2. Տուժածի զննում, առաջին օգնության ցուցաբերում
3. Ահազանգ

- Դեպքի վայրի զննումը օգնում է գնահատել իրավիճակը և հասկանալ, թե ի՞նչ է պատահել:

Պետք է պարզել տվյալ դժբախտ պատահարի պատճառները, ուշադրություն դարձնել արտակարգ իրավիճակներին բնորոշ նշաններին, ուշադիր զննել դեպքի վայրը և փորձել գտնել հետևյալ հարցերի պատասխանները՝

- Ի՞նչ է պատահել,
- Ի՞նչ վտանգ կա
- Քանի՞ տուժած կա
- Կարող են դեպքի վայրում գտնվող մարդիկ օգտակար լինել:

- Տուժածի զննում և առաջին օգնության ցուցաբերում մոտենալով տուժածին պետք է կարողանալ ճիշտ գնահատել նրա վիճակը, վնասվածքների տեսակները և ծանրությունը: Տուժածի զննումը պետք է կատարել արագ և ճիշտ հերթականությամբ:

Տուժածի զննումը բաժանվում է առաջնային և երկրորդային զննման:

- Առաջնային զննումը կատարում ենք տուժածի կյանքին անմիջական սպառնացող վտանգավոր պայմանների հայտնաբերման նպատակով: Առաջնային զննման ժամանակ անհրաժեշտ է ստուգել կենսական կարևոր համակարգերի գործունեությունը:

Պետք է տալ աշակերտներին պատկերացում կենսական կարևոր համակարգերի մասին՝

1. Նյարդային «գիտակցություն».

2. շնչառական «շնչառությունը»,

3. սիրտ անոթային «անոթազարկը և ուժեղ արյունահոսությունը»:

-Երկրորդային զննումը կատարվում է տուժածի կյանքին անմիջական չսպառնացող վնասվածքները և վիճակները հայտնաբերելու նպատակով: Պետք է ուշադրություն դարձնել, որ որոշ վնասվածքներ և հիվանդագին վիճակներ, որոնք կյանքին անմիջական վտանգ չեն սպառնում անուշադրության մատնելու պարագայում հետագայում կարող են վտանգավոր դառնալ:

Երկրորդային զննման ժամանակ անհրաժեշտ է իմի բերել պատահարի և տուժածի առողջական վիճակի վերաբերյալ հնարավոր բոլոր տեղեկությունները:

Երկրորդային զննման նպատակներից է նաև տուժածի վերահսկումը, որն իրականացվում է մինչև մասնագիտական օգնության ժամանումը: Երկրորդային զննումը կատարվում է երեք եղանակով`

1. Տուժածի և ներկաների հարցուփորձ

2. Տուժածի մանրակրկիտ զննում

3. Կենսական կարևոր համակարգերի վերահսկում

Ահագանգ -Առաջին օգնության ժամանակ պետք է ճիշտ գնահատել իրավիճակը, ճիշտ որոշում կայացնել և անհրաժեշտության դեպքում ահագանգել: Ահագանգի նպատակն է ապահովել մասնագիտական օգնության ժամանումը դեպքի վայր:

Շտապ օգնության աշխատանքը ավելի արդյունավետ կլինի, եթե ահագանգման ժամանակ ճիշտ և ստույգ տեղեկություն հաղորդենք տուժածի և պատահարի վերաբերյալ:

- դեպքի վայրի հասցեն,
- հեռախոսահամարը, որից կատարվում է զանգը,
- ի՞նչ է պատահել,
- զանգողի անունը և ազգանունը,
- տուժածների քանակը և վիճակը,
- ցուցաբերված առաջին օգնությունը:

Անգիտակից տուժած

Գիտակցության կորուստը մարդու կյանքին սպառնացող վիճակ է, քանի որ շատ արագ կարող է խաթարվել նրա շնչուղիների անցանելիությունը դադարի շնչառությունը:

Դրա պատճառ կարող են դառնալ բազմաթիվ վնասվածքներ և հիվանդություններ, ինչպիսիք են օրինակ սրտի աշխատանքի խանգարումները, գլխուղեղի վնասվածքները, հանկարծահաս հիվանդագին վիճակները, թունավորումները և այլն:

Բացի այն, որ անգիտակից տուժածի բոլոր մկանները թուլացած են, և մեջքի վրա պարկած դիրքում նրա լեզուն կարող է հետ գնալով փակել շնչուղիները, նրա մոտ բացակայում է նաև հազի ռեֆլեքսը: Դրա հետևանքով թուրքը, արյունը, փսխման զանգվածները կարող են լցվել շնչուղիներ և շնչառության դադարի պատճառ դառնալ:

Եթե տուժածն անգիտակից վիճակում է, բայց շնչում է, շնչուղիների անցանելիությունը ապահովելու համար նրան պետք է շրջել կողքի ապահովության դիրքի:

Այս դիրքում նրա բերանի պարունակությունը արտահոսում է դուրս, իսկ լեզուն չի կարող հետ գնալ և փակել շնչուղիները:

Կողքի ապահովության դիրքի շրջելը

Ստուգեք տուժածի գիտակցությունը: Եթե տուժածը անգիտակից վիճակում է, բացեք շնչուղիները և ստուգեք շնչառությունը: Եթե տուժածը շնչում է, շրջեք նրան կողքի ապահովության դիրքի: Դրա համար

1. Ծնկի իջեք տուժածի կողքին՝ մոտավորապես նրա մարմնի միջնամասում:
2. Տուժածի ձեռք կողմի ձեռքը տարածեք նրա մարմնի նկատմամբ մոտավորապես ուղիղ անկյան տակ և ծալեք արմունկը:
3. Մի ձեռքով բռնեք տուժածի ոտքը ծնկան հողի շրջանում, ծալեք այն և պահեք այդ դիրքում:
4. Ձեր մյուս ձեռքով տուժածի ձեզնից հեռու գտնվող ձեռքի դաստակը բերեք դեպի տուժածի այտը և դրանով պահեք նրա գլուխը:
5. Դանդաղ համաչափ և զգուշորեն շրջեք տուժածին դեպիձեզ՝ օգտագործելով

ծունկը որպես լծակ:

Պահպանեք մարմնի նորմալ ջերմաստճանը: Ծածկեք տուժածին որևէ ծածկոցով կամ տաք հագուստով, որպեսզի պահպանեք նրա մարմնի ջերմությունը: Եթե տուժածը գետնի վրա է պարկած, լավ կլինի նրա տակ կամ ծածկոց փռել:

Շոգ եղանակին արևի տակ գտնվող տուժածին տեղափոխեք ստվերոտ հով տեղ:

Առաջին օգնության ընդհանուր քայլեր

Կան օգնության քայլեր, որոնք ընդհանուր են և կիրառվում են ցանկացած դեպքում: Հանգստացրեք և սփսփեք տուժածին: Անհանգստությունը, վախը, սթրեսը նպաստում են օրգանիզմում այնպիսի նյութերի առաջացմանը, որոնք մեծացնում են թթվածնի պահանջը, հետևաբար ավելացնում են կենսական կարևոր համակարգերի ծանրաբեռնվածությանը: Տուժածին հանգստացնելով, վստահություն և լավատեսություն ներշնչելով՝ դուք զգալիորեն բարելավում եք նրա վիճակը: Տուժածին հանգստացնելու համար նախ ինքներդ պետք է հանգիստ լինեք, խուճապի չմատնվեք: Ձեր խոսքը պետք է լինի վստահ: Տուժածի հետ խոսելիս տեղավորեք այնպես, որ նա ձեզ նայելու համար ստիպված չլինի ավելորդ լարվել:

Խոսելիս նայեք տուժածի աչքերին: Նստեք կամ ծնկի իջեք նրա մոտ: Վստահեցրեք նրան, որ շտապ օգնությունը շուտով կժամանի, որ դուք նրան չեք լքի, կշարունակեք օգնություն ցուցաբերել, և նրա վիճակը կբարելավի: Որոշ դեպքերում տուժածի ձեռքը բռնելը կամ ուսը շոյելը կարող են հանգստացնել նրան կամ օգնել հաղթահարելու վախը:

Օգնեք տուժածին հարմար դիրք ընդունել:

Մովորաբար մարդը բնագոյաբար գտնում է այն դիրքը որում իրեն ավելի լավ և հարմար է զգում: Դիրքի ընտրության հարցում առաջնորդվեք տուժածի ցանկությամբ: Դուք կարող եք օժանդակել նրան՝ բարձով կամ ծածկոցով ավելի հարմար դարձնելով նրա դիրքը: Մինչև շտապ օգնության ժամանումը օգնեք տուժածին հնարավորինս անշարժ մնալ, քանի որ շարժումը կարող է բարդացնել նրա վիճակը և ուժեղացնել ցավը:

Օգնեք տուժածին ընդունել բժշկի նշանակած դեղերը: Որպես կանոն, առաջին

օգնություն ցուցաբերողը տուժածին չպետք է տա ոչ մի դեղամիջոց: Սակայն եթե տուժածն ունի որևէ հիվանդություն և բժշկի նշանակմամբ դեղեր է ընդունում, և եթե դեղն ընդունելը կարող է թեթևացնել վիճակը, օգնեք նրան ընդունել դեղամիջոցը:

Փորձեք մեղմել ցավը մինչև շտապ օգնության ժամանումը: Երբեմն ցավը մեղմելու համար քավարար է միայն տուժածին հանգստացնելն ու նրան հարմար դիրք տալը: Երբ տուժածը միայն ցավի վրա է կենտրոնացած, այն ավելի անտանելի է լինում: Փորձեք նրան հնարավորինս շեղել, օրինակ ներգրավելով խոսակցության մեջ: Տուժած երեխային կարելի է զբաղեցնել խաղով կամ հեքիաթ պատմելով: Սակայն եթե զգում եք, որ ձեր քայլերը հաճելի չեն կամ զայրութ են պատճառում տուժածին, մի շարունակեք:

Ահազանգ

Կախված իրավիճակից՝ ահազանգ կարող է կատարվել թե՛ դեպքի վայրի զննման, թե՛ տուժածի զննման պահին: Ահազանգելիս կարիք կլինի համապատասխան ծառայության հերթապահին որոշակի տեղեկություններ հայտնելու դեպքի մասին: Դրա համար ցանկալի է ահազանգել, երբ արդեն զիտեք, թե ի՞նչ է պատահել, և ինչպիսի օգնության կարիք կա: Ահազանգելիս պետք է հայտնել հետևյալ տեղեկությունները՝

- դեպքի վայրի ճշգրիտ հասցեն
- ի՞նչ է պատահել
- քանի՞ տուժած կա
- տուժածների տվյալները և վիճակը
- ինչպիսի՞ օգնություն ցուցաբերել

Տարբեր իրավիճակներում կարող են լինել տարբեր ծառայություններ ահազանգելու կարիք:

Հայաստանի Հանրապետությունում գործող արագ արձագանքման ծառայություններն ու դրանց համարներն են՝

- շտապ օգնություն՝ 1-03
- ոստիկանություն՝ 1-02
- հրշեջ ծառայություն՝ 1-01
- գազի վթարային ծառայություն՝ 1-04
- փրկարար ծառայություն՝ 911

Առողջ մարդու սիրտն աշխատում է կանոնավոր և համաչափ: Հանգիստ

վիճակում չափահաս մարդկանց և 8-ից բարձր տարիքի երեխաների սիրտը կծկվում է 60-80 անգամ: 8 տարեկանից փոքր երեխաների սիրտը ավելի արագ է կծկվում, իսկ ծծկեր երեխաներինը՝ րոպեում մինչև 120 անգամ: Գիտակից տուժածի անոթազարկը կարող էք հաշվել՝ շոշափելով ճանաչային զարկերակը նախաբազկի վրա: Անոթազարկը կարող է լինել անկանոն, թույլ կամ դժվար շոշափվող, նաև չափազանց արագ կամ դանդաղ: Ծծկեր երեխաների անոթազարկը ստուգում են բազկի միջին մասում ներսի կողմից:

Անոթազարկի ստուգում

Ցավ

Ցավը ստիպում է մեզ ուշադրություն դարձնել հիվանդությանը կամ վնասվածքին: Երբեմն ցավի պատճառն ակնհայտ է. օրինակ՝ վնասվածքների դեպքում: Սակայն լինում են դեպքեր, երբ ցավի պատճառն բացահայտելն այնքան էլ դյուրին չէ: Օրինակ՝ մարդիկ սովորաբար որովայնի ցավը կապում են մարսողության խանգարման հետ, սակայն այն կարող է սրտամկանի ինֆարկտի նշան լինել: Եթե տուժածը գանգատվում է ցավից, խնդրեք բնութագրել այն: Ցավը կարող է լինելայրող, ճնշող, սուր, բութ և այլն: Ցավի տանելիությունը որոշ չափով կախված է տուժածի անհատական առանձնահատկություններից: Ամեն դեպքում ուժեղ ցավըվկայում է վիճակի լրջության մասին: Մյուս կողմից ցավն ինքնին կարող է խնդիր դառնալ, վատթարացնել տուժածի վիճակը, անգամ շոկի պատճառ դառնալ:

Երբեք մի՛ անտեսեք ցավը, մի ենթադրեք, թե դրա պատճառը այնքան էլ լուրջ չէ:

Այնուհետև շոշափեք յուրաքանչյուր վերջույթն առանձին: Խնդրեք տուժածին շարժել սկզբում ձեռքի մատները, ապա դաստակը, արմունկը, ուսը: Նույն սկզբունքով գննեք նաև ստորին վերջույթները:

Վերահսկում

Տուժածի գիտակցության, շնչառության անոթազարկիփոփոխությունները, ինչպես նաև մաշկի վիճակը կարևոր տեղեկություններ են տալիս նրա վիճակի մասին:

Գիտակցություն

Գիտակցության մակարդակը պարզելու համար տուժածին տվեք արագ հարցեր՝ օրինակ. իր գտնվելու մասին և այլն: Գիտակցության խանգարումների մասին կարող են վկայել տուժածի խոսքի, հիշողության, լսողության, տեսողության

խանգարումները, տարածության և ժամանակի կողմնորոշման խանգարումները և այլն:

Մաշկ

Մաշկի գույնը, խոնավությունը, ջերմաստճանը փոփոխվում են կախված օրգանիզմի վիճակից: Մաշկը կարող է գունատ, կարմրած կամ կապտավուն երանգ ունենալ: Մաշկի գույնի փոփոխությունները ավելի ակնառու են շրթունքների շրջանում: Ուշադրություն դարձրեք նաև մաշկի ջերմությանը և խոնավությանը: Մաշկի ջերմաստճանը կարելի է որոշել՝ ձեռքի ասփով տուժածի մաշկի ջերմությունը զգալով և համեմատելով ձեր մաշկի ջերմաստիճանի հետ: Մաշկը կարող է լինել սովորականից չոր, խոնավ կամ առատ քրտնարտադրության հետևանքով՝ թաց:

Շնչառություն և անոթագարկ

Նորմալ վիճակում մարդու շնչառությունը համաչափ է, անաղմուկ և հանգիստ: Չափահաս մարդկանց և 8-ից բարձր տարիքի երեխաների շնչառությունը հանգիստ վիճակում սովորաբար բույեում 10-18 շնչառական շարժում է: Ավելի փոքր երեխաների շնչառությունը ավելի արագ է: Վնասվածքի կամ հիվանդագին վիճակի պատճառով տուժածի շնչառությունը կարող է դառնալ աղմկոտ, մակերեսային կամ խորը, արագանալ կամ դանդաղել:

Աշխատեք նկատել շնչառության յուրաքանչյուր փոփոխություն:

Երկրորդային զննում

Եթե տուժածի կյանքին անմիջական վտանգ չի սպառնում, պետք է շարունակել զննումը՝ այլ վնասվածքների կամ հիվանդագին վիճակների հայտնաբերման համար սա կոչվում է երկրորդային զննում: Տուժածի երկրորդային զննումը կատարվում է երեք հիմնական եղանակով՝ հարցուփորձ, մանրկրկիտ զննում և վերահսկում:

Հարցուփորձ

Եթե տուժածը փոքր երեխա է, ձեր գործողությունները միշտ համաձայնեցրեք նրան ուղեկցող չափահասի հետ:

Եթե տուժածը անձանոթ է. ներկայացրեք և նրան առաջարկեք ձեր օգնությունը Տուժածի հանդեպ եղեք մեղմ և հոգատար, համբերությամբ լսեք նրան: Ավելի անմիջական մթնոլորտ ստեղծելու համար հարցրեք նրա անունը և դիմեք անունով:

Այնպիսի դիրք գրավեք, որ խոսելիս տուժածին հարմար լինի ձեզ նայել:

Պարզեք, թե ի՞նչ է զգում և ի՞նչ գանգատներ ունի: Երբեմն անհրաժեշտ է լինում տուժածից որոշհարցերի պատասխաններ ստանալ: Օրինակ, պարզեք արդյո՞ք նա որևէ դեղամիջոցից, սննդից, միջատի խայթոցից, կամ այլ բանից ալերգիա ունի: Հնարավոր է որ հենց ալերգիկ ռեակցիան էլ լինի տվյալ իրավիճակի պատճառը: Եթե տուժածը տառապում է որևէ հիվանդությամբ պարզեք օգտագործում է արդյոք դեղորայք: Հարցրեք, թե վերջին անգամ ե՞րբ և ի՞նչ է կերել կամ խմել: Դրանով կպարզեք նրա ծարավի կամ թուլության պատճառը կապված է արդյոք սնունդ կամ հեղուկներ ընդունելու հետ:

Մանրակրկիտ զննում

Տուժածի մարմինը կարելի է նայել զննելով, շոշափելով:Գիտակից տուժածին կարող եք խնդրել շարժել մարմնի մասերը: Տուժածի զննումը սկսեք գլխից, ուշադրություն դարձրեք այտուցված կամ փոս ընկած մասերին: Մանրակրկիտ շոշափեք հասկապես գլխի մազածածկի շրջանը. քանի որ այդ մասում վնասվածքները դժվար է նկատել: Խնդրեք տուժածին գլուխը դանդաղ թեքել դեպի աջ և ձախ շարժել ուսերը: Եթե շարժելիս տուժածը ցավ է զգում, անմիջապես դադարեցրեք այդ գործողությունը:

Կրծքավանդակը և որովայնը զննելիս խնդրեք տուժածին խորը ներշնչել և արտաշնչել: Հարցրեք կան արդյոք ցավեր կրծքավանդակի կամ որովայնի շրջանում:

Ուժեղ արտաքին արյունահոսություն

Ուժեղ արտաքին արյունահոսությունը հեշտ նկատելի է, դուք կարող եք տեսնել տուժածի արյունով ներծծված հագուստը կամ շուրջ գոյացած արյան լճակը: Եթե տուժածը պարկած է այնպիսի մակերեսի, որը կարող է ներծծել արյունը (օրինակ՝ավազի վրա)կամ տուժածի հագուստը մուգ գույնի է և շատ հաստ, փորձեք արյունահոսությունը հայտնաբերել՝ձեռքերով շոշափելով տուժածի մարմինը:Եթե առկա է ուժեղ արտաքին արյունահոսություն, այն պետք է անմիջապես դադարեցնել ձեռքի տակ ունեցած միջոցներով, մինչև օգնության հաջորդ քայլերին անցնելը:

Հրատապ գործողություններիփուլեր

1. Դեպքի վայրի զննում և անվտանգության ապահովում նաև պարզեք
Ի՞նչ է պատահել

	Ի՞նչ		վտանգ		կա
	Քանի՞		տուժած		կա
2.	Տուժածի	զննում	և	օգնության	ցուցաբերում
Կատարեք		առաջնային			զննում՝ ստուգելով.
	•				շնչառությունը
	•				գիտակցությունը
	•		ուժեղ		արյունահոսությունը
Կատարեք			երկրորդային		զննում
	•	տուժածի	և	ներկաների	հարցուփորձ
	•	տուժածի		մանրակրկիտ	զննում
	•	կենսական	կարևոր	նշանների	վերահսկում

3.					Ահագանգ
Հայտնեք					
	•	դեպքի		վայրի	հասցեն
	•	ի՞նչ		է	պատահել
	•			տուժածների	քանակը
	•			տուժածների	վիճակը

Շնչուղիների բացումը և շնչառության ստուգում

Անգիտակից վիճակում տուժածի մկանները, այդ թվում՝ լեզուն թուլանում են: Եթե տուժածը պարկած է մեջքի վրա, լեզուն հետ է գնում դեպի ըմպան՝ փակելով շնչուղիները:

Այդ պատճառով շնչառությունը ստուգելու համար առաջին հերթին անհրաժեշտ է բացել շնչառական

- | | | | | | |
|-----|--|-------------|--|--|--------|
| Դրա | | | | | համար |
| • | մի ձեռքը դրեք տուժածի ճակատին, | մյուսով նրա | | | կզակը |
| • | գլուխը զգուշությամբ հետ տարեք և բարձրացրեք | | | | կզակը |
| • | զգուշորեն բացեք | տուժածի | | | բերանը |

Նշում

Անչափահաս տուժածի շնչուղիները բացելու համար հարկավոր է գլուխն ավելի քիչ հետ տանել, իսկ ծծկերների պարագայում՝ բարձրացնել միայն կզակը: Շնչուղիները բացելուց հետո առանց տուժածի գլխի դիրքը փոխելու ստուգեք

•Եթե տուժածը ոչ մի կերպ չի արձագանքում, ուրեմն նա անգիտակից վիճակում է:

Բարձրաձայն օգնություն կանչեք, եթե հնարավոր է որևէ մեկին խնդրեք ահազանգել շտապ օգնություն:

Վտանգավոր նյութերի արտահոսքի հետ կապված պատահարներ

Յուրաքանչյուր իրավիճակում դեպքի վայրի զննման ժամանակ ստուգեք վտանգավոր նյութերի առկայությունը: Ուշադրություն դարձրեք այդտեղ գոլորշու քուլաներին, թափված հեղուկին, կամ այլ նյութերին, շշերին, գազի բալոններին և արտասովոր հոտերին: Հնարավորության դեպքում հեռացրեք վտանգավոր նյութերը տուժածից, ինչպես նաև շրջապատի հետաքրքրասերներից՝ հատկապես երեխաներից:

Վտանգավոր նյութեր տեղափոխող մեքենաների կամ բեռնարկղերի վրա փակցված են լինում նյութի թունավորության և վտանգավորության մասին տեղեկացնող վահանակներ: Նման մեքենաների վթարի դեպքում ահազանգելիս տեղեկացրեք վահանակի վրա գրված ցուցանիշների մասին՝ մանրամասն նկարագրելով դրանք: Եթե մտածում եք, որ դեպքի վայրում առկա են թունավոր գազեր, կանգնեք այնպես, որ քամին փչի ձեր կողմից:

Եթե դեպքը տեղի է ունեցել շինությունում և ենթադրում եք, որ այնտեղ կարող են լինել վտանգավոր գազեր, խուսափեք ներս մտնելուց: Եթե ձեր այնտեղ մտնելն համարում եք խիստ անհրաժեշտ հնարավորինս ապահովեք ձեր անվտանգությունը: Շտապ օղափոխեք տարածքը և փորձեք արագ դուրս բերել տուժածին դեպքի վայրից:

Նշում

Եթե դուք չեք կարող ապահովել անվտանգությունը, մի մտեք դեպքի վայր: Նման իրավիճակներում գործելը թողեք մասնագիտացած փրկարարներին, որոնք ունեն համապատասխան փորձ, գիտելիքներ, հմտություններ և սարքավորումներ՝ վտանգին դիմակայելու, վերացնելու և տուժածին փրկելու համար: Մինչև մասնագիտացված օգնության ժամանումը մնացեք անվտանգ հեռավորության վրա մի թողեք կողմնակի անձանց մոտենալ դեպքի վայրին:

Մինչև առաջին օգնության ցուցաբերելը նախ անհրաժեշտ է գնահատել տեղանքի անվտանգությունը և տուժածի վիճակը:

Տուժածի վիճակի գնահատման սխեման բաղկացած է երեք հաջորդական փուլերից՝

1 փուլ Դեպքի վայրի անվտանգության և տուժածի վիճակի նախնական գնահատում (ոչ ավելին, քան 10 վարկյան)

- որոշել դեպքի վայրի մոտենալու անվտանգությունն ինչպես օգնողի, այնպես էլ տուժածի կյանքի համար (հրդեհի և պայթյունի վտանգ, բարձրությունից վայր ընկնելը, էլեկտրահարվելը, հակառակորդի կողմից կրակահերթեր և այլն):
- Տուժածին մոտենալուն զուգահեռ որոշել նախապատրաստվող առաջին բուժօգնության մոտավոր ծավալը, հետագա գործողությունների պլանը և անհրաժեշտ պարագաները

Դրա համար, մինչև տուժածին մոտենալը դեռևս մի քանի տասնյակ քայլ առաջ կարելի է պարզել նրա վիճակի մասին հետևյալը՝

- եթե տուժածը շարժվում է, օգնություն է կանչում, զրուցում, ապա նա ողջ է, գիտակցությունը տեղն է,
- եթե անշարժ է, չի արձագանքում շրջապատին, կարելի է ենթադրել, որ նա՝

- կամ մահացած է, կամ գտնվում է կլինիկական մահվան մեջ, և թանկ է յուրաքանչյուր վարկյանը,
- կամ ողջ է, բայց անգիտակից վիճակում է՝ ուշաթափության, կամ էլ կոմայի մեջ (նա պետք է քնային զարկերակի վրա ունենա անոթազարկ), եթե անգիտակից վիճակում է և պարկած է մեջքի վրա, ապա պետք է զգուշանալ լեզվի հետ անկումից, շնչուղիների անցանելիության խանգարումից.
- վերջույթների ոչ բնական դիրքը ենթադրում է ոսկրի կոտրվածք,
- եթե տուժածը պարկած է «գորտի» դիրքով, ապա առկա են կոնքի ոսկրերի, ողնաշարի, կոնքազդրային հոդերի վնասվածքներ և վնասվածքային շոկ (կարող էք ծնկների տակ կտորից գլանիկներ դնել և կոշտ պատգարակ ստեղծել տեղափոխելու համար):

Նախնական գնահատումը թույլ է տալիս խուսափել հետագա գործողություններում

խուճապից և իրարանցումից, ինչպես նաև ընդունել հավասարակշռված և իրական որոշումներ:

2-րդ փուլ Կյանքի համար առավել վտանգավոր վիճակների նախանշանների որոշումը (ոչ ավելի քան 10 վարկյան):

Մեղմ ժամկետներում որոշել կյանքի համար վտանգավոր հետևյալ վիճակների նախանշանները՝ կլինիկական մահվան, կոմայի, զարկերակային արյունահոսության, պարանոցի, կրծքավանդակի վնասվածքների և այլն:

Անհրաժեշտության դեպքում պետք է անմիջապես ձեռնամուխ լինել սիրտ-թոքային վերակենդանացմանը, տուժածի կողքային անվտանգ դիրք բերել, սեղմել արյունահոսող անոթը համապատասխան կետերում և այլն:

Օրինակ՝

- Եթե տուժածը գտնվում է անգիտակից վիճակում և չի արձագանքում, անհրաժեշտ է ստուգել անոթազարկի առկայությունը քնային զարկերակի վրա՝ տրամադրելով ոչ պակաս քան 5 վարկյան և ոչ ավել քան 10 վարկյան և որոշում կայացնել սիրտ-թոքային վերակենդանացումը սկսելու համար:

Քնային զարկերակի վրա անոթազարկի բացակայության դեպքում որոշակի «շնչառական» շարժումներ բերանով կամ խոպոտ «հոգեվարքային» շնչառություն:

Քնային զարկերակի վրա անոթազարկի բացակայությունը հիմնական ազդանշանն է սկսելու սիրտ-թոքային վերակենդանացումը:

3-րդ փուլ: Արտաքին գնում (վերքերի, ոսկորների և հոդերի վնասվածքների նշանների հայտնաբերում)

Հայտնաբերել առկա վերքերը, ոսկրերի և հոդերի վնասվածքների նշանները: Դրա համար նախ ուշադրություն դարձնել տուժածի վերջույթների դիրքին:

Այս փուլում առաջնահերթությունը տրվում է ոչ թե իրականացման ժամանակին, այլ տուժածի նկատմամբ հոգատար վերաբերմունքին՝ նպատակ ունենալով նաև կանխել վնասվածքային շոկը և նրա բարդությունները:

Տեղանքի և տուժածի վիճակի գնահատումից բացի պետք է գնահատվի նաև օգնողի հնարավորությունները և հագեցվածությունը (դեղարկղ և բժշկական պարագաներ կամ ձեռքի տակ եղած միջոցներ) ինչպես նաև օգնություն կանչելու պայմանները և միջոցները:

Նախ և առաջ ուժերը կենտրոնացվում են այն տուժածների վրա, որոնք ունեն
ծանր վնասվածքներ՝ օրգանիզմի կենսական կարևոր ֆունկցիաների աճող
խանգարումներով:

Առանձնացվում են նաև այն տուժածները, որոնք կարող են վտանգ ներկայացնել
շրջապատի համար (վարակիչ կամ հոգեոտարային):

Հրդեհ

Հրդեհը այրման անվերահսկելի գործընթաց է, որն ուղեկցվում է նյութական արժեքների
ոչնչացման և վտանգ է ներկայացնում մարդկանց կյանքի և առողջությանը: Հրդեհի
ծագման համար, սովորաբար տեղանքում պետք է լինեն՝ այրվող նյութ, օքսիդիչ
(թթվածին) և բոցավառման աղբյուր (կայծ, բոց):

Հրդեհի խոցող գործոնների անմիջական ազդեցության տակ հնարավոր է
խուճապի առաջացում: Իսկ դա համարվում է բնակչության տարհանման գլխավոր
թշնամին:

Պետք է աշակերտները իմանան հրդեհների և պայթյունների վտանգի դեպքում
պահելաձևի մի շարք կանոններ՝

- անհապաղ լքել շենքը՝ չօգտվելով վերելակից
- անմիջապես զանգել 911 փոքր հրդեհի դեպքում փորձել նաև մարել այն
- պայթյունավտանգ առարկայի ձեռք չտալ, անմիջապես զանգել 911,
- այրվող օրգանական հեղուկները հանգցնել ոչ թե ջրով, այլ ավազով,
փրփուրով,
- այրվող էլեկտրալարերը մարել հոսանքազերծելուց հետո,
- հիշել որ լուսամուտները բացելու դեպքում հրդեհը կսաստկանա, քանի որ
թթվածնի լրացուցիչ ներհոսք կլինի,
- բոցավառվող սենյակում տեղաշարժվել թաց ծածկոցով, բերանը փակել
թաց կտորով:

Պետք է միշտ հիշել՝ հատակին մոտ ծուխը ավելի նոսր է:

Ուստի կարևոր է պարապմունքներին տալ ավելի շատ գործնական
ուղղվածություն որպեսզի ոչ ստանդարտ իրավիճակներում կարողանան արագ և ճիշտ
կողմնորոշվելով ընդունեն ճիշտ որոշումներ առաջին բուժօգնություն ցուցաբերելու
ժամանակ:

Անվտանգության ապահովում տարբեր արտակարգ իրավիճակներում

Մոտենալով դեպքի վայրին՝ պետք է վստահ լինեք, որ այն անվտանգ է:
Ուշադրություն դարձրեք այն ամենին, ինչը կարող է վտանգավոր լինել ձեզ տուժածի և ներկաների համար: Վտանգ են ներկայացնում ընկած հաղորդալարերը, փլուզման ենթակա շինությունները, երթևեկող մեքենաները, հրդեհը, ծուխը, թունավոր նյութերը և գազերը անբարենպաստ եղանակային պայմանները, արագ հոսող կամ խորը ջրերը և այլն:

Եզրակացություն

Առաջին բուժօգնության հիմունքների իմացությունը ավելի է կարևորվում նաև այն պատճառով, որ Հայաստանի Հանրապետությունը գտնվում է վտանգավոր սեյսմիկ գոտում: Հանրապետությունում կան ատոմային էլեկտրակայան, արդյունաբերական, քիմիական, մի շարք մեծ գործարաններ, ջրամբարներ, թունելներ, որոնք կարող են դառնալ բնական և տեխնանածին աղետների աղբյուր: Ուստի աշակերտները տիրապետելով առաջին բուժօգնության հիմունքներին՝ հատկապես ոչ ստանդարտ իրավիճակներում ստացած գիտելիքները կկարողանան օգտագործել իրենց շրջապատում՝ նվազեցնելով դժբախտ պատահարների հետևանքները, այլև դրանով իսկ կնպաստեն բարության և մարդասիրական հատկանիշների ձևավորմանը, կոլեկտիվում առողջ մթնոլորտի ամրապնդմանը:

Առաջին բուժօգնության իմացությունը կարևոր է բոլորի ինչպես նաև ապագա զինվորների համար: 11-րդ դասարանում անցկացվում են մեկօրյա դաշտային պարապմունքներ, եթե հնարավոր է այն կարելի է դարձնել երկօրյա: Մեկ օրը հատկացնել առաջին բուժօգնությանը: Ցանկալի է, որ այդ պարապմունքները անցկացնեն մոտակա բուժհաստատության աշխատակիցները կամ փրկարարները: Այդ գործնական պարապմունքները աշակերտներին կօգնի հաղթահարել վախի զգացումը առաջին օգնություն ցուցաբերելիս:

Օգտագործված գրականության ցանկ

1. «Նախնական զինվորական պատրաստություն և անվտանգ կենսագործունեություն» առարկայի չափորոշիչ

2. «Առաջին օգնություն» ուսումնական ձեռնարկ

Ձեռնարկը մշակել է «Լոռե» փրկարարական ջոկատ հասարակական կազմակերպությունը:

3. Առաջին բուժօգնության դասագիրք

Հայկական կարմիր խաչի ուսումնական շտեմարան 2015-2016թթ

