



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



МККК

КРАТКИЕ СВЕДЕНИЯ



МККК

Международный Комитет Красного Креста
19, avenue de la Paix
1202, Женева, Швейцария
Т +41 22 734 60 01 Ф +41 22 733 20 57
E-mail: shop@icrc.org www.icrc.org
© МККК, апрель 2016 г.

Иллюстрации: Francis Macard

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

В этом буклете содержится информация об оказании первой помощи в чрезвычайной ситуации и описание соответствующих правил. Невозможно предусмотреть все ситуации, поэтому руководство носит общий характер. Предлагаемые действия и меры должны применяться, принимая во внимание:

- местные требования;
- доступные ресурсы;
- эффективные практические приемы, если они существуют,
- и возможность оказания последующей медпомощи.

В связи с этим МККК снимает с себя ответственность в случае, если эти рекомендации не соответствуют наилучшему образу действий в какой-либо конкретной ситуации.

Первая помощь — базовая помощь, которую оказывают безотлагательно в чрезвычайной ситуации, чтобы сохранить жизнь, предотвратить дальнейшее причинение вреда здоровью или болезни, облегчить страдания и помочь человеку выздороветь. Что нужно делать:

- избегать нанесения психологического или физического ущерба самому себе, пострадавшему или другим лицам и
- учитывать собственные возможности — эмоциональные, физические, технические или материальные.

Ниже советуем заранее записать свои данные и данные человека, с которым следует связаться, если вы оказались в чрезвычайной ситуации.

ФИО: _____ Тел.: _____

ФИО: _____ Тел.: _____

Ваши возможности справиться с чрезвычайной ситуацией и эффективно оказать помощь в безопасных условиях раненым или больным (это касается не только непосредственно лечения раны или заболевания) возрастут, если вы обратитесь за помощью к другим людям, которые находятся рядом на месте происшествия, и будете использовать все имеющиеся ресурсы.

Иногда может потребоваться дополнительная медицинская помощь. В этих случаях пострадавшего необходимо своевременно и осторожно перевезти в медицинское учреждение для оказания квалифицированной помощи.

**Вы можете спасти жизнь
(или помочь ее спасти),
действуя своевременно,
без риска и гуманно**

Мы рекомендуем всем пройти курс оказания первой помощи. Вы можете связаться с делегацией МККК или с национальным обществом Красного Креста или Красного Полумесяца в вашей стране, чтобы выяснить, предлагаются ли такие учебные курсы или иная поддержка, которая поможет вам действовать более уверенно и выработать или освежить соответствующие навыки. Это позволит вам лучше избегать опасности и действовать гуманно и эффективно в чрезвычайных ситуациях.



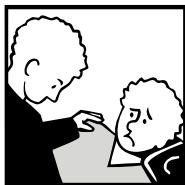
Помните о безопасности, не подвергайте себя риску.



Успокаивайте – объясняйте – ухаживайте за пострадавшими.



Зовите на помощь.



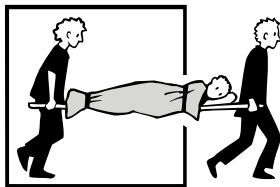
Постарайтесь установить доверительные отношения с пострадавшими, тщательно осмотрите их.



Следите за состоянием пострадавших; они должны чувствовать себя комфортно; уважайте человеческое достоинство.



Дайте пострадавшим чистой воды (но лишь в том случае, если они полностью в сознании).



Эвакуируйте пострадавших, нуждающихся в дальнейшем лечении.



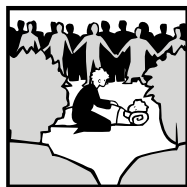
Будьте осторожны, чтобы не пострадать самому (избегайте минных полей, огня, токсичных веществ и т. д.).



Избегайте прямого контакта с телесными жидкостями (кровью, слюной, рвотными массами).



Срочно вынесите пострадавших, соблюдая меры безопасности, из опасной зоны.



Оказывайте помощь пострадавшим в безопасном месте.



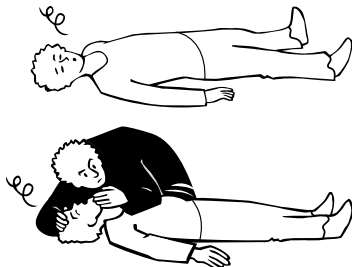
Следите за чистотой рук.



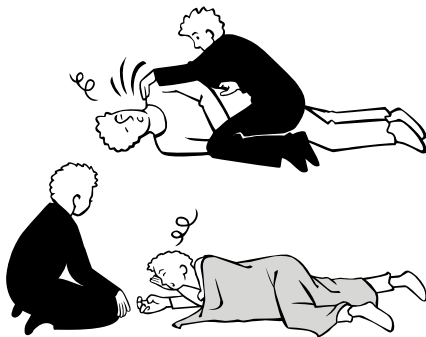
Расслабьтесь (преодолевайте стресс), успокойте своих родных и друзей.

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК БЕЗ СОЗНАНИЯ

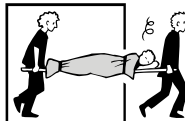
Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.



Проверьте, дышит ли пострадавший. Для этого осторожно запрокиньте его/ее голову назад, посмотрите и прислушайтесь.



Положите пострадавшего в восстановительное положение на бок, так чтобы его/ее голова была немного запрокинута назад, чтобы дать человеку возможность свободно дышать и обеспечить отток жидкостей (крови, слюны или рвотных масс) через рот. Накройте пострадавшего.

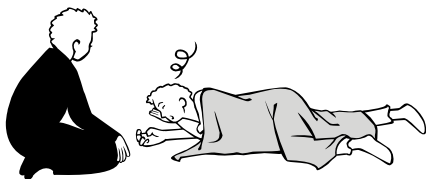


Если у человека судороги/приступ эпилепсии

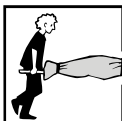
Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.



Постарайтесь держать ситуацию под контролем, чтобы ни вы, ни пострадавший не были травмированы во время приступа эпилепсии. Не стремитесь прекратить приступ. Если возможно, используйте одеяло, одежду или мягкую ткань, чтобы защитить голову пострадавшего от удара. Не ограничивайте его/ее в движениях, это может нанести ущерб вам или пострадавшему.



Как только приступ эпилепсии закончится, переведите пострадавшего в восстановительное положение, положив его/ее набок и наклонив его/ее голову немного назад, чтобы дать человеку возможность свободно дышать и чтобы был отток жидкостей (крови, слюны или рвотных масс) через рот. Накройте пострадавшего.



ЕСЛИ У ЧЕЛОВЕКА КРОВОТЕЧЕНИЕ

Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.



Пострадавший или вы сами должны плотно прижать к ране чистую ткань и осторожно надавить.

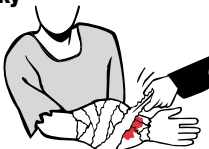


Или можно сделать компрессионную повязку (в форме восьмерки) из чистой ткани или впитывающего материала.

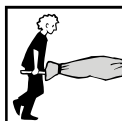


Проверьте, нет ли признаков отека или посинения конечности («эффекта жгута»), и убедитесь, что повязка не причиняет боль. Если вы заметили один из этих признаков, ослабьте повязку.

Если кровь просачивается через компрессионную повязку



Добавьте еще одну компрессионную повязку поверх первой или поместите еще один чистый слой ткани поверх первого.



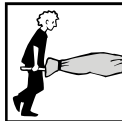
Если человек потерял конечность



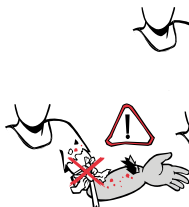
Не применяйте жгут.



Примените компрессионную повязку.



Если инородный предмет застрял в конечности



Не применяйте жгут.



Не вынимайте инородный предмет.



Зафиксируйте инородный предмет (обложите его компрессами или чистой тканью).



Наложите компрессионную повязку (не удаляя предмет).

Если происходит шейное кровотечение

Наложите компрессионную повязку (она выводится из-под противоположного плеча).



ЕСЛИ У ЧЕЛОВЕКА ПЕРЕЛОМ

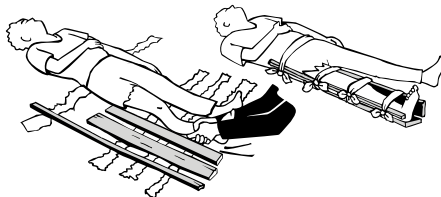
Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.



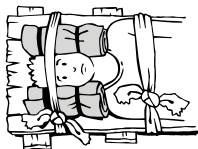
В случае перелома верхней или нижней конечности осторожно положите ее на ровную твердую поверхность, для того чтобы полностью ее обездвижить.



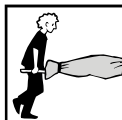
Обездвижьте поврежденную конечность, чтобы уменьшить боль и избежать дальнейших повреждений.



Если произошел перелом шеи

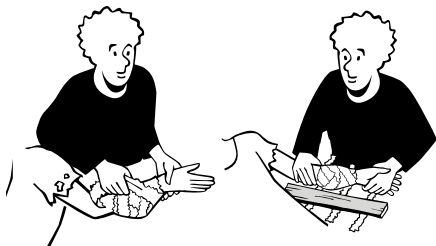


Осторожно зафиксируйте голову так, чтобы она не двигалась, и помогите пострадавшему принять горизонтальное, прямое положение, чтобы уменьшить боль и избежать дальнейших повреждений.



Если это открытый перелом

Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.

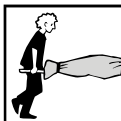


Осторожно положите сломанную конечность на ровную твердую поверхность, для того чтобы полностью ее обездвижить.

Забинтуйте рану.



Зафиксируйте конечность, чтобы уменьшить боль и избежать дальнейших повреждений.



ЕСЛИ У ЧЕЛОВЕКА РАНА

Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.



Очистите рану (используя чистую жидкость, промойте рану с мылом или без него).

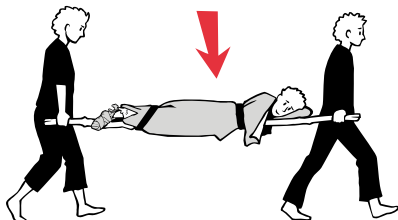


Наложите на рану чистую тканевую повязку. Следите за состоянием раны.

Если рана большая и загрязненная

Очистите рану (используя чистую жидкость, промойте рану с мылом или без него).

Наложите на рану чистую тканевую повязку.



Эвакуируйте пострадавшего.



Ранение брюшной полости

Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.

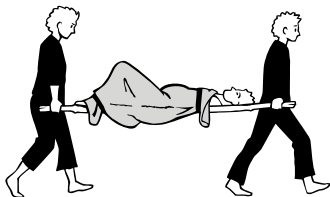


Наложите на рану чистую тканевую повязку.

Если кишки или другие внутренние органы вывалились наружу, не пытайтесь вернуть их на место.



Помогите пострадавшему принять удобное положение тела (например, с согнутыми ногами).

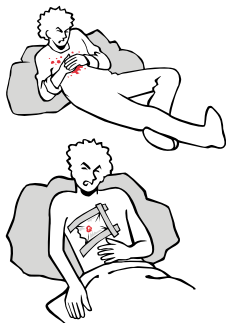


Эвакуируйте пострадавшего.



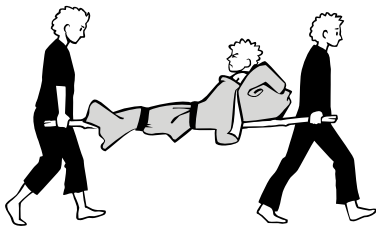
Если произошло проникающее ранение грудной клетки

Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.



Закройте рану куском полиэтиленовой пленки (или подобного материала), прикрепив полиэтилен с трех сторон, чтобы не закрывать плотно рану полностью (если это не удастся сделать, то лучше, чтобы рана осталась открытой).

Помогите пострадавшему принять удобное положение тела (например, полусидя).



Эвакуируйте пострадавшего.

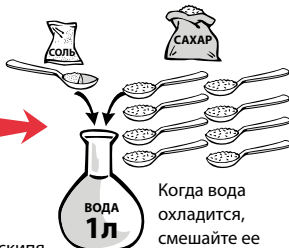


ЕСЛИ У ЧЕЛОВЕКА ДИАРЕЯ

Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.



Вымойте руки.



Профильтруйте и вскипятите воду (чтобы ее можно было пить).



Когда вода охладится, смешайте ее с сахаром и солью или используйте средство для пероральной регидратации (РПР), если есть такая возможность.

Дайте пострадавшему выпить эту жидкость.

Эвакуируйте пострадавшего, если ему необходима дальнейшая помощь.



ЕСЛИ У ЧЕЛОВЕКА ОЖОГ

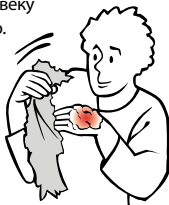
Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.



Охладите ожог под струей холодной чистой водой, делайте это как можно дольше по времени. Прекратите процедуру, когда боль исчезнет или когда человеку станет холодно.



Накройте ожог чистым, легким материалом, например, полиэтиленовой пленкой или пластиковым пакетом.



Посоветуйте пострадавшему отслеживать, насколько хорошо заживает ожог и, если боль не проходит или развивается инфекция, обратиться за квалифицированной медицинской помощью.

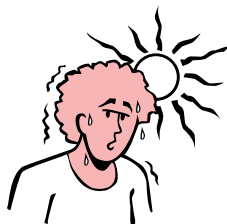
Если ожог больше, чем ладонь пострадавшего или поражает особо чувствительную часть тела (например, лицо, гениталии, суставы), постарайтесь доставить человека в лечебное учреждение.

Если пострадавший — ребенок, всегда старайтесь доставить пострадавшего в лечебное учреждение.



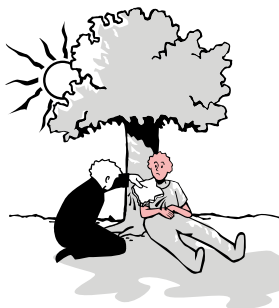
ЕСЛИ У ЧЕЛОВЕКА СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.



Перенесите пострадавшего в тень.

Помогите пострадавшему охладиться (например, обмахивайте его/ее и (или) приложите холодную, мокрую ткань к его/ее лицу, вокруг шеи, под мышками и к внутренней стороне бедер).



Дайте пострадавшему чистой воды.

Эвакуируйте пострадавшего, если он нуждается в дальнейшем лечении.

Коротко объясните стоящим вокруг людям, друзьям и (или) родственникам, что вы будете делать и почему и с какими ограничениями вы можете столкнуться. При необходимости обращайтесь за помощью.

Если человек страдает от чрезмерного переохлаждения (гипотермии)



Помогите пострадавшему согреться, укройте его/ее и оберегайте от неблагоприятных погодных условий.



Дайте пострадавшему чистое теплое питье.

Не согревайте

пострадавшего путем растирания.

Следите за состоянием пострадавшего.

Эвакуируйте пострадавшего, если ему/ей необходима последующая медицинская помощь.



Если у человека высокая температура

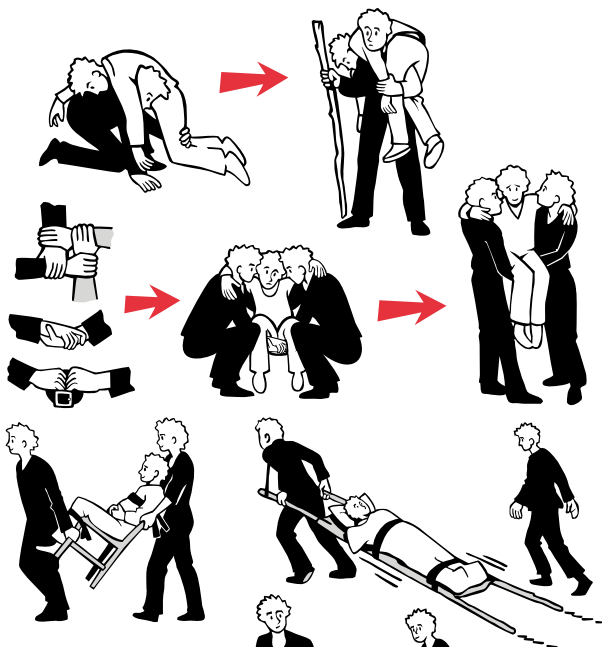


Поместите пострадавшего в проветриваемом помещении. Помогите пострадавшему охладиться (например, обмахивая его/ее или вытирая лицо мокрой тканью). Следите за состоянием пострадавшего. Дайте пострадавшему чистой воды.

Эвакуируйте пострадавшего, если ему необходима последующая медицинская помощь.



ЕСЛИ ЧЕЛОВЕКА НЕОБХОДИМО ЭВАКУИРОВАТЬ

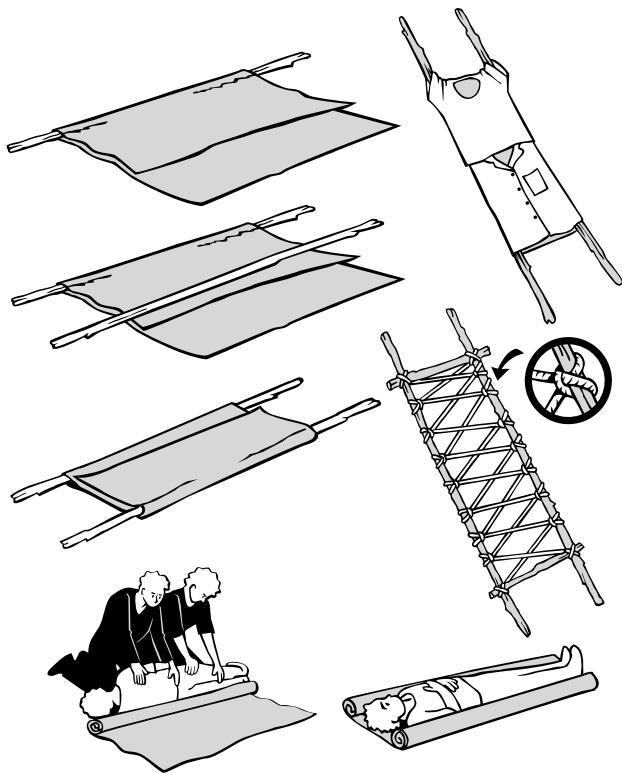


Берегите свою спину, когда поднимаете пострадавшего: согните ноги в коленях и держите спину прямой.

Необходимо успокаивать пострадавшего во время его транспортировки и отслеживать его/ее состояние.

Передавайте пострадавшего квалифицированным медицинским работникам для оказания последующей помощи.

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕКА НЕОБХОДИМО ЭВАКУИРОВАТЬ



Берегите свою спину, когда поднимаете пострадавшего: согните ноги в коленях и держите спину прямой.

Необходимо успокаивать пострадавшего во время его транспортировки и отслеживать его/ее состояние.

Передавайте пострадавшего квалифицированным медицинским работникам для оказания последующей помощи.

Уважение к раненым и больным и оказание медицинской помощи

Необходимо:

- уважать и защищать раненых и больных, а также активно работать, чтобы облегчить им доступ к медицинской помощи;
- уважать и защищать медицинских работников, медицинские учреждения и медицинский транспорт (гражданский или военный) независимо от того, какой стороне они принадлежат;
- уважать гуманитарный и беспристрастный характер медицинской помощи;
- позаботиться о том, чтобы медицинские работники, учреждения и медицинский транспорт использовались для выполнения исключительно медицинских задач;
- считать недопустимым методом ведения войны отказ в предоставлении медицинской помощи или нарушение работы медицинских служб;
- уважать отличительные эмблемы красного креста, красного полумесяца и красного кристалла и использовать их только по прямому назначению.

Уважение к Красному Кресту и Красному Полумесяцу

Как в мирное время, так и во время чрезвычайных ситуаций национальные общества Красного Креста и Красного Полумесяца и МККК проводят обучение методам оказания первой помощи и в случае необходимости непосредственно оказывают первую помощь всем нуждающимся без различия по причинам расы, национальной, религиозной или классовой принадлежности или политических взглядов.

Сотрудники Красного Креста и Красного Полумесяца, оказывающие первую помощь, стремятся спасти людям жизнь и облегчить их страдания. Ими руководит лишь стремление предоставить помощь в первую очередь тем, кто больше всего в этом нуждается. Наши сотрудники не принимают чью-либо сторону во время вооруженных действий и никогда не участвуют в спорах политического, расового, религиозного или идеологического характера. Они оказывают первую помощь или проводят обучение на добровольных началах, ни в коей мере не руководствуясь желанием извлечь выгоду.

Сотрудники Красного Креста и Красного Полумесяца, оказывающие первую помощь, носят отличительную эмблему, выполняющую идентификационную и защитную функцию. Необходимо проявлять к ним уважение и поддерживать их гуманитарную деятельность как в мирное время, так и во время чрезвычайных ситуаций.



КОДЕКС ПОВЕДЕНИЯ УЧАСТНИКОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ



МККК

КРАТКИЕ СВЕДЕНИЯ



МККК

Международный Комитет Красного Креста
19, avenue de la Paix
1202, Женева, Швейцария
Т +41 22 734 60 01 Ф +41 22 733 20 57
E-mail: shop@icrc.org www.icrc.org
© МККК, апрель 2016 г.

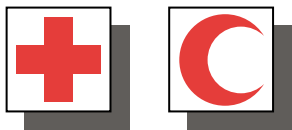
КОДЕКС ПОВЕДЕНИЯ УЧАСТНИКОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

НОРМЫ ВЕДЕНИЯ ВОЕННЫХ ДЕЙСТВИЙ

1. Ведите боевые действия только в отношении комбатантов.
2. Совершайте нападения только на военные объекты.
3. Не совершайте нападения на гражданских лиц и гражданские объекты.
4. Воздерживайтесь от разрушительных действий, не предусмотренных вашей боевой задачей.

КОМБАТАНТЫ:

Уважайте эти эмблемы!



Они защищают:

- раненых и больных;
- медицинских работников и сотрудников Красного Креста и Красного Полумесяца;
- машины скорой помощи и медицинский транспорт Красного Креста и Красного Полумесяца;
- больницы, пункты оказания первой помощи и помещения Красного Креста и Красного Полумесяца.



1. Подбирайте их.

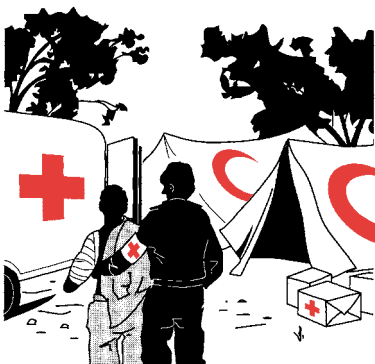


2. Ухаживайте за ними.





3. Передайте их своему командиру или работникам ближайшего медицинского поста.



4. Проявляйте уважение к медицинским работникам и лечебным учреждениям.

1. Предоставляйте защиту раненым, больным и потерпевшим кораблекрушение (включая экипажи воздушных судов).

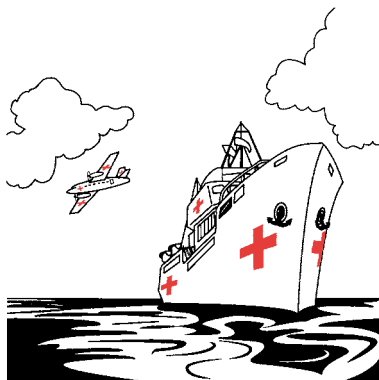


2. Ищите их и подбирайте их после каждого боевого столкновения.





3. Предоставляйте защиту гражданским судам, которые участвуют в операции по спасению раненых и потерпевших кораблекрушение.



4. Проявляйте уважение к госпитальным судам и санитарным летательным аппаратам с опознавательным знаком красного креста или красного полумесяца.

1. Проявляйте к ним милосердие.



2. Разоружите их.





3. Передавайте их лицу, у которого вы находитесь в подчинении.



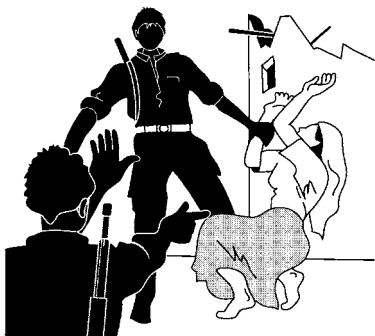
4. Проявляйте к ним уважение и обращайтесь с ними гуманно. Их семьи необходимо информировать о том, что они захвачены в плен.

1. Проявляйте к ним уважение.



2. Обращайтесь гуманно с теми, кто находится в вашей власти.





3. Защищайте их от дурного обращения. Запрещены репрессалии и взятие заложников.



4. Проявляйте уважение к их собственности. Не наносите ей ущерб и не участвуйте в ее разграблении.

Во время войны необходимо соблюдать некоторые нормы, даже в отношении неприятельских военнослужащих. Эти нормы содержатся главным образом в четырех Женевских конвенциях 1949 г. и трех Дополнительных протоколах к ним 1977 г. и 2005 г.

По данным на апрель 2016 г., 196 государств являются участниками четырех Женевских конвенций, 174 государства – Дополнительного протокола I, 168 государств – Дополнительного протокола II и 72 государства являются участниками Дополнительного протокола III. В качестве государства – участника Женевских конвенций и Дополнительных протоколов к ним, ваша страна обязана выполнять положения этих договоров.

Эти договоры основываются на идее уважения к личности человека и его достоинству. Лица, которые непосредственно не принимают участия в военных действиях или прекратили принимать в них участие вследствие болезни, ранения, пленения или по любой другой причине, должны пользоваться уважением и получать защиту от последствий войны; необходимо оказывать помощь пострадавшим без какой-либо дискриминации. Особая защита должна предоставляться медицинскому персоналу, больницам и санитарному транспорту, а также сотрудникам Красного Креста и Красного Полумесяца, его помещениям и оборудованию.

Четыре Женевские конвенции предоставляют защиту следующим категориям лиц:

- раненые и больные лица из состава вооруженных сил в действующих армиях и санитарный персонал (Конвенция I);
- раненые, больные и лица, потерпевшие кораблекрушение, из состава вооруженных сил на море (Конвенция II);
- военнопленные (Конвенция III);
- гражданские лица, находящиеся во власти противной стороны или находящиеся на оккупированной территории (Конвенция IV).

Статья 3 общая для всех Женевских конвенций, которая регулирует внутренние конфликты, предусматривает гуманное обращение со всеми лицами, которые не принимают участия в военных действиях или перестали принимать в них участие. В частности, статья 3 запрещает жестокое обращение, взятие заложников, пытки и расправы без суда и следствия. Судебная процедура при этом должна предоставлять должные процессуальные гарантии. Протокол I и Протокол II содержат более подробные положения, регулирующие международные и внутренние конфликты соответственно.

Во время военных действий всегда должно проводиться различие между гражданским населением и комбатантами, а также между гражданскими объектами и военными объектами.

Государства — участники Женевских конвенций обязуются:

- обеспечивать оказание помощи раненым без какой-либо дискриминации, независимо от того, принадлежат ли они к собственной стороне или стороне противника;
- уважать физическую неприкосновенность, честь, человеческое достоинство, права семей и нравственные и религиозные убеждения гражданских лиц и лиц, прекративших принимать участие в военных действиях;
- запрещать пытки и жестокое обращение, внесудебные казни и расправы, депортацию, взятие заложников, мародерство и уничтожение гражданских объектов;
- давать делегатам МККК возможность посещать лиц, содержащихся под стражей в связи с конфликтом, и беседовать с ними без свидетелей.

Международный Комитет Красного Креста (МККК) является беспристрастной, нейтральной и независимой организацией, чьи исключительно гуманитарные цели и задачи заключаются в том, чтобы защитить жизнь и достоинство жертв вооруженных конфликтов и других ситуаций насилия и предоставить им помощь. Пропагандируя и укрепляя гуманитарное право и универсальные гуманитарные принципы, МККК стремится к тому, чтобы предотвратить страдания человека. МККК, основанный в 1863 г., стоит у истоков Женевских конвенций и Международного движения Красного Креста и Красного Полумесяца. Он руководит международной деятельностью, которую осуществляет Движение в вооруженных конфликтах и других ситуациях насилия, и координирует ее.

Цель работы МККК в местах лишения свободы – обеспечить гуманное обращение с лицами, содержащимися под стражей, и уважение к их человеческому достоинству.

В рамках конфиденциального диалога с властями МККК делает рекомендации, касающиеся обращения с лицами, содержащимися под стражей, и условий их содержания.

Кроме того, МККК оказывает материально-техническую поддержку администрации мест содержания под стражей, а в случае необходимости предоставляет помощь непосредственно лицам, содержащимся под стражей.

МККК ведет работу с властями всех уровней – от надзирателей до национальных лидеров.

Независимо от того, имеем ли мы дело с ситуацией, предусмотренной в Женевских конвенциях или с другой ситуацией, МККК применяет одинаковые критерии к своей работе с лицами, содержащимися под стражей, а именно:

- его делегаты должны иметь доступ ко всем лицам, содержащимся под стражей, и иметь возможность беседовать с ними свободно и без свидетелей;
- они должны иметь доступ ко всем местам содержания под стражей, и им должно быть разрешено делать повторные посещения;
- им следует предоставлять списки всех лиц, которых нужно посетить (или они должны иметь возможность составить такие списки на местах).



Центральное агентство по розыску МККК в сотрудничестве с национальными обществами Красного Креста и Красного Полумесяца ведет деятельность по всему миру, чтобы помочь людям, разлученным со своими близкими. В вооруженных конфликтах и других ситуациях насилия оно выполняет следующие задачи:

- когда обычные средства коммуникации отсутствуют, устанавливать контакт между родственниками с помощью телефонных звонков, вебсайта Family Links (семейные связи), объявлений по радио и посланий Красного Креста;
- вести розыск пропавших без вести людей, чтобы оказать им помощь и сообщить их семьям об их местонахождении;
- вести регистрацию и отслеживать судьбу уязвимых людей, в частности, детей и лиц, содержащихся под стражей, для того чтобы предотвратить их исчезновение и сообщить их семьям об их местонахождении;
- проводить воссоединение разлученных родственников и организовывать их перевозку и репатриацию;
- оказывать помощь в выяснении судьбы и местонахождения лиц, пропавших без вести, а также оказывать другую помощь их семьям.



Для того, чтобы узнать больше о программе «Восстановление семейных связей» Центрального агентства по розыску МККК и национальных обществ Красного Креста и Красного Полумесяца в вашей стране, пожалуйста, пройдите по ссылке:

familylinks.icrc.org

This image shows a single page of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.