Тема: Практичне використання засобів індивідуальної аптечки та первинний контроль масивних кровотеч (етап М).

1. Призначення аптечки IFAK

IFAK — індивідуальна аптечка військовослужбовця, призначена для надання першої допомоги при пораненні.

Основні правила розміщення:

Аптечка повинна бути доступною обома руками.

Розміщується на поясі або бронежилеті.

Турнікети носять окремо від аптечки.

Турнікет повинен діставатися одним рухом.

2. Швидкий огляд постраждалого («Криваві руки»)

Мета — швидко виявити масивні кровотечі.

Огляд проводиться в такій послідовності:

Шия.

Пахвові западини.

Пахові складки.

Руки та ноги.

Після перевірки кожної ділянки рятувальник оглядає свої долоні на наявність крові.

Важливо: кровотечі з пахвових і пахових ділянок не можна зупинити звичайним турнікетом. Для них застосовують тампонування гемостатичними засобами.

3. Накладання турнікета на верхню кінцівку

Основні етапи:

Дістати та розгорнути турнікет.

Надіти петлю на поранену руку.

Розмістити турнікет максимально високо на плечі.

Максимально затягнути стропу.

Закрутити вороток до зупинки кровотечі.

Зафіксувати вороток.

Записати час накладання.

4. Накладання турнікета на нижню кінцівку

Обгорнути стропу навколо стегна максимально високо.

Протягнути стропу через пряжку.

Сильно затягнути її.

Закрутити вороток до зупинки кровотечі.

Зафіксувати вороток і записати час.

5. Взаємодопомога пораненому

Основні правила:

Переконатися в безпеці навколишньої території.

Використовувати турнікет із аптечки пораненого.

Якщо місце поранення видно — накладати турнікет на 5–8 см вище рани, не на суглоб.

Якщо місце рани невідоме — накладати максимально високо на кінцівку.

Після накладання перевірити ефективність зупинки кровотечі.

Якщо кровотеча продовжується після максимального затягування, накласти другий турнікет вище першого.

6. Часові нормативи накладання турнікета

Вид допомоги	Відмінно	Добре	Задовільно
На руку	до 20 с	до 25 с	до 30 с
На ногу	до 25 с	до 30 с	до 40 с
На побратима	до 30 с	до 40 с	до 50 с

7. Заходи безпеки

Для тренувань використовувати тільки навчальні турнікети.

Не залишати турнікет на кінцівці під час тренування довше 2–3 хвилин.

Не використовувати бойові турнікети для постійних тренувань.

Стежити, щоб стропа не перекручувалася.

Висновок

Під час надання першої допомоги військовослужбовцю найважливішим завданням є швидке виявлення та зупинка масивної кровотечі. Кожен боєць повинен знати склад аптечки IFAK, правильно розміщувати її на спорядженні та вміти швидко накладати турнікет собі й побратиму.