**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ**

**Травмы конечностей.** Среди травм опорно-двигательного аппарата различают ушибы, повреждения связочного аппарата (разрывы связок), вывихи (стойкое смещение суставных концов костей по отношению друг к другу), открытые и закрытые переломы. При оказании первой помощи осуществить дифференциальную диагностику этих состояний затруднительно, поэтому следует относиться к большинству травм конечностей как к наиболее тяжелым – переломам. Признаками большинства переломов костей конечностей являются наличие боли в месте травмы, неестественная подвижность вне суставов, деформация (укорочение. удлинение, неестественный поворот) конечности, невозможность или ограниченность активных и пассивных движений конечностью, отек и кровоподтеки в месте перелома; при открытом переломе могут быть видны костные отломки в ране. Открытые переломы могут представлять значительную опасность вследствие развития кровотечения.

**Первая помощь:**

* Если предполагается транспортировка пострадавшего, следует обездвижить (иммобилизировать) поврежденную конечность. При этом следует фиксировать минимум два сустава (один ниже, другой - выше перелома), при переломе плеча надо фиксировать три сустава (плечевой, локтевой, лучезапястный), а при переломе бедра – фиксировать три сустава (тазобедренный, коленный, голеностопный); на поврежденную конечность накладывать шины или подручные средства следует без исправления положения конечности. При отсутствии шин поврежденную ногу необходимо прибинтовать к здоровой ноге, проложив между ними мягкий материал; поврежденную руку можно зафиксировать в согнутом положении и прибинтовать к туловищу.
* При открытых переломах необходимо остановить кровотечение, наложить стерильную повязку на рану.
* На область травмы положить холод.

**Травмы позвоночника.** Повреждение позвоночника – характерный для дорожно-транспортных происшествий вид травм. При ударе сзади или наезде на препятствие (в т.ч. и при лобовом столкновении) может возникнуть так называемая «хлыстовая» травма, приводящая к повреждению шейных позвонков  вследствие резкого разгибания или резкого сгибания шеи. При этом даже незначительное смещение поврежденных шейных позвонков может привести к тяжелым последствиям, вплоть до летального исхода. Вывихи и переломы шейных позвонков проявляются резкой болью в области шеи. Пострадавший может поддерживать голову руками, мышцы шеи будут напряжены. При травме шейного отдела позвоночника с повреждением спинного мозга пострадавший может быть в сознании, но полностью или частично обездвижен. Повреждения грудного и поясничного отделов позвоночника чаще происходит при наезде транспортного средства на пешехода. Вывихи и переломы грудных и поясничных позвонков сопровождаются болями в области поврежденного позвонка. При повреждении спинного мозга могут быть нарушения чувствительности и движений в конечностях (параличи).

**Первая помощь**:

* Необходимо исключить дополнительную травму и возможность повреждения спинного мозга при переноске, транспортировке, перекладывании, исследовании (пострадавшего нельзя сажать, ставить на ноги, поворачивать голову).
* При извлечении пострадавшего из транспорта необходимо использовать прием Раутека 2.
* После извлечения или на этапе транспортировки пострадавший должен находиться на ровной, жесткой, горизонтальной поверхности.
* перемещение пострадавшего следует осуществлять с фиксацией всех отделов тела.
* при отсутствии дыхания или кровообращения необходимо приступить к сердечно-легочной реанимации в объеме компрессий грудной клетки и искусственной вентиляции легких.

**Травмы таза** также могут представлять опасность для жизни пострадавшего. Как правило, такие травмы наблюдаются у пешеходов, сбитых легковым автотранспортом. Очень часто сочетаются с повреждениями живота. Признаками травмы таза могут быть боли в низу живота, кровоподтеки и ссадины в этой области.

**Первая помощь**:

* Придать пострадавшему положение на спине с полусогнутыми разведенными ногами.
* Положить на область таза холод.
* Контролировать состояние пострадавшего до прибытия скорой медицинской помощи.

Оказание первой помощи при травме опорно-двигательной системы**.**

|  |  |
| --- | --- |
| **[http://allfirstaid.ru/system/files/images/Auto_nogi.thumbnail.jpg](http://allfirstaid.ru/system/files/images/Auto_nogi.jpg)** | Аутоиммобилизация нижних конечностей. |
| **[http://allfirstaid.ru/system/files/images/Auto_ruki.thumbnail.jpg](http://allfirstaid.ru/system/files/images/Auto_ruki.jpg)** | Аутоиммобилизация верхних конечностей |
| **[http://allfirstaid.ru/system/files/images/1.Fiksaciia_golovy_sidia.thumbnail.jpg](http://allfirstaid.ru/system/files/images/1.Fiksaciia_golovy_sidia.jpg)** | Фиксация головы и шеи пострадавшего руками. |
| **[http://allfirstaid.ru/system/files/images/3._Lider_fiksiruet_sheiu_1.thumbnail.jpg](http://allfirstaid.ru/system/files/images/3._Lider_fiksiruet_sheiu_1.jpg)** | Фиксация головы и шеи при подъеме и переноске пострадавшего |