# Скорая помощь на дому

# Синяк - не пустяк

Ударились о выступ тумбочки, острый угол стола или табуретки? Посмотрите, как будет вести себя синяк. «Цветет», то есть изменяет окраску от красного через лиловый, вишневый и синий до желто-зеленого и желтого, значит, все в порядке. Не меняет цвет, а напротив, только больше багровеет? Начинается нагноение – немедленно обратитесь к врачу! Чтобы синяк меньше болел и быстрее рассосался, заверните в полотенце пузырь со льдом и приложите на 10-15 минут к ушибленному месту. Густо смажьте синяк смесью двух мазей – гирудоида и троксевазина (1:), не дающей свернуться излившейся крови. Он быстро рассосется без боли и припухлости в месте ушиба. Для хорошего эффекта синяк в день травмы нужно смазывать трижды. Попробуйте приложить к синяку ватно-марлевую подушечку, смоченную в наполовину разведенном водой яблочном уксусе. В первые 3-4 дня ограничьтесь примочками, а в последующие делайте компрессы на 2-3 часа. Приложите к ушибу срез листа алоэ, закрепив лейкопластырем, и меняйте по мере необходимости, пока синяк не исчезнет.

# Шишка на лбу

Стукнулись головой об угол стола или подвесного шкафчика? Или - хуже того!- повесили книжные полки или картину в тяжелой раме над диваном, но плохо закрепили, и конструкция рухнула на вашу многострадальную голову? Приложите холод к ушибленному месту и в ближайшие часы внимательно прислушивайтесь к своему состоянию. Если после травмы появилась сильная головная боль, головокружение, тошнота, рвота, зашумело в ушах или, того хуже, вы потеряли сознание, налицо симптомы сотрясения головного мозга. Вас должен осмотреть врач. Вызывайте «Скорую»! Присмотритесь к своим зрачкам: у здорового человека они абсолютно одинаковые, если же один зрачок уже другого, не исключено внутричерепное кровоизлияние, спровоцированное травмой. В этом случае госпитализация жизненно необходима! Даже при легком сотрясении мозга могут возникать такие неприятные симптомы, как головная боль, тошнота. Бороться с ними помогают мочегонные травы: хвощ, кукурузные рыльца, толокнянка обыкновенная, мать и мачеха. Принимать их нужно 7-10 дней. Поможет и диета: налегайте на кефир, йогурт, яблоки, овсяную кашу.

# Ожог: что делать?

Обожженное место нужно скорее охладить – это уменьшит боль, ослабит жжение и ограничит повреждение тканей. Подержите пострадавший участок под холодной струей из - под крана 10-15 минут. Можно приложить чистую марлевую или полотняную салфетку, смоченную холодной водой, и периодически менять ее. Или завернуть в салфетку кусочки пищевого льда для коктейлей. Кожа покраснела, но волдыря нет? Протрите ее водкой (испаряющийся спирт холодит ткани), а затем часто и обильно смазывайте витаоном. Не используйте мази на масляной основе. Под слоем жира температура снижается медленнее, а эффект грелки усиливается. На покрасневшей кожице появились пузыри с жидкостью и мокнущие участки? Наложите влажную повязку с раствором фурацилина (2-4 таблетки на стакан теплой воды). Испаряясь, он будет снижать температуру обожженного участка. Другой вариант – нанести на пораженный участок противоожоговый спрей или водорастворимую мазь (можно без повязки) – сильваден, дермазин, фламазин. Она окажет антисептическое и противоожоговое действие, ускорит заживление.