

Первая помощь при обмороке и при потере сознания

Обмороком называют внезапную, кратковременную потерю сознания до 2-х минут. Основная причина этого состояния – нарушение кровообращения головного мозга, которое может быть вызвано различными факторами. Длительное обморочное состояние (более 10 минут) может пагубно отразиться на здоровье человека (вплоть до впадения в кому или летального исхода), поэтому необходимо знать правила оказания первой помощи при обмороке.



Что такое обморок, чем опасен и от чего он бывает. Основные причины обмороков

Обморок – это кратковременная, внезапная потеря сознания. Это может привести к тяжелым последствиям в следующих случаях:

- при падении пострадавший может получить травму головы;
- язык может попасть в глотку и перекрыть доступ к кислороду;
- перед обмороком человек был занят деятельностью, при которой требуются постоянное внимание и концентрация (находился за рулем автомобиля и пр.);

- регулярное обморочное состояние свидетельствует о наличии хронического заболевания.

Кровяное давление при обмороке резко снижается, мозг не получает достаточно кислорода, что вызывает отключение сознания. Выделяют следующие причины такого состояния:

- неожиданное психологическое потрясение, страх (наблюдается резкое снижение артериального давления);
- слабость организма, нервное истощение (слабость может быть следствием плохого питания, постоянных переживаний, физического переутомления и пр.);
- длительное пребывание в душном помещении (в здании с пострадавшим может находиться большое количество людей, отсутствовать хорошая вентиляция, воздух загрязнен табачным дымом и пр.);
- длительное положение стоя без движения (такая поза приводит к застою крови в нижних конечностях и уменьшению ее поступления в мозг);
- длительное нахождение под жарким солнцем, переохлаждение;
- наличие заболеваний сердечно-сосудистой системы, сахарного диабета, анемии, гипогликемии, остеохондроза, эпилепсии и др.;
- беременность, менструация (обмороки во время менструального цикла характерны для девочек-подростков);
- скрытое кровотечение;
- физические нагрузки, резкая смена положения тела (быстрый подъем);
- алкогольное опьянение, острое отравление токсичными веществами, интоксикация;
- прием некоторых лекарств.



Вызвать кратковременный обморок могут разные причины. В единичном случае, когда человеку не потребовалась помощь врачей, можно не придавать этому значения.

В чем разница обморока и потери сознания?

При общей схожести обморок и бессознательное состояние – это 2 разных понятия. При потере сознания организм человека не реагирует на внешние раздражители, пострадавший не воспринимает действительность. Существуют следующие виды бессознательного состояния:

- спутанное сознание (пострадавший говорит бред, проявляет равнодушие к окружающему);
- оглушение, ступор;
- обморок;
- кома (нарушение функционирования мозга) и пр.

Отключение сознания могут вызвать прямое (травма головы, отравление, кровоизлияние) и не прямое (обморок, шок и пр.) воздействия. Данное состояние может быть кратковременным (обморок) или длительным (привести к тяжелым нарушениям жизненных функций организма вплоть до состояния комы).



Таким образом, первая помощь при обмороках и потере сознания оказывается по-разному.

Можно ли почувствовать приближение обморока?

Обморочные состояния имеют выраженные признаки, которые появляются за несколько минут (секунд) до бессознательного состояния. Они очевидны и для потерпевшего, и для окружающих. При резком снижении кровяного давления у человека можно наблюдать:

- бледность лица;
- синие губы;
- холодный пот и ледяные конечности;
- плохо различимые вены.



Перед кратковременным обмороком человек может невнятно разговаривать, заговариваться, видеть “мушки”, как темнеет перед глазами и пр.

Симптомы предобморочного состояния

В некоторых случаях человек приходит в себя без посторонней помощи: после падения пострадавший принимает горизонтальное положение, что приводит к улучшению кровоснабжения мозга и возвращению сознания.

Признаками обморока являются редкое, поверхностное дыхание, слабый пульс, закатывание глазных яблок, снижение реакции зрачка на свет, отсутствие двигательной активности, расслабление мышц и т. д. При обмороке могут наблюдаться судороги, в худшем случае – отсутствие дыхания и сердцебиения.

Симптомы при обмороке:

- легкое головокружение, шум в ушах;
- тошнота, нехватка воздуха;
- радужные дуги, «мушки», потемнение в глазах;
- бледность, ледяные конечности.



При появлении первых признаков предобморочного состояния необходимо принять меры, чтобы предотвратить обморок.

Ошибки оказания первой помощи. Чего делать нельзя?

Чтобы не допустить тяжелых последствий, необходимо правильно оказать первую помощь пострадавшему. Если потерпевший без сознания, не допускается поднимать его в вертикальное положение. Нельзя давать нюхать ему нашатырный спирт и брызгать в лицо ледяной водой. Не рекомендуется давать пощечины потерявшему сознание.

Если у потерпевшего есть пульс на сонной артерии, недопустимо приступать к непрямому массажу сердца. Не стоит прикладывать теплую грелку при болях в животе или пояснице.



Запрещен прием алкоголя, кофе или спиртового корвалола. Не рекомендуется давать пострадавшему какие-либо лекарства, если он дезориентирован и неадекватен.

При оказании первой доврачебной помощи при обмороке нужно принять все меры, чтобы привести человека в сознание.

Оказание доврачебной помощи при обмороке и потере сознания

Правильный алгоритм действий, если человек находится без сознания:

- нужно удержать падающего человека и не допустить удара;
- уложить пациента на спину (если лицо бледное, ноги должны быть выше головы; если красное (гипертоник) – наоборот);
- обеспечить доступ кислорода (распахнуть окно или, по возможности, помочь человеку выйти на улицу);
- освободить пострадавшего от стягивающей и тяжелой одежды (рубашка, галстук и пр.);

- протереть лицо полотенцем, смоченным водой (запрещено использовать ледяную воду);
- при рвоте голову пациента нужно наклонить в сторону (наблюдается редко, когда потерпевший приходит в сознание).



После того как человек очнулся, не стоит торопиться поднимать его: сначала можно усадить и напоить крепким горячим сладким чаем (если позволяют условия, и если человек не страдает диабетом). Если пострадавший повторно чувствует обморочное состояние, стоит уложить его на спину и приподнять ноги.

Если потерпевший в состоянии говорить, необходимо спросить его имя, возраст или цвет одежды: это позволит понять, насколько он адекватен и может соображать. Если он дезориентирован, нужно объяснить ему, где он, и что произошло.

Когда человек пришел в сознание, нужно аккуратно растереть ему руки и укрыть одеялом.

Если пациент не очнулся после 10 минут, нужно вызвать скорую помощь. Специалисты требуются, если после возвращения сознания состояние пострадавшего не улучшается.

[В голове не лопнет сосуд если](#) [Выполняйте простые правила: 1\) Перед тем как ложиться спать..ПОДРОБНЕЕDEVYATNADCATOE.ONLINEP](#) [Забор своими руками? Легко!Евроштaketник и комплектующие! Покупай с большой скидкой - забирай летом!ПОДРОБНЕEZAVOR.PROFSIB.RU](#)

Таким образом, если человек имеет какие-либо заболевания, вызывающие кратковременное бессознательное состояние, ему необходимо знать симптомы, предшествующие этому, и как оказать первую помощь при обмороке. Такие знания позволят помочь себе и окружающим.

Неотложная помощь пострадавшему

Если после 2-х минут человек не приходит в сознание, следует проверить пульс и дыхание. Чтобы понять, дышит пострадавший или нет, стоит поднести ухо ко рту и постараться уловить звук вдыхаемого и выдыхаемого воздуха. Другой способ – обследовать грудную клетку и живот. Следующим шагом является проверка работы сердца: необходимо поднести ухо к груди пострадавшего. Чтобы нащупать пульс, стоит поднести пальцы к шее под подбородком (место сонной артерии).

Если отсутствуют дыхание и пульс, стоит немедленно вызвать скорую помощь. В этом случае оказанием неотложной помощи при обмороке являются процедуры искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Если ничего не предпринимать, человек может умереть.

Чтобы сделать искусственное дыхание, используют метод «рот в рот». При невозможности использовать этот прием, пользуются действием «рот в нос».

Особенности помощи в помещении

Неотложная доврачебная помощь при обмороке в помещении несильно отличается от стандартных методов действий. Если в здании душно, и присутствует много людей, требуется вывести пострадавшего на улицу. Если событие произошло в квартире или нет возможности попасть на улицу, в первую очередь, следует открыть окна и впустить свежий воздух. Требуется освободить пострадавшего от стягивающей одежды, осмотреть его на наличие травм (если человек упал), оценить общее состояние здоровья и контролировать его после того, как человек очнется.

Помощь упавшему в обморок на улице

Если человек упал в обморок на улице, следует вызвать врача. До приезда специалистов необходимо осмотреть пострадавшего, проверить сердцебиение, дыхание. Провести общие действия по облегчению состояния пациента при обмороке.

Медикаментозная помощь

Медикаментозную помощь при снижении артериального давления и обморочном состоянии может оказать только врач. Препараты вводятся внутривенно (это могут быть мидодрин, мезатон, атропин, глюкоза и пр.). В зависимости от возможной причины обморока и ряда других факторов врач определяет дозировку и делает укол.



Первая доврачебная помощь должна заключаться только в выполнении действий, способствующих привести пострадавшего в сознание. Не рекомендуется давать какие-либо лекарственные препараты только что очнувшемуся человеку. В медицинском учреждении должны обследовать пациента и выяснить причину обморока.

Показания к госпитализации

Специалисты выделяют несколько причин возникновения обморока. Узнать, что повлияло на организм, можно только в медицинском учреждении. Если пострадавший пришел в себя в течение 2-х минут и хорошо себя чувствует через полчаса, специализированная медицинская помощь не требуется (при условии, что это единичный случай, и человек не страдает хроническими заболеваниями).

Если пациент без сознания и его состояние не меняется в течение 10 минут, необходимо срочно вызвать специалистов. Вызов врача необходим, если у человека отсутствуют дыхание и сердцебиение.



Можно выделить следующие показания к обязательной госпитализации:

- наличие болей в грудной клетке (возможен инфаркт, расслоение аорты);
- сильные головные боли (кровоизлияние);
- набухание шейных вен (легочная гипертензия и др.);
- наличие травмы (при падении) и приступов сердцебиения;
- прием лекарственных препаратов (хинидин, дизопирамид, прокаинамид и др.);
- сильное снижение артериального давления в положении стоя;
- пострадавший старше 70 лет.

При обмороке медсестра придает пациенту положение лежа на спине, ноги выше головы. **Врач внутривенно вводит препараты, улучшающие кровообращение.** Если требуется, пациента госпитализируют для дальнейшего обследования.

Обморок у детей

Бессознательное состояние у ребенка могут вызвать чрезмерное укутывание, внезапная острая боль, первая попытка встать с постели после длительного лежания (после соблюдения постельного режима в течение нескольких дней). Обмороки происходят на голодный желудок (утром ребенок не позавтракал), при длительном положении стоя и при нехватке свежего воздуха.



Дети, страдающие повышенным артериальным давлением, могут принимать лекарства, побочным действием которых являются обмороки.

Обморочное состояние может быть вызвано бронхиальной астмой (после длительного приступа кашля), инфекционным заболеванием, нарушениями в вегетативной нервной системе.

Девочки в подростковом возрасте могут падать в обморок во время менструации (причиной являются обильная кровопотеря и резкие боли в животе).

Что делать при обмороке, если ребенок лишился чувств:

- уложить его так, чтобы ноги были выше головы;
- ослабить тугую одежду;
- усилить приток свежего воздуха;
- протереть лицо прохладной водой;
- напоить горячим сладким чаем, когда придет в себя.

Таким образом, действия первой помощи схожи для детей и взрослых. Чтобы укрепить организм ребенка, необходимо приучить его к утренней зарядке, ежедневным прогулкам на свежем воздухе (при любой погоде), завтракам по утрам, обеспечить его полноценным сном.

Как помочь самому себе?

Если человек почувствовал признаки обморока, необходимо найти место (если при этом он оказался на улице), где можно присесть или прилечь. Если обмороки случаются часто (возможно при наличии хронических заболеваний), необходимо заучить список действий, чтобы уметь оказать помощь самому себе. Если рядом есть люди, необходимо объяснить им, как действовать. Чтобы предотвратить внезапную потерю сознания, необходимо следовать советам лечащих врачей (среди общих рекомендаций: полноценное питание, здоровый образ жизни и пр.).

В случае, когда человек находится один, необходимо сесть, опустить голову ниже колен, выпить прохладной воды (смочить лицо водой) и обязательно позвонить в скорую или родственникам. При возможности, необходимо обеспечить приток свежего воздуха, при жаркой погоде – зайти в прохладное помещение или тень.

В обморочном состоянии человек может рассчитывать на окружающих.

Что делать после обморока?

В случаях, когда человек находился без сознания и очнулся, и нет причин для госпитализации, пострадавшему необходимо восстановить силы. Что делать после обморока:

- запрещено сразу вставать: необходимо полежать около получаса, потом разрешается сесть;
- необходимо выпить горячий сладкий крепкий чай (если нет сахарного диабета);
- необходимо провести общий анализ состояния здоровья: убедиться, что нет болей в груди и в голове, пульс ровный, вернулся прежний цвет лица и т. д.



Таким образом, потерпевшему требуется соблюдать постельный режим. При необходимости, вызвать врача.

Как оказать помощь при тепловом и солнечном ударе?

Причиной теплового удара может быть длительное нахождение в душном, жарком помещении, солнечного – долгое пребывание под палящим солнцем. Основными признаками являются покраснение кожи, высокая температура тела (до 40°C).

Порядок оказания медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе:

- необходимо проводить пострадавшего в прохладное место или под тень (если это сделать невозможно, нужно прикрыть голову и грудь);
- положить на голову мокрое полотенце;
- усилить приток воздуха, обмахивая потерпевшего подручными средствами (одеждой, папкой, полотенцем и пр.), при возможности, проводить человека в помещение с вентилятором (кондиционером);
- напоить пострадавшего прохладной водой.

Запрещено резко окунать пострадавшего в холодную воду: это действие может вызвать сердечный приступ и полную остановку сердца.

Чтобы не допустить теплового и солнечного удара, следует соблюдать правила работы в жарких помещениях и на открытых пространствах (использовать спецодежду, головные уборы, употреблять большое количество жидкости, делать перерыв в работе и т. д.).

Обморок при сахарном диабете

Резкое снижение уровня сахара в крови у пациентов, страдающих диабетом, может спровоцировать обморок. Такое возможно при неправильно подобранном лечении, больших физических нагрузках, при недоедании, присутствующих заболеваниях почек и печени и т. д.

Пациенту необходима неотложная помощь при обмороке при наличии соответствующих симптомов. Диабетику можно предложить съесть сладкую конфету или выпить фруктовый сок. Если после этого состояние пострадавшего не улучшилось, следует сделать повтор действия. Если пациент почувствовал себя лучше, следует его накормить.

Если человек не приходит в себя, необходимо вызвать скорую помощь. Пациенту введут необходимое лекарство внутривенно.

Диабетикам рекомендовано всегда иметь при себе кусочки сахара, чтобы предупредить обморок в случае появления характерных симптомов.

Судорожный обморок

Обморочное состояние в данном случае характеризуется наличием судорог. Поэтому стоит уделить особое внимание голове и конечностям, т. к. они могут быть повреждены в результате хаотичных движений.

Правила оказания первой помощи пострадавшему соответствуют общим действиям, как при стандартном обмороке. При этом стоит различать судорожный обморок и эпилептический припадок. В случае последнего человеку без сознания необходимо придерживать язык, иначе он может задохнуться.

Профилактика обмороков

Выбор профилактических мер зависит от причины, вызвавшей состояние обморока. Среди общих действий можно выделить ведение здорового образа жизни: это сбалансированный рацион, регулярные умеренные физические нагрузки, отказ от вредных привычек и пр.

Профилактика обморока включает знания по оказанию первой помощи потерпевшему.

Алгоритм первой помощи при обмороке и потере сознания

Потеря сознания – явление, с которым может столкнуться абсолютно каждый. В одних случаях, она не представляет существенной угрозы для жизни и здоровья человека, в других – говорит о наличии серьезного заболевания. Таким образом, четкий алгоритм действий первой помощи при обмороке является очень важным знанием, которое поможет в сложной ситуации.

☞ Есть противопоказания. Посоветуйтесь с врачом. При панических атаках – Элтацин® Купить мотобуксировщик в Твери Обучение по ГО и ЧС!

Потеря сознания – явление, с которым может столкнуться абсолютно каждый.

Обморок (синкопе) – внезапная потеря сознания в результате временного снижения кровообращения головного мозга. Данное состояние не является самостоятельной болезнью, а лишь проявлением воздействия на организм определенных внешних условий, или одним из симптомов какого-либо основного заболевания.

Обморок испытывал практически каждый второй человек в мире. Синкопальные состояния служат частой причиной обращения к врачам, проведения

дополнительных исследований и госпитализаций в больницу. Они существенно влияют на качество жизни

Причины

Потеря сознания вызывается большим разнообразием причин. Основные из них представлены ниже.

Рефлекторного (нейрогенного) происхождения:

- эмоциональный стресс (чувство боли, страха, тревоги, вид крови, смех и т.д.);
- сильный кашель, чихание;
- чрезмерная нагрузка, подъем тяжестей;
- акт глотания, дефекации, мочеиспускания;

Могут повлиять обильная рвота, диарея.

- расстройства вегетативной нервной системы (нейроциркуляторная дистония);
- болезнь Паркинсона;
- болезнь Лева;
- прием алкоголя;
- амилоидоз;
- прием препаратов, снижающих артериальное давление;
- повреждение спинного мозга;
- массивное кровотечение;
- обильная рвота, диарея.

Кардиального происхождения:

- замедление сердцебиения;
- синдром слабости синусового узла;
- полная предсердно-желудочковая блокада;
- дисфункция кардиостимулятора;
- тахикардия из предсердий и желудочков;
- острый коронарный синдром, тромбоэмболия легочной артерии, расслоение аневризмы аорты;
- объемное образование в одной из камер сердца (опухоль, тромб).

Во время беременности обморок происходит за счет так называемого «синдрома нижней полой вены», когда увеличенная матка сдавливает одноименный сосуд, тем самым уменьшая возврат крови в сердце.



Группой риска, подверженной частым обморокам, считаются лица с артериальной гипотензией.

Группой риска, подверженной частым обморокам, считаются лица с артериальной гипотензией, лабильной нервной системой, различными видами аритмий.

Наиболее важным для обнаружения причины и на основании этого оказания первой помощи при потере сознания служат данные анамнеза, осмотра и электрокардиограммы. Сбор анамнеза подразумевает подробный расспрос о ситуации и обстановке, предшествовавшей синкопальному состоянию, какими заболеваниями страдал пациент.

Осмотр предусматривает оценку дыхания (поверхностное, частое), характер сердцебиения (ритмичное, аритмичное, ясные или глухие тоны), измерение артериального давления (нормальное, пониженное), анализ реакции на окружающее (слабость, заторможенность, сонливость), наличие или отсутствие травматических повреждений. Электрокардиограмма позволяет предварительно оценить работу сердца, исключить нарушения ритма и проводимости.

Можно ли почувствовать приближение обморока?

Резкое появление головокружения, слабости, онемения конечностей, тошноты.

Как правило, обморок носит внезапное начало. Однако, иногда можно почувствовать его приближение. Резкое появление головокружения, слабости, онемения конечностей, тошноты, мелькания «мушек», темноты перед глазами, заложенности ушей, холодного пота свидетельствуют о возможности скорого наступления синкопе. От начала подобных симптомов до обморока проходит 2-10 секунд. В это время нужно постараться приложить усилия, с целью привлечения к себе внимание окружающих, позвать на помощь.

Как оказать первую помощь при обмороке?

Первая помощь при обмороках включает следующие мероприятия, которые необходимо начать, как можно раньше:



Сначала уложите больного на спину, затем подложите что-либо под ноги, поднесите к ноздрям нашатырный спирт.

1. обеспечить горизонтальное положение больному (на спине);
2. подложить что-либо под нижние конечности (под углом 30-45°), чтобы голова оказалась ниже колен;
3. позаботиться о свежем воздухе, если синкопе случилось в помещении;
4. проверить дыхание больного и устранить факторы, препятствующие этому (ослабить воротник, пояс, расстегнуть галстук и т.д.);
5. побрызгать лицо прохладной водой;
6. поднести к ноздрям нашатырный спирт (резкий запах которого обычно помогает восстановить сознание);
7. расспросить о самочувствии, если необходимо вызвать бригаду скорой медицинской помощи.

Объем неотложной помощи при обмороках у детей не отличается от взрослых, кроме обязательной госпитализации в больницу.

Что делать после выхода из обморочного состояния?

Дальнейшая тактика определяется по наличию жалоб и степени тяжести общего состояния. Критериями эффективности оказания первой доврачебной помощи при обмороке служат возвращение сознания и нормализация гемодинамики. При условии очевидности причины (душная тесная комната, переутомление, тяжелый физический труд), последующее лечение может не потребоваться. При неясности происхождения синкопе рекомендовано обратиться за консультацией к специалистам: невропатологу, кардиологу, терапевту, эндокринологу.

При тяжелом состоянии, наличии болевого синдрома, редкого дыхания, сердцебиения, отсутствия положительной динамики рекомендована немедленная помощь и госпитализация с тщательным обследованием.

Профилактика

Для того, чтобы помощь при обмороке не понадобилась, рационально задуматься о его предотвращении. Профилактические мероприятия разрабатываются в зависимости от основной причины. Среди общих рекомендаций часто встречаются:

- повышение потребления жидкости, соли;
- адекватный режим отдыха и труда;
- ночной сон не меньше 7-8 часов;
- отказ от вредных привычек (особенно чрезмерного потребления алкоголя);
- избегать длительного пребывания в душных помещениях, периодически обеспечивать их проветривание при помощи открытия окон;
- в летнее время года пользоваться средствами защиты от солнца (при помощи зонта, шляпы);
- не перегреваться в соляриях, саунах.

Лицам с постоянной артериальной гипотензией необходимо заниматься специальными тренировками (тилт-тренинг), йогой и другими укрепляющими упражнениями.

При появлении предвестников потери сознания рекомендуется сразу принимать положение лежа, выпить прохладной воды, приподнять ноги, сжать кисти в кулаки. Все это способствует повышению артериального давления. Близкие родственники также должны быть обучены тому, что делать при обмороках если он произошел внезапно.