

Birlamchi yordam: Hayotni qutqaruvchi ko'nikmalar

Har bir inson bilishi shart bo'lgan ko'nikmalar



Made with GAMMA

Jarohat turlari va ularga birlamchi yordam ko'rsatish



Kesilishlar

Teri butunligining buzilishi.



Shilinishlar

Teri yuzasining shikastlanishi.



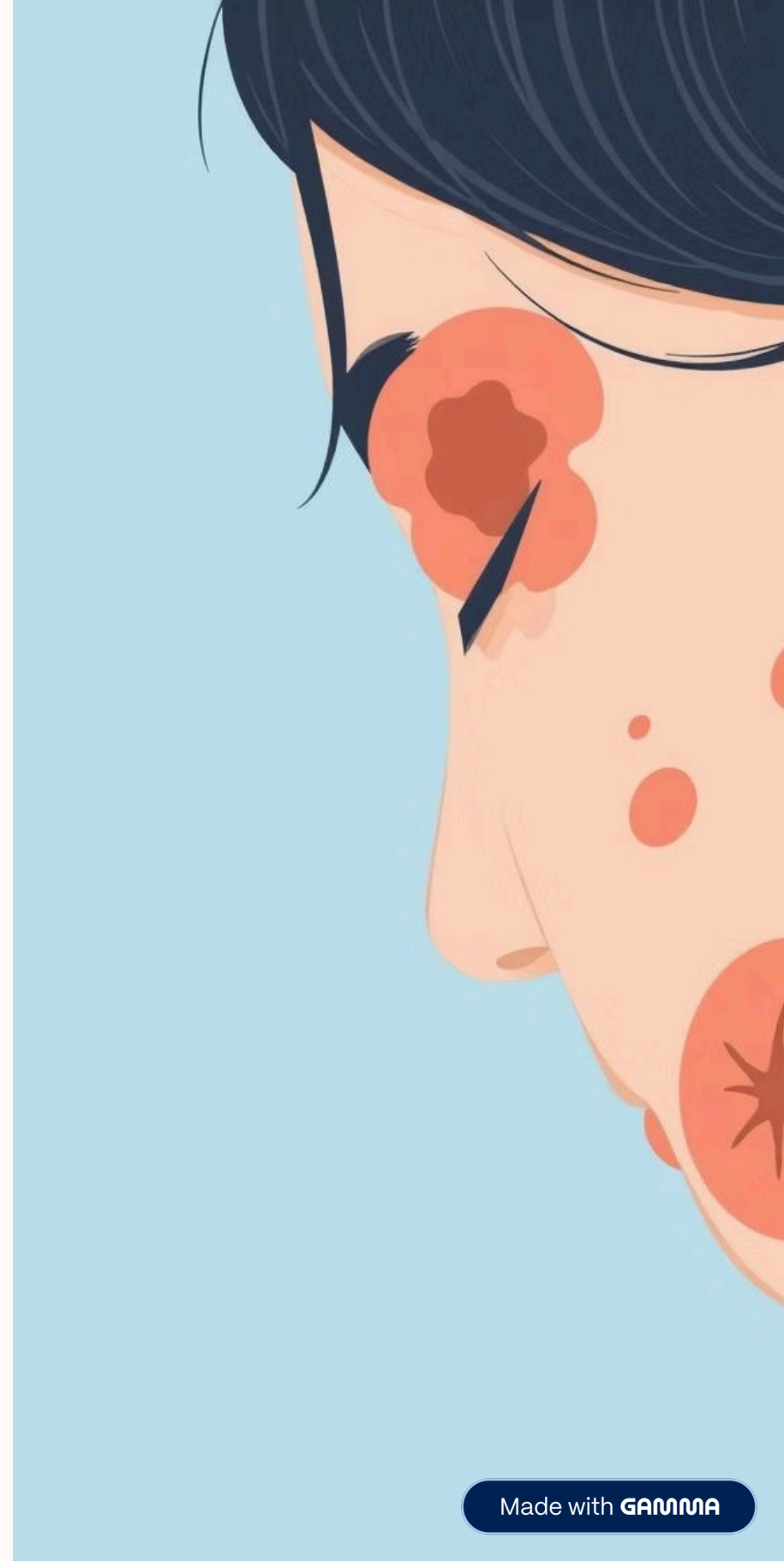
Teshilishlar

O'tkir narsa bilan chuqur shikastlanish.



Ko'karishlar

Teri ostidagi qon quyilishi.



Ochilish jarohatlari: Nima qilish kerak?

Asosiy qoidalar:

- Tinchlikni saqlang
- Qon ketishini baholang
- Jarohatni tozalang
- Yara ustiga bosim o'tkazing
- Steril bog'lam qo'llang



Kichik jarohatlar uchun zarur choralar.

Qon ketishini to'xtatish usullari

01

To'g'ridan-to'g'ri bosim

Toza mato bilan jarohat ustiga bosim o'tkazing.

02

Ko'tarish

Jarohatlangan joyni yurak darajasidan yuqoriga ko'taring.

03

Bosim nuqtalari

Qon tomirlariga bosim o'tkazing (agar kerak bo'lsa).

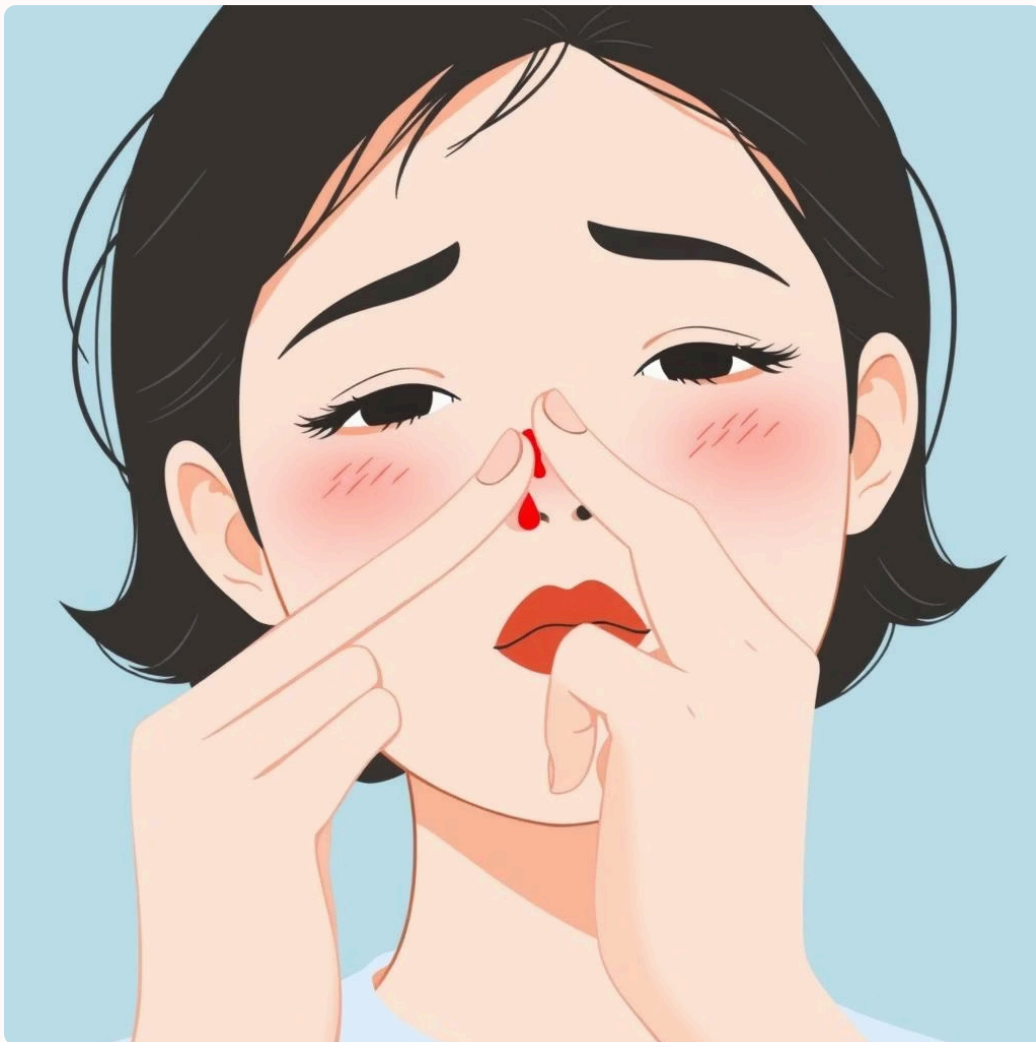
04

Turniket

Faqat og'ir qon ketishida oxirgi chora sifatida.



Burun qonashi: To'g'ri birinchi yordam



- Oldinga engashing
- Burun uchini chimching
- 10-15 daqiqa ushlab turing
- Muz qo'llash (ixtiyoriy)
- Og'iz orqali nafas oling

Qonni yutib yubormaslik muhim.

Kuyishlar va ularga yordam



Sovuq suv

Kuygan joyni 10–20 daqiqa davomida sovuq suv ostida tuting.



Qoplam

Steril, nam bo'lmagan qoplam bilan yoping.



Og'riq qoldiruvchi

Agar kerak bo'lsa, og'riq qoldiruvchi dorilar bering.



Hushdan ketish sabablari va choralari

Hushdan ketish sabablari:

- Qon bosimining tushishi
- Stress yoki qo'rquv
- Suvsizlanish
- Qon shakarining pastligi
- Issiqlik urishi

Birinchi yordam:

- Odamni yotqizing
- Oyoqlarini yuqoriga ko'taring
- Tor kiyimlarni yeching
- Toza havo bering
- Odamni kuzating

Reanimatsiya (yurak-o'pka reanimatsiyasi) asoslari

1 Havo yo'lini oching

Boshni orqaga egib, iyakni ko'taring.

2 Nafas olishni tekshiring

Ko'krak qafasining harakatiga qarang, eshiting va sezishga harakat qiling.

3 Ko'krak qafasini siqish

30 ta siqishni bajaring, so'ngra 2 ta sun'iy nafas bering (30:2 nisbat).



Bolalarga birlamchi yordam ko'rsatishning o'ziga xosliklari

- Vazn va yoshga mos dozalar
- Ruhiy qo'llab-quvvatlash
- Issiqlikni nazorat qilish
- Havo yo'llarining kichikligi

Bolalarga yordam ko'rsatishda ehtiyotkorlik va noziklik talab etiladi.

□ Har doim professional yordamga murojaat qiling!



Xulosa va yodda tutish kerak bo'lgan asosiy qoidalar



Bilim

Asosiy ko'nikmalarni o'rganing.



Tayyorgarlik

Birinchi yordam qutisini tayyorlang.



Xotirjamlik

Vaziyatda tinch qoling.



Harakat

Kerakli choralarni ko'ring.

