

**Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності**

**Кіровоградської області**

**КОРИСНІ ПОРАДИ ЩОДО ВИКОРИСТАННЯ ТУРНІКЕТУ**



**Кропивницький, 2023**

Ситуації, що вимагають надання екстреної медичної допомоги виникають, як правило, несподівано. В основному це відбувається в умовах дефіциту часу і під час відсутності людей зі спеціальною медичною освітою. У цих випадках важливо не піддаватися паніці, діяти швидко й рішуче, тому що в такі моменти дорога кожна секунда.

За оцінкою медичних фахівців, в Україні зі 100 осіб, які померли на догоспітальному етапі, 20 % летальних випадків пов’язані з отриманням травм, несумісних з життям, а інші 80 % випадків – з недостатньою системою організації надання медичної допомоги постраждалим безпосередньо в зоні надзвичайної ситуації та неефективністю здійснення заходів з медичної евакуації постраждалих до лікувальних закладів. Першочерговим завданням для подолання зазначеної проблеми є забезпечення якомога раннього початку надання домедичної допомоги постраждалим.

 Золота година – міжнародний стандарт у тактичній медицині. Це час, за який пораненого бійця слід доправити до медзакладу, аби надати кваліфіковану лікарську допомогу. У реаліях російсько-української війни він не діє.

 Не треба зациклюватися на золотій годині, оскільки на кожній ділянці фронту ситуація різна і змінюється постійно. Інколи вдається виконати, а інколи неможливо фізично.

 Які поширені помилки в тактичній медицині та що є ключовим для порятунку життя?

 До 80% смертей на полі бою, які можна було б попередити, — це кровотеча з кінцівок. Десятки років для зупинки кровотечі використовували гумовий засіб – джгут. Та, коли почалася війна на Донбасі, в українській армії почали застосовувати натівський зразок джгута – турнікет. Тому якість турнікету (джгута) та вміння ним користуватись — дійсно ключове в тактичній медицині.

 **Турнікет** — це англійський переклад слова **джгут.**

 Турнікет, як і будь-який медичний виріб, проходить безліч перевірок.

Найкращими джгутами вважаються CAT — Combat Application Tourniquet (він сертифікований). На ньому повинна бути зазначена саме ця абревіатура. Є якісні українські аналоги, наприклад, турнікет SICH.

* джгути тип Есмарха — не рекомендують для комплектації аптечок військовослужбовців;
* джгути Ratcheting-типу або Ретчет-джгути — рекомендовані програмою Тактичної допомоги пораненим на полі бою (Tactical Comat Casualty Care, ТССС), але є ті, що рекомендовані тільки для цивільних;
* пневматичні джгути — рекомендовані TCCC. [Рекомендації](https://deployedmedicine.com/content/100) від комітетуТССС — найвища форма визнання для джгута у світі. Ці рекомендації надають право на комплектацію джгутами аптечки американських солдатів.

МОЗ України обіцяє розробити контрольовану державою процедуру тестування та схвалення турнікетів.

 Корисні поради щодо використання турнікету:

* турнікет не повинен бути в якомусь пакетику, потрібно мінімізувати все, що збільшує час його використання;
* ніколи не віддавайте нікому свій турнікет;
* накладати турнікет треба вчитися, а потім тренуватися. Не забувайте про практику.

 Джгут і турнікет — засоби для тимчасової зупинки кровотечі з магістральних судин шляхом колового перетискання кінцівки та стискання її тканин і судин.

 З початком повномасштабної війни РФ проти України вміння користуватися турнікетами стало важливим і для цивільних, бо ворог методично обстрілює та руйнує українські міста. Отже цивільні люди, не медики також мають уміти надавати першу домедичну допомогу, вважають у Всеукраїнській раді реанімації та екстреної медичної допомоги і радять навчитися накладати турнікет, користуючись інструкцією.

 Сучасний турнікет — це міцна стрічка, що зазвичай має з одного боку липку самоклейку смужку, всередині — стропу, що допомагає їй затягуватися, зовні — паличку (вороток/важіль), а також пряжку, фіксатор воротка і місце, де можна записати час накладання турнікета. Фіксація липучкою дозволяє застосувати [джгути турнікети](https://paramedic.ua/ua/sredstva-dlya-okazaniya-pervoy-pomoshchi/tourniquets/) в самих екстремальних умовах навіть однією рукою. Їх можна використовувати при будь-якій погоді. Він успішно пройшов санітарно-епідеміологічну експертизу і є зареєстрованим мед. виробом в базі лікарських засобів Державної служби.

 Турнікети є надважливою частинкою аптечки, проте не всі вміють правильно ним користуватися. При неправильному застосуванні турнікету можна завдати шкоди, що буде переважати над користю.

## Коли треба використовувати турнікет?

 Використовувати турнікет треба, коли у постраждалого(-ї) почалася критична (масивна) кровотеча. Цей вид кровотечі найчастіше трапляється на кінцівках та місцях вузлових з’єднань (шия, пах, стегна, пахви). Постраждалий(-а) швидко втрачає кров у великій кількості.

Така інтенсивна кровотеча може загрожувати смертю за дві-три хвилини.

**Ознаки критичної кровотечі:**

* пляма крові, що збільшується на одязі постраждалого(-ї);
* калюжа крові, що збільшується біля постраждалого(-ї);
* фонтанування крові з місця поранення;
* ампутація частини тіла, більшої за третину долоні або стопи;
* пов’язка, що не спрацювала та просочена кров’ю;
* кровотеча, що стала причиною втрати свідомості.

**Покрокова інструкція щодо застосування турнікету:**

## Джгут турнікет - інструкція накладення однією рукою

1. Одягніть петлю джгута вище рани, піднявши кінцівку вгору та заздалегідь притиснувши судину, що кровоточить, пальцями. Під джгут необхідно накласти м'яку прокладку (чисту хустину, серветку) для зменшення болю і можливого затискання шкіри.
2. Потягніть край стрічки, затягуючи джгут якомога міцніше.
3. Використовуйте двосторонню клейку стрічку джгута для фіксації кінцівки до кліпс.
4. Закручуйте стрижень доти, поки він не дійде артеріальна кровотеча і не зникне пульсація пошкодженої судини.
5. Перевіряючи наявність кровотечі та пульсу закріпіть стрижень в кліпсі.
6. Оберніть залишок стрічки навколо кінцівки над стрижнем і через кліпсу.
7. Закріпіть білою липучкою залишок стрічки та на цій же липучці вкажіть час накладення джгута.

## Накладення джгута-турнікета двома руками

1. Оберніть кровоспинний джгут навколо області поранення вище ділянки що кровоточить.
2. Простягніть край ремінця крізь внутрішню щілину пряжки, міцно затягнувши джгут.
3. Закріпіть стрічку навколо кінцівки до кліпс шляхом застосування двосторонньої липучки.
4. Закрутіть стрижень до зупинки кровотечі з артерії та зникнення периферичної пульсації.
5. Зробіть запис часу накладення джгута на білій липучці.

 Якщо через анатомічні особливості або через характер травми перший джгут не спрацював, наклади другий вище першого.

 Якщо виявлено кровотечу в області шиї, паху або пахв, треба притиснути рану пальцем або рукою у рукавичці. Потім затампонуй рановий канал гемостатичною марлею або звичайним бинтом.

 Якщо виявлено кровотечу в області шиї, паху або пахв, треба притиснути рану пальцем або рукою у рукавичці. Потім затампонуй рановий канал гемостатичною марлею або звичайним бинтом.

Продовжуй тиск на рану ще щонайменше три хвилини.

 Тренувальні відео про тампонування [українською](https://www.youtube.com/watch?v=XE_Hp0Nv_dc&list=PLNMlIKWI8E3bji8BliS80LQo3j3pFscff&index=3&ab_channel=FullmetalDoc's) та [англійською](https://www.youtube.com/watch?v=ff5bYep566o&ab_channel=CoTCCCCommittee-on-TCCC) Ви можете знайти за посиланням. Це нелегка процедура, проте цивільні без медичної освіти можуть опанувати її під час тренінгу.

Якщо у постраждалого(-ї) кровотеча в області тулуба, треба щільно притиснути рану рукою або чистою матерією. Контролювати його (її) дихання, ваш тиск на рану не має заважати процесам дихання.

При транспортуванні потерпілого(-ї) до медичного закладу, треба постійно перевіряти джгут на міцність та ступінь блокування кровотечі, бо вони можуть послаблюватися.

**Скільки часу може бути накладений турнікет?**

Послаблення джгута може призвести до відновлення критичної кровотечі, а для людини, яка знаходиться у стані шоку, втрата навіть незначної кількості крові може бути небезпечною. Після накладення джгут (турнікет) може безпечно тиснути кінцівку до двох годин. Відносно безпечно – від 2 до 6 годин.

**Чим небезпечні неякісні джгути ?**

 Якщо використовувати неякісні турнікети, то життя постраждалого(-ї) може бути під загрозою. Погані турнікети можуть:

* зламатися на етапі затягування;
* затягнутися на початковому етапі добре, але потім давати сильний хід матеріалу та послаблюватися з часом. Постраждалий(-а) може втрачати кров;
* викликати компартмент-синдром та збільшувати ризики для кінцівки.

**Що не можна робити при накладанні турнікету?**

 Слід уникати накладання джгута-турнікета на коліно і лікоть, так як це не зупинить кровотечу (судини сховані між кістками), проте може травмувати шкіру навколо суглобу.

 Знати ази тактичної медицини та домедичної допомоги важливо усім, а для українців зараз це є критичною необхідністю. Вчасно зупинена кровотеча може врятувати людині кінцівку чи навіть життя.

**Ти можеш врятувати життя своїми знаннями!!!**