

ДОСТОВЕРНАЯ  МЕДИЦИНА

СЕРГЕЙ ВЯЛОВ

**НЕОТЛОЖНАЯ
ПОМОЩЬ**

КНИГА, КОТОРАЯ СПАСАЕТ ЖИЗНИ

Москва
Издательство АСТ

УДК 614.88
ББК 51.1(2Рос),23
В99

Вялов Сергей Сергеевич

В99 Неотложная помощь: Книга, которая спасает жизни / С.С. Вялов. — Москва : Издательство АСТ, 2022. — 336 стр. : ил. — (Достоверная медицина)

ISBN 978-5-17-135663-7

В новой книге доктора Сергея Вялова описаны 100 самых распространенных и опасных состояний, угрожающих человеческой жизни: шок, кома, проблемы с органами, обострения хронических болезней, отравления, травмы и даже роды. Перечислены их симптомы, даны пояснения того, как и почему эти неотложные состояния развиваются, а также приведена тактика доврачебной и врачебной помощи в соответствии со стандартами, результатами исследований, рекомендациями и приказами Минздрава РФ.

Книга будет полезна как обычным людям без медицинского образования, так и специалистам экстренной медицины.

УДК 614.88
ББК 51.1(2Рос),23

© Вялов С.С., текст, 2022
© Иллюстрации, предоставлены автором,
2022

ISBN 978-5-17-135663-7 © ООО «Издательство АСТ», 2022

Оглавление

ОБРАЩЕНИЕ К ЧИТАТЕЛЯМ	11
ЧАСТЬ 1. РЕАНИМАЦИЯ, ШОК И КОМА	14
Глава 1. Принципы реанимации	14
Искусственное дыхание	15
Непрямой массаж сердца	16
Глава 2. Шок — отсутствие давления	18
T78.0 Анафилактический шок	18
R57.0 Кардиогенный шок	23
A48.3 Инфекционно-токсический (септический) шок	25
T79.4 Травматический шок	28
Глава 3. Кома — отсутствие сознания	31
E10.0 E11.0 Гипогликемическая кома	31
E14.0 Гипергликемическая (диабетическая) кома	33
R40.2 Кома неясного происхождения	35
T67.0 Тепловой или солнечный удар	38
Глава 4. Другие экстренные состояния	41
I49.0 Фибрилляция (мерцание) желудочков	41
W65-W74 Утопление	43
T75.4 Электротравма	46
ЧАСТЬ 2. ПРОБЛЕМЫ ОРГАНОВ	49
Глава 5. Сердце	49
I20.9 Приступ стабильной стенокардии	49
I20.0 Острый коронарный синдром и нестабильная стенокардия	51

I21.9 Инфаркт миокарда	54
I50.1 Острая левожелудочковая недостаточность	58
Глава 6. Аритмия	60
I48.9 Мерцательная аритмия	61
I44.2 Полная атриовентрикулярная (AV) блокада	64
Глава 7. Тромбозы	66
I26 Тромбоэмболия легочной артерии (ТЭЛА)	66
I80-I82 Тромбоз крупных сосудов конечностей	69
Глава 8. Давление	72
I10-I15 Гипертонический криз	72
I27.9 Легочная гипертензия	75
Глава 9. Аллергия	78
L50.9 Острая крапивница	78
T78.3 Отек Квинке (ангионевротический отек)	80
Глава 10. Легкие	81
J45.9 Астматический приступ	81
J46 Астматический статус	86
J44.9 Бронхообструктивный синдром	88
J18.9 Острая пневмония (тяжелая форма)	90
Глава 11. Щитовидная железа	93
E05.9 Тиреотоксический криз	93
Глава 12. Желудок, кишечник и живот	96
K59.9 Кишечная колика	96
K83.9 Печеночная или желчная колика	98
K92.2 Желудочно-кишечное кровотечение	100
K35.9 Острый аппендицит	104
K40-K46 Ущемленная грыжа	107
K56.6 Острая кишечная непроходимость	109
K81.9 Острый холецистит	113
K85.9 Острый панкреатит	115
K65.9 Перитонит	120
Глава 13. Неврология	122
R55 Обморок (синкопе)	122

G93.2 Церебральная гипертензия или повышение внутричерепного давления	124
G45.9 Транзиторная ишемическая атака (ТИА)	127
I64 Инсульт	129
G41.9 Эпилептический приступ	134
Глава 14. Почки	136
N17.9 Острая почечная недостаточность	136
R33 Острая задержка мочи	140
N23 Почечная колика	142
ЧАСТЬ 3. БЕРЕМЕННОСТЬ И РОДЫ	146
O00.9 Внематочная беременность	146
Глава 15. Роды вне стационара	147
Помощь до рождения ребенка	148
Акушерская помощь	149
ЧАСТЬ 4. ИНФЕКЦИИ	154
Глава 16. Желудочно-кишечный тракт и печень	154
A05.1 Ботулизм	154
A05.9 Кишечная инфекция неизвестного происхождения	157
A00.9 Холера	160
B19 Вирусный гепатит	163
Глава 17. Легкие и дыхательные пути	165
J06-J12 Грипп и тяжелая ОРВИ	165
A36.9 Дифтерия	168
A37.9 Коклюш	171
A38 Скарлатина	173
Глава 18. Другие инфекции	175
B54 Малярия	175
A39.9 Менингококковая инфекция	177
ЧАСТЬ 5. ТРАВМЫ, КОСТИ И СУСТАВЫ	182
Глава 19. Травмы мягких тканей	182
M19 Суставной синдром	182
T14.0 Ушиб	184

T14.3 Растяжение связки	186
T14.1 Открытая рана	187
T14.5 Травматическое кровотечение	190
T79.5 Краш-синдром или синдром длительного сдавления (СДС)	194
Глава 20. Травмы внутренних органов.	197
S06.0 Сотрясение головного мозга	197
S06.2 Ушиб или сдавление головного мозга	200
S26.0 Ушиб сердца	202
S26.1 Ранение сердца	205
S30 Закрытая травма живота	207
S31 Открытая травма живота	210
S37.0 Травма почки	213
Глава 21. Травмы костей	216
T08 Перелом позвоночника	216
S32-S33 Перелом костей таза	219
T05 Размозжение и отрыв конечностей	222
Глава 22. Температурная травма	224
T20-T32 Ожоги	224
T33-T35 Замерзание	229
T33-T35 Отморожение	231
Глава 23. Укусы.	233
W53-W55 Укус животного	233
T63.0 Укусы змей	236
T63.4 Укусы пчел и ос	239
T63.3 Укус паука	241
ЧАСТЬ 6. ОТРАВЛЕНИЯ, ТОКСИКОЛОГИЯ И НАРКОЛОГИЯ.	245
Глава 24. Активный детокс	245
Общие мероприятия при отравлениях	245
Глава 25. Отравления лекарствами и химическими веществами	250
T50.9 Отравление йодом	250

T53.9 Отравление бромом	252
T57.0 Отравление мышьяком	255
T46.5 Отравление клофелином	257
T43.9 Отравление транквилизаторами	260

**Глава 26. Отравление наркотиками
и психодислептиками 262**

T40 Опиаты: T40.5 кокаин, T40.2 морфин, T40.1 героин, T40.0 опий	263
T40.7 Каннабиноиды (препараты конопли)	263
T40.8 ЛСД, фенциклидин и экстази	264
Курительные смеси (дизайнерские наркотики)	264
T40.9 Мескалин (триметоксифенилэтиламин)	265
T40.9 Псилоцибин и псилоцин	265

**Глава 27. Отравление бытовыми
и промышленными ядами 271**

T51.0 Отравление этиловым спиртом и суррогатами алкоголя	271
T51.1 Отравление метиловым спиртом	274
T58 Отравление угарным газом	277
T59.6 Отравление сероводородом	279
T52.3 Отравление антифризом и тормозной жидкостью (этиленгликолем и пропиленгликолем)	283
T52.4 Отравление ацетоном	286
T52.0 Отравление бензином и нефтепродуктами	288
T54.2 Отравление уксусной кислотой	290
T54.3 Отравление щелочью	293
T56.1 Отравление ртутью	295

Глава 28. Отравление растениями и грибами 298

T62.2 Отравление цикутой (вехом ядовитым)	298
T62.2 Отравление красавкой, беленой, дурманом, крестовиком, мандрагорой	300
T62.0 Отравление бледной поганкой	302
T62.0 Отравление сморчками и строчками	305
T62.0 Отравление мухоморами	307

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.**СОСТАВ УКЛАДКИ СКОРОЙ ПОМОЩИ 310**

1 Лекарственные препараты 310

Медицинские изделия 321

ПРИЛОЖЕНИЕ 2.**СОСТАВ АВТОМОБИЛЬНОЙ АПТЕЧКИ 329****ПРИЛОЖЕНИЕ 3.****СОСТАВ ДОМАШНЕЙ АПТЕЧКИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ . . 331**

1. Медикаменты 331

2. Инструменты 333

3. Перевязочный и расходный материал 334

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 335

Обращение к читателям

Друзья, когда мы вызываем скорую помощь? У каждого свой повод: кто-то порезал палец и спешно звонит в скорую, кто-то сломал руку или ногу, кому-то стало плохо. Но есть и те, кто терпит и тянет до последнего. Необходимость обращения к специалистам каждый определяет для себя сам в зависимости от того, насколько он хороший хозяин своего здоровья.

Кто-то не вызывал скорую ни разу, но знает: экстренные состояния коварны тем, что случаются внезапно. Если к хроническим болезням можно как-то подготовиться, то экстренные ситуации всего застают врасплох даже вполне здорового человека. Хотя и хронические болезни тоже могут резко обостриться. Что же делать в такой ситуации?

Прежде всего вооружиться знаниями! Чтобы «подстелить соломку» заранее, нужно иметь представление о тех состояниях, которые могут возникать у практически здоровых людей, и грамотно собрать домашнюю аптечку. Но удержать все эти сведения в голове человеку, далекому от медицины, нереально, поэтому лучший выход — иметь под рукой краткое и понятное руководство по действиям в неотложной ситуации.

Эта книга для вас, если:

- вы еще ни разу не вызывали скорую помощь;
- вызываете скорую часто;
- имеете хронические болезни;
- любите семью и детей;
- имеете родителей или больных родственников;
- ездите на автомобиле;
- ходите в лес или гуляете с собакой;
- думаете о своем здоровье и не хотите проблем с ним.

Жизнь так устроена, что когда что-то надо, то его не удастся найти, а когда не надо, то оно постоянно попадаетеся на глаза. Вот и со здоровьем почти так. Когда здоровье есть, его

не замечаешь, а машины скорой помощи только мешают движению на дорогах. Но как только здоровье дает сбой, мы вызываем скорую и ее очень трудно дождаться...

А пока она едет или не едет (обычно норматив на прибытие около 20 минут), можно успеть спасти жизнь себе, родным, друзьям, коллегам или просто прохожим. Такую возможность дает эта книга.

Здесь описаны 100 самых распространенных и опасных состояний, угрожающих человеческой жизни: шок, кома и другие экстренные состояния, требующие реанимационных мероприятий, а также проблемы с органами, отравления, травмы и даже роды. Перечислены их симптомы, даны пояснения того, как и почему эти неотложные состояния развиваются, а также приведена тактика доврачебной и врачебной помощи в соответствии со стандартами, результатами исследований, рекомендациями и приказами Минздрава РФ. Для всех этих состояний есть схемы, по которым можно оказать помощь.

- Эта книга полезна для обычных людей, которые хотят жить и обезопасить себя. Приведенные в ней алгоритмы просты и понятны всем — и врачу, и далекому от медицины человеку. Пусть это будет тот самый «must have» — как абонемент в фитнес-клуб, который лежит и греет душу, даже если вы им не пользуетесь. Ведь вы проявили предусмотрительность и заботу о здоровье: вы знаете, где посмотреть порядок действий в экстренной ситуации. Книга поможет успокоиться, четко определить симптомы и понять смысл происходящего.
- Эта книга будет полезна также врачам и фельдшерам скорой помощи, которые хотят освежить свои знания и иметь под рукой базовый справочник. Возможно, она даже будет лежать в машине скорой помощи, и пока доктор едет на вызов, он полистает и подготовится.

Когда скорая приедет, то и вы, и доктор будете знать, как нужно действовать, и сможете понять друг друга. Вероятно, вы даже поможете врачу, ведь всякое бывает.

Возьмите этот «абонемент на здоровье», или «must have», или просто по-русски «то, что должно быть у каждого» — положите у себя дома, на работе или в машине.

Пусть эта книга, заряженная позитивом, уберезет вас от неприятностей со здоровьем, а если вдруг они случатся, то поможет выкарабкаться из сложной ситуации.

! Дисклеймер

Любые действия со здоровьем сопряжены с риском его потери.

Материалы книги не являются рекомендациями к действию, а носят ознакомительный характер, отражают результаты исследований, профессиональный опыт и мнение автора.

Материалы не являются призывом к самостоятельному лечению.

Любую попытку повторить действия автора читатель предпринимает на свой страх и риск, автор не несет ответственности за результат действий **читателя-непрофессионала**.

Книга не является рекламой лекарственных препаратов или медицинских услуг, в том числе методов профилактики, диагностики, лечения или реабилитации.

У любых лекарственных препаратов есть противопоказания. Необходимо обратиться за консультацией специалиста.

Условные обозначения



Госпитализация



Транспортировка



Внимание!



Термометрия



Тонометрия и определение пульса



ЭКГ



Таблетки, прием препаратов через рот (перорально)



Инъекции внутривенно или внутримышечно (в зависимости от расположения шприца)



Наружный спрей или ополаскивание, внутрь ингаляция



Шейный воротник



Наружная повязка или специальный пакет



Сатурация

Часть 1

Реанимация, шок и кома

Глава 1. Принципы реанимации

Сердечно-легочная реанимация включает искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Их соотношение 2:5, если в процессе принимают участие два спасателя, и 2:15, если реанимацию проводит один спасатель. Любые реанимационные мероприятия даже при их неэффективности проводятся как минимум в течение 30 мин. Если удары сердца или его активность по ЭКГ определялись, то реанимационные мероприятия проводятся в течение 30 мин от последнего зарегистрированного эпизода электрической активности.

При неизвестных обстоятельствах остановки сердца реанимационные мероприятия начинаются с дыхательных движений и компрессий грудной клетки в соотношении **2 вдоха + 30 нажатий**.

При известных обстоятельствах остановки сердца реанимационные мероприятия начинаются с компрессий грудной клетки и дыхательных движений в соотношении **30 нажатий + 2 вдоха**.

Сочетание массажа сердца с искусственным дыханием

1. Непрямой массаж сердца проводят одновременно с искусственным дыханием, так как массаж сердца не вентилирует легкие.
2. Реанимацию проводят 2 человека: легкие раздувают в соотношении 1:5, т. е. на каждое раздувание легких производят 5 компрессий (сжатий) грудины.

3. Реанимацию проводит один человек: легкие раздувают в соотношении 2:15, т. е. на каждые 2 раздувания легких пострадавшего выполняют 15 компрессий грудины с интервалом 1 с.

Искусственное дыхание

Целью проведения искусственного дыхания является наполнение легких воздухом вручную. Искусственное дыхание проводят рот в рот.

Показания к проведению

1. Остановка дыхания.
2. Резкое дыхание.
3. Неритмичное дыхание.

Искусственное дыхание прекращают только при появлении признаков биологической смерти и трупных пятен.

Техника

1. Положить пострадавшего на спину на жесткое основание: землю, пол, кушетку и др.
2. Расстегнуть ему одежду на груди и поясной ремень.
3. Проверить и восстановить проходимость дыхательных путей (пальцем, обмотанным марлей или платком). Голову пострадавшего повернуть в сторону. При подозрении на перелом позвоночника голову поворачивать набок нельзя.
4. Затем голову пострадавшего запрокинуть назад.
5. Одну руку расположить на лбу и зажать нос, другой нажать на нижнюю челюсть и большим пальцем открыть рот пострадавшему.
6. Прижать свои губы ко рту пострадавшего, сделать выдох объемом 1–1,5 л.
7. Для обеспечения выдоха дополнительные действия не требуются, пострадавший выдыхает воздух самостоятельно.
8. Повторить цикл с частотой 16–20 дыханий в минуту.