

# Первая помощь



Поднеси пострадавший участок под холодную воду, желательно проточную. Ни в коем случае не смазывай место ожога маслом, кремом или аналогичными средствами, которые могут повысить температуру кожи. Холодная вода или лед — и к взрослым за помощью!



103

112



1

**Если больно, есть кровь – зови на помощь взрослых, вызови скорую помощь – 103 или 112**

2

**При ожогах**

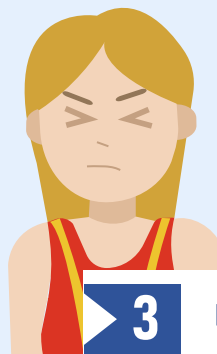
Промой холодной водой и крепко зажми это место чистой салфеткой или носовым платком. Если кровь не останавливается, а быстро проступает сквозь платок – срочно сообщи взрослым. Все время держи место пореза крепко прижатым

Не три глаза. Зажмурься как можно крепче: скопившиеся слезы помогут «вымыть» любой посторонний предмет, который попал в глаз. Если это не поможет, то держи пострадавший глаз закрытым, обратись за помощью



4

**При сильном порезе**

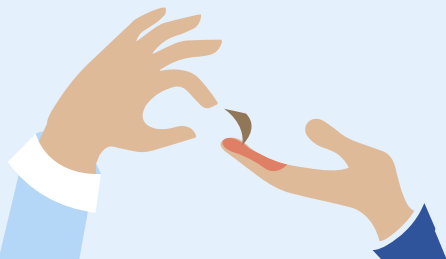


3

**При травмах глаз**

Срочно удали жало, если оно осталось и немедленно обратись за помощью. Если есть аллергия на укусы насекомых, нужно сказать об этом взрослым

Если при нахождении на солнце в жаркий день у тебя заметно участилось дыхание, повысилась температура, а кожа стала очень сухой и горячей – значит случился солнечный удар. Перейди в место, куда не попадают прямые лучи солнца, выпей воды и положи на лоб смоченную холодной водой ткань



5

**При укусе пчелы**



6

**При солнечном ударе**



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат: 96b31ae2b5b14a4a9b4a1966e90a6a74  
Владелец: Царева Марина Валерьевна  
Действителен с 06.03.2025 до 30.05.2026



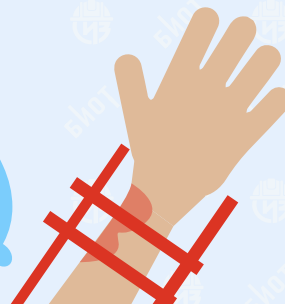
# Первая помощь

Промой рану перекисью водорода, смажь края йодом.  
Обязательно обратись за помощью к родителям или сразу  
в больницу



103

Обездвижь конечность и, если есть возможность, приложи  
холод. После – обязательно позвони родителям



7

При укусе животного

8

При вывихе, растяжении,  
переломе

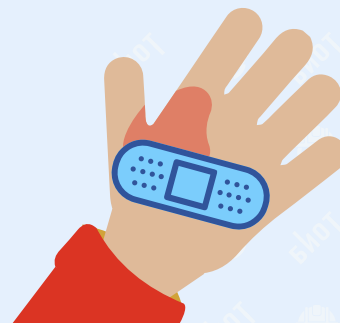
Приподними голову, чтобы остановить кровотечение.  
Затем наложи на переносицу салфетку, смоченную  
в холодной воде. Удали застывшую кровь ватным  
жгутиком, смоченным в перекиси водорода



10

При носовом кровотечении

Смочи салфетку водой и промокательными  
движениями промой рану. Обработай ссадину  
перекисью водорода, края раны смажь зеленкой.  
Заклей бактерицидным пластырем



9

При ссадине

Согрей обмороженный участок тела, но только  
в теплой, а не горячей воде. Смочи промокательным  
движением любым спиртосодержащим раствором.  
Наложить повязку и выпей горячего чая



11

При обморожении или когда уже  
перестают «слушаться» пальцы рук

Обработай пинцет перекисью водорода и аккуратно  
извлеки занозу. Вытаскивать занозу нужно под тем  
углом, под которым она вошла в рану



12

Если в пальце заноза