**Первая помощь при обмороке и коме**

Обморок (кратковременная потеря сознания) может случиться вследствие сильного волнения или испуга, из-за сильной боли, вида крови, жары, духоты. Также обмороки случаются из-за обострений имеющихся заболеваний.

Предвестники обморока — это общая слабость, потемнение в глазах, головокружение, шум в ушах, онемение конечностей, затуманенность сознания.

Заметить, что у больного вот-вот случится обморок, несложно: он как бы оседает на месте, резко бледнея, его глаза закрываются, зрачки на свет не реагируют, его конечности холодеют. При обмороке пульс у больного едва прощупывается, артериальное кровяное давление падает.

Для этого нужно знать основы оказания первой помощи при обмороке, а также уметь вовремя распознать ухудшение самочувствия человека. Итак: что делать при потере сознания и как оказать помощь при обмороке?

**Алгоритм оказания первой помощи при потере сознания и обмороке:**

- Если вы видите, как человек начинает падать, его нужно поддержать. Это поможет избежать травмы головы при падении.

- При обмороке в первую очередь необходимо вызвать скорую помощь и оценить состояние человека, то есть определить, дышит ли он и есть ли пульс, а также проверить реакцию зрачков на свет. При наличии дыхания пострадавшего необходимо уложить в устойчивое боковое положение, обеспечив прохождение дыхательных путей.

- Голову следует повернуть на бок, это поможет избежать закупорки верхних дыхательных путей рвотными массами.

- Расстегнуть стесняющую одежду. Обмахивать лицо импровизированным опахалом (например, журналом). Если обморок произошел в помещении, то открыть окно или дверь. Не допускать большого скопления народа возле пострадавшего, это затруднит доступ свежего воздуха к нему.

- Если у пострадавшего наблюдается остановка дыхания и пульса, то следует приступить к выполнению сердечно-легочной реанимации. Человек должен лежать на ровной и твердой поверхности. Выполняют непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Реанимация продолжается до восстановления дыхания и сердечной деятельности или же приезда скорой помощи.

Ни в коем случае не оставляйте пострадавшего одного, даже если до приезда медиков он пришел в сознание!

**Ошибки оказания первой помощи**

Оказывать первую помощь при обмороке необходимо правильно. В противном случае можно сильно навредить пострадавшему.

Что нельзя делать при обмороке у человека:

- Нельзя усаживать или стараться поднять падающего человека. В этом случае кровь будет скапливаться в нижней части тела, и головной мозг будет страдать от гипоксии.

- Не следует хлопать по лицу. Человек, который оказывает помощь, может не рассчитать силу и причинить вред потерпевшему.

- Нельзя давать лекарства. Обычный человек не может точно определить причину потери сознания, поэтому не может знать, какие препараты необходимы. В данном случае лекарства могут спровоцировать резкое ухудшение состояния.

- Не следует поливать водой пострадавшего.