



ЩО РОБИТИ, КОЛИ ПОРАНИЛИСЬ ТА КОЛИ ВАРТО ЙТИ ДО ЛІКАРЯ?

Зверніться до лікаря, якщо:



є почервоніння



рана відчуває
гарячою



присутній набряк



погіршується



ТРАВМИ, ОПІКИ,
ПЕРЕЛОМИ: ЯК ДІЯТИ



Якщо ви зіткнулися з легкими пораненнями, що не спричиняють критичної кровотечі, то вам допоможуть такі поради:

□ Гігієна. Перш за все, дуже важливо не занести в поранення інфекцію. Тому перед тим як безпосередньо допомагати з пораненням, вимийте руки з милом або використовуйте санітайзер з вмістом спирту не менше 70%.

□ Зупиніть кровотечу. Натисніть на рану, використовуючи чистий бинт. Якщо немає бинта, замініть на стерильну запаковану прокладку чи памперс, які допоможуть поглинути рідину.

□ Промийте рану. Мінімум п'ять хвилин тримайте рану під чистою проточною водою. Можна обробити милом ділянку біля поранення, але всередині рану не чіпайте. За наявності та видалення чужорідних предметів – скла, частинок дерева тощо, обов'язково звертатися до медика.

Також не варто використовувати мазі з антибіотиками без призначення лікаря. Якщо ви не щеплені від правця або давно не робили ревакцинацію, яка необхідна щодесять років, обов'язково повідомте про це медичного спеціаліста — можливо, вам потрібно щепитись, щоб захистити себе.

За допомогою слід звертатися, якщо побачили такі симптоми:

– почервоніння ураженої ділянки тіла;

– рана відчувається гарячою;

– присутній набряк;

– погіршується біль.

За інформацією МОЗ України та INSCIENCE в рамках проекту «Бережи себе».