

R U S S I A N
SPECIAL FORCES FUNCTIONAL PROGRAM

FIRST AID

April 1985
Field Test Edition

DEFENSE LANGUAGE INSTITUTE
FOREIGN LANGUAGE CENTER

ACKNOWLEDGEMENT

This program owes a great deal to the Commander, Fort Devens, members from the 10th Special Forces Group (Airborne) and from the 142d Military Intelligence Battalion (Linguist) UANG, who have given the Nonresident Instruction Division, DLIFLC the benefit of their great experience as subject matter experts in the development of the field test edition of this Special Forces Russian Functional Program. Special thanks are also extended to the faculty of the DLIFLC Russian Department for their valuable collaboration in translating this lesson on FIRST AID, and in developing the questions and glossaries.

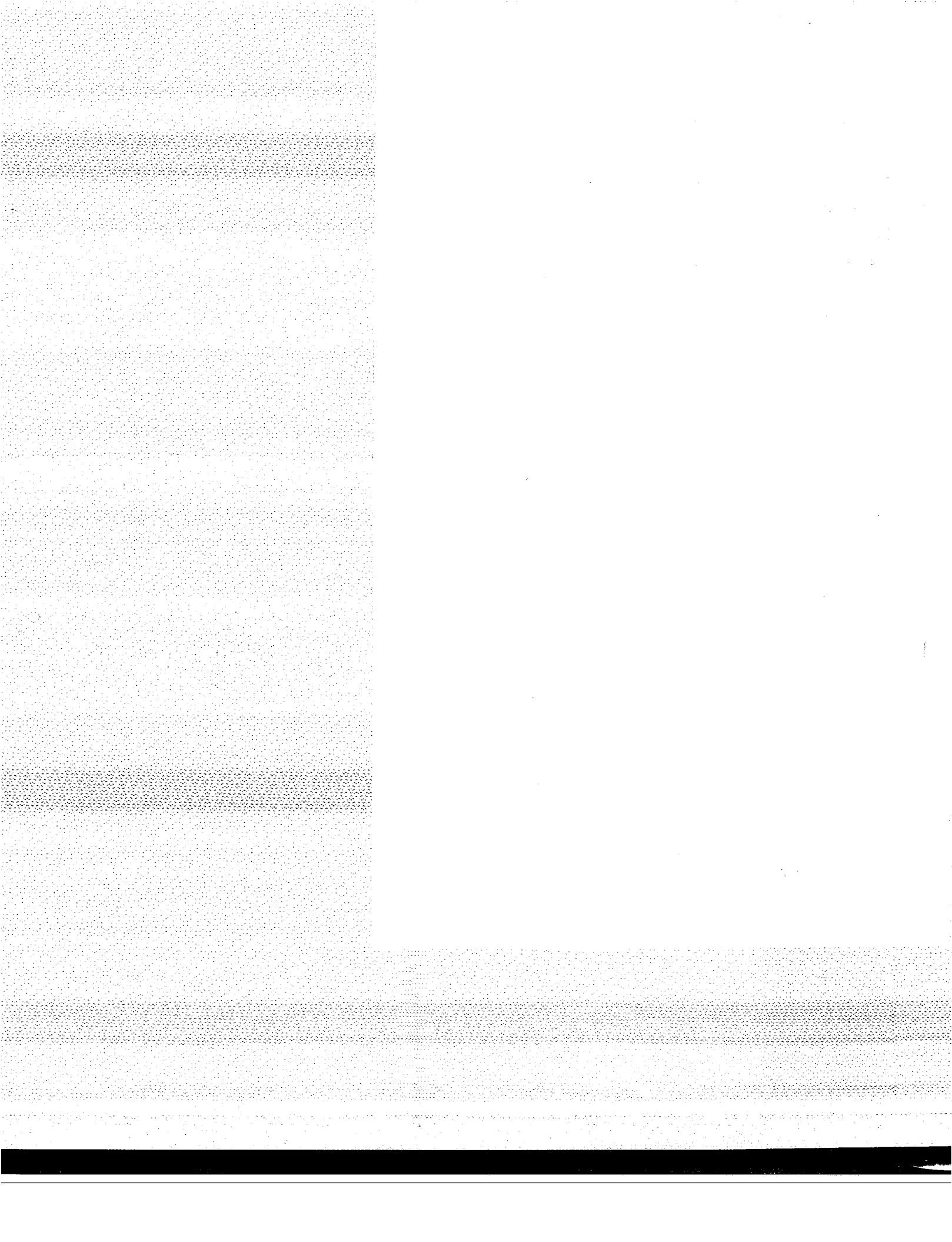
PREFACE

This program is an original effort designed to enable the Special Forces specialist to conduct guerrilla training in Russian.

This program is designed to be used with an instructor who is trained in the methodology of the Defense Language Institute, Foreign Language Center (DLIFLC).

CONTENTS

RUSSIAN TEXT	1
RUSSIAN QUESTIONS	23
RUSSIAN - ENGLISH GLOSSARY	24
ENGLISH TEXT	44
ENGLISH - RUSSIAN GLOSSARY	66
ANSWER KEY	83



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

I. Введение

- А. Если медицинская помощь не может быть оказана (сразу), необходимо оказать первую помощь. Первая помощь--это срочные меры по уходу за больным раненым или пострадавшим. Если тот, кто оказывает первую помощь знает, что надо делать и делает это быстро, он может:
1. Спасти человеческую жизнь.
 2. Предотвратить пожизненную инвалидность.
 3. Предотвратить длительное пребывание в больнице.
- В. Очень важно всегда носить с собой индивидуальный перевязочный пакет для личного пользования. При оказании первой помощи другому человеку не забудьте использовать сначала пакет первой помощи самого пострадавшего; личный пакет может понадобиться впоследствии.

II. Жизненно важные функции

Дыхание и кровообращение--жизненно важные функции. Если одна из них прервана на слишком длительное время, человек умирает.

1. Дыхание:
 - а. Воздух попадает в лёгкие через воздухоносные пути (нос, рот, глотка, гортань, дыхательное горло, бронхиальное дерево) (Рис. 1).
 - б. Лёгкие состоят из тысяч мельчайших воздушных пузырьков (альвеол), с очень тонкими стенками.

Во время дыхания кислород поглощается в кровь через эти стенки, а углекислый газ выталкивается.

с. Когда человек делает вдох, мышцы ребер и диафрагмы сокращаются. При этом легкие расширяются и впускают воздух. Когда мышцы расслабляются во время выдоха, легкие принимают свои обычные размеры. При этом воздух выталкивается снова.

Обычно человек дышит от 12 до 18 раз в минуту.

2. Кровообращение:

а. Кровь течёт от сердца через весь организм и возвращается к сердцу. Она проходит через кровеносные сосуды трёх типов.

(1) Артерии:

Артерии несут кровь от сердца к капиллярам. Эта кровь ярко-красного цвета, благодаря высокому содержанию кислорода из лёгких.

(2) Капилляры:

Капилляры--это очень маленькие сосуды с тонкими стенками. Кислород и питательные вещества проходят из крови через стенки капилляров в клетки организма. В то же самое время углекислый газ и продукты распада входят в капилляры.

(3) Вены:

Вены несут кровь из капилляров обратно к сердцу и лёгким. Эта кровь тёмно-

красного цвета, потому что в ней больше нет кислорода.

- b. Сердце--это мышца, имеющая форму и размер кулака. Это насос, который поддерживает постоянное движение крови. Когда мышца сокращается, кровь нагнетается в артерии. Когда она расслабляется, кровь проходит в сердечную камеру из вен. Этот цикл сокращения и расслабления называется биением сердца.
- c. Кровь не течёт от сердца ровным потоком; она проходит по артериям толчками. Артерии расширяются каждый раз, когда сердце нагнетает в них кровь, и сжимаются, когда кровь проходит дальше по кровеносной системе. Этот цикл расширения и сжатия артерий называется пульсом. Нормальная частота пульса--60-80 ударов в минуту. Наиболее обычные точки проверки пульса--на запястье, на щиколотке и на шее.

(1) Радиальный пульс--на запястье:

Для определения наличия или отсутствия радиального пульса положить два первых пальца на запястье пострадавшего со стороны большого пальца.

(2) Задний большеберцовый пульс--на щиколотке:

При проверке пульса на щиколотке положить два первых пальца с внутренней стороны щиколотки.

(3) Каротидный пульс--на шее:

Для проверки каротидного пульса положить кончики первых двух пальцев около адамова яблока.

III. Жизнеугрожающие воздействия на важные функции организма

А. Кислородное голодание:

1. Человеческая жизнь не может существовать без постоянного приёма кислорода.
2. Освободить воздухоносные пути и восстановить дыхание и работу сердца!

В. Кровотечение:

1. Человеческая жизнь не может продолжаться без достаточного количества крови, несущей кислород к тканям.
2. Остановить кровотечение!

С. Шок:

1. Шок--это состояние, при котором количество крови поступающее в жизненно важные ткани и органы, недостаточно. Шок может возникнуть по многим причинам. Если его не скорректировать своевременно, он может привести к смерти, даже если повреждение или состояние, вызвавшие шок, сами по себе не были смертельно опасными.

2. Предупредить шок!

D. Инфекция:

1. Инфекция вызывается ростом и распространением микробов, входящих в кровь через рану.
2. Перевязать рану!

IV. Основные меры по спасению жизни

A. Немедленно освободить дыхательные пути и восстановить дыхание и работу сердца.

1. Перевернуть пострадавшего на спину и положить его голову таким образом, чтобы воздухоносные пути были свободны.

а. Способ с запрокидыванием головы и поднятием подбородка.

Опустить на колени сбоку у изголовья пострадавшего, положить одну руку на лоб, а кончики пальцев второй руки--под подбородок. Нажимая на лоб, запрокинуть голову назад, поднять подбородок и открыть дыхательные пути.

б. Способ с запрокидыванием головы и поднятием шеи.

Опустить на колени сбоку у изголовья пострадавшего. Положить одну руку на лоб, а вторую--под шею. Осторожно поднять шею и нажать другой рукой на лоб.

2. Положить валик из одеяла или накидки (если имеется) под плечи пострадавшего. Вытянуть язык как можно

дальше изо рта. Убедиться, что во рту нет ничего, как например искусственных зубов или пищи.

3. Искусственное дыхание:

а. Важно сохранять спокойствие. Думать и действовать быстро. Проверить дыхание и сердцебиение по движению грудной клетки или наощуть. Если одна или обе функции не наблюдаются, их следует восстановить. Лучше всего, работать с помощником, однако можно действовать и одному.

б. Способы искусственного дыхания:

(1) Способ "рот-в-рот":

- (a) Положить пострадавшего лицом вверх, так чтобы дыхательные пути были открыты.
- (b) Зажать нос или крепко прижаться к нему щекой.
- (c) Сделать глубокий вдох.
- (d) Плотно прижаться губами ко рту пострадавшего.
- (e) Сделать энергичный выдох так, чтобы грудная клетка пострадавшего начала подниматься (с детьми выдох должен быть менее энергичным).
- (f) Если грудная клетка не поднимается, проверить положение челюсти и выдыхать ещё более энергично.
- (g) Если грудная клетка всё ещё не поднимается, проверить наличие каких-либо

предметов в горле. При необходимости, следует стукнуть пострадавшего между лопатками чтобы выбить предмет из гортани.

- (h) Делать один выдох каждые пять секунд в течение минимум сорока пяти минут (или до тех пор, пока не возобновится дыхание).
 - (i) Если вы почувствуете головокружение или потеряете сознание в результате глубокого и частого дыхания, рекомендуется перейти на нормальную скорость дыхания с небольшим увеличением обычного объёма.
- (2) Способ "рот-в-нос" (применять при сильном повреждении или плотном закрытии челюсти).
- (a) Закрыть рот пострадавшего одной рукой.
 - (b) Вдохнуть воздух через нос.
 - (c) Все остальные действия такие же как и при способе "рот-в-рот".
- (3) Способ ритмичного сдавливания грудной клетки (применять при размождении лица).
- (a) Положить пострадавшего лицом вверх (как при предыдущих способах).
 - (b) Опуститься на колени у его изголовья лицом к ногам.
 - (c) Взять его руки и прижать их к нижним ребрам.

- (d) Затем поднять их и вытянуть вверх.
- (e) Потянуть их к себе как можно дальше.
- (f) Снова положить их на грудь и повторить весь цикл сначала.
- (g) Произвести от 10 до 12 циклов в минуту в постоянном и равномерном ритме.

4. Массаж сердца:

- а. Если вы не чувствуете пульса, приступайте немедленно к массажу сердца. Сердце расположено между грудной костью и позвоночником. Если прилагать давление на сердце с перерывами, оно начнёт функционировать снова. Массаж сердца всегда сочетается с искусственным дыханием.
- б. Основная процедура:
 - (1) Положить пострадавшего для способа рот-в-рот. Он должен лежать на твёрдой поверхности.
 - (2) Найти расположение нижнего конца грудины двумя пальцами одной руки (ведя по нижней кромке реберной клетки до выемки где ребра встречаются с грудиной в центре груди).
 - (3) Положить кисть второй руки л донной поверхностью на два пальца.
 - (4) Снять пальцы (первой руки) и положить эту руку поверх второй руки, подняв и переплести пальцы, так чтобы можно было прилагать давление на грудину без нажима на ребра. Пользоваться только одной рукой для детей и кон-

чиками пальцев--для младенцев).

- (5) Наклониться над пострадавшим и прямыми руками сделать толчкообразное сдавливание грудины. Вдавливание не должно быть глубже чем на 2-3 см, чтобы не сломать ребра.
- (6) Немедленно расслабить руки, не отрывая их от груди.
- (7) Повторять толчкообразные движения 60-80 раз в течение минуты.

5. Сердечнолёгочная реанимация:

- а. Попытки реанимации должны быть предприняты по возможности двумя спасателями: один производит массаж сердца, а другой делает искусственное дыхание рот-в-рот. Последовательность должна быть пять нажимов на грудь, на один вдох (вдувание воздуха в лёгкие).
- б. Если есть только один спасатель, последовательность должна быть пятнадцать нажимов на грудь, сопровождаемых двумя очень быстрыми, но полными вдохами (вдувание воздуха в лёгкие). Чтобы компенсировать время, использованное на искусственное дыхание, спасатель должен увеличить число нажимов на грудь от обычной скорости шестьдесят в минуту до восьмидесяти в минуту.
- с. Меры по реанимации должны продолжаться до сорока пяти минут, если это необходимо.

В. Остановить кровотечение!

1. Найти открытую рану. Может быть больше одной раны: снаряд может войти в одном месте и выйти в другом месте. Выходная рана обычно больше, чем входная.
2. Осторожно снять одежду, разрезав её и оторвав от раны во избежание дальнейшего заражения.
3. Не трогать рану рукой; сохранить её как можно более чистой. Если она уже загрязнена, оставить всё как есть.
4. Наложить на рану стерильную повязку из полевого пакета пострадавшего. После того как повязка надета, не снимать её ни в коем случае.
5. Если кровотечение продолжается после наложения повязки, положить руку на повязку и сильно надавить на неё в течение 5-10 минут.
6. Чтобы уменьшить кровотечение, поднять повреждённую конечность на 5-10 см. выше уровня сердца (Не поднимать конечность с подозрением на перелом пока не будет наложена шина (см. раздел V ниже.)
7. Если кровотечение продолжается после наложения повязки, давления и поднятия, наложить давящую повязку.
8. Пользоваться кровеостанавливающим жгутом только, если давящей повязкой не удалось остановить кровотечение, или если нога или рука были отрезаны.
 - а. Наложить жгут между раной и сердцем, от пяти до десяти сантиметров выше места повреждения.
 - б. По возможности, наложить жгут на гладкий рукав или штанину, чтобы не прихватить или скрутить кожу.

- c. Наложить жгут, завязав полу-узел, положить палку, (или подобный жёсткий предмет) поверх полу-узла и завязать полный узел поверх палки.
- d. Затянуть жгут (закрутив палку) до прекращения кровотечения из раны.
- e. Перевязать рану.
- f. Не ослаблять жгут после того, как он наложен; это может вызвать шок и смерть.
- g. Позаботиться о том, чтобы пострадавшему была оказана медицинская помощь как можно быстрее.

C. Предупредить шок!

Чем серьёзнее ранение, тем больше вероятность шока.

a. Симптомы шока:

- (1) Возбуждение или нервозность
- (2) Чувство жажды
- (3) Бледность кожного покрова
- (4) Учащенное дыхание
- (5) Потоотделение, несмотря на холодную кожу
- (6) Пятнистая или синюшная кожа (особенно вокруг рта)
- (7) Отсутствующий взгляд
- (8) Тошнота и/или рвота

b. Оказать следующие меры первой помощи для предупреждения шока или борьбы с ним:

- (1) Поднять ноги.
- (2) Расстегнуть одежду.
- (3) Не допустить переохлаждения или перегрева.

- (4) Обязательно освободить дыхательные пути.
- (5) Остановить кровотечение.
- (6) Успокоить пострадавшего.

D. Перевязать рану!

Все раны загрязнены. Повязка предохранит рану от дальнейшего загрязнения и уменьшит вероятность заражения.

- a. Повязка представляет собой стерильную подушечку или прокладку. Она может иметь лейкопласт или бинт, прикрепленные к концам. Не трогать повязку с той стороны, где она соприкасается с раной.
- b. Бинты удерживают повязку на месте. Обычные бинты делаются из марли или муслина, но можно сделать их также из простыни, рубашки или любого другого материала.

(1) Типы бинтов:

- (a) Бинты с раздвоенными концами (хвостиками). Часто они уже прикреплены к повязке как в случае с индивидуальным перевязочным пакетом.
- (b) Косыночные "галстучные" повязки сделаны либо из треугольного куска материи (приблизительно 94 см x 94 x 132 см) или квадратного куска материала (размером приблизительно 94 x 94 см), сложенного по диагонали. Если повязка сложена в треугольник, она называется косыночной

повязкой. Если она сложена в полоску-- она называется галстучной повязкой.

(2) Применяемые термины:

(a) Косыночные и "галстучные" повязки: вершина, основание, концы, уголок, складывать.

(b) Наложение повязки:

Разрезать, сложить, наложить, обернуть, раздвоить, завязать, накрыть, разорвать поперёк, прикрепить булавкой, закрепить и подогнуть, как требуется.

V. Иммобилизация при переломах

A. На переломанную конечность надо наложить шину. Если это не сделать, острый, зазубренный костный отломок может сдвинуться и причинить ещё больше повреждений. Шина может способствовать:

1. Уменьшению дальнейшей повреждения мышц, кровеносных сосудов и нервов
2. Предупреждению шока
3. Уменьшению боли
4. Предотвращению загрязнения и возможного заражения (при закрытых переломах).

B. Типы переломов:

1. Закрытый перелом (Рис. 2):
 - a. Кость сломана, но нет разрыва в кожном покрове.

- b. Возможно повреждение ткани под кожей.
 - c. Лечить повреждение, которое может быть вывихом или растяжением связок, как закрытый перелом.
2. Открытый перелом (Рис. 2b и 2c):
- a. Кость сломана и есть разрыв в кожном покрове.
 - b. Сломанная кость может выступать через кожу или же снаряд, такой как пуля или осколок могут пройти через мягкую ткань и разбить кость.
 - c. Рана загрязнена и может произойти заражение.
- С. Инструкции для наложения шины:
1. Оказать первую помощь, как требуется.
 2. Если возможно, накладывать шину на месте.
 3. Не пытаться вправить кость или сустав. Не выпрямлять кость, которая находится в неестественном или согнутом положении и не стигать прямой сустав.
 4. Наложить шину таким образом, чтобы сустав над переломом и сустав под переломом были полностью иммобилизованы.
 5. Применить прокладку между повреждённой частью и шиной для предотвращения дальнейшего повреждения ткани, кровеносных сосудов и нервов (это особенно важно в местах, где шина соприкасается с костными элементами, такими как локоть, запястье, колено и щиколотка).
 6. Привязать шину бинтом в нескольких местах над и под переломом, но не на самом переломе. Не затягивать шину слишком туго чтобы не помешать кровообращению. Завязать бинты узлами наружу от мины и делать квадратные узлы.

7. Пользоваться косыночной повязкой для подвески руки с наложенной шиной и согнутой в локте, переломанного локтя, руки с растяжением связки и руки с болезненной раной.
8. Иммобилизовать мину, если возможно. Привязать согнутую руку с шиной к грудной стенке, а ногу с наложенной шиной--к неповреждённой ноге.

D. Материалы для наложения шин:

1. Шины:

Доски, жерди, шесты, трубы, ветви деревьев, рулоны бумаги, оружие, картон, грудная стенка, неповреждённая нога (два последних используются в том случае, когда нет ничего другого).

2. Прокладка:

Пиджак, накидка, одеяло, кусок полевой палатки, растительность.

3. Перевязочный материал:

Поясные ремни, ружейные ремни, патронташ, косянки, полоски тканей или одеяла для привязывания шины (нельзя пользоваться очень узким материалом как проволока, верёвка или шнурок).

4. Поддерживающие повязки:

Косыночные повязки, подол рубашки, подол пальто, ремни, куски материала (оторванные от одежды, одеяла и т.д.)

E. Перелом челюсти, ключицы и плеча:

1. Для иммобилизации переломанной челюсти наложить працевидную повязку.

2. Для иммобилизации переломанной ключицы наложить два ремня, поддерживающую и галстучную повязку.
3. Для иммобилизации переломанного или вывихнутого плеча наложить поддерживающую и галстучную повязку.

Ф. Позвоночник:

1. Если у пострадавшего повреждена спина и он не может двигать ногами или испытывает онемение в ногах, надо предположить, что у него перелом в позвоночнике. Если есть перелом в позвоночнике, то при его сгибании острый осколок кости может задеть или порезать спинной мозг, что приведёт к пожизненному параличу.
2. Предпринять следующие шаги, прежде чем может быть оказана медицинская помощь:
 - a. Если пострадавший в сознании попросить его не двигаться.
 - b. Оставить пострадавшего в том же положении, в каком он был найден. Не двигать никакой частью тела.
 - c. Если пострадавший лежит лицом вверх, подложить валик из одеяла или любого другого материала ему под спину для поддержания позвоночника в положении на весу (Рис. 3).

Г. Шея:

1. Перелом шеи исключительно опасен. Обломки кости могут задеть или порезать спинной мозг, так же как в случае с переломом позвоночника.
2. Предпринять следующие шаги, до того, как может быть оказана медицинская помощь:

- a. Если пострадавший в сознании, попросить его не двигаться. Движение может привести к смерти.
- b. Оставить пострадавшего в том положении, в каком он был найден. Если шея находится в неестественном положении, иммобилизовать её в этом положении (см "d" ниже).
- c. Если пострадавший лежит лицом вверх, держать голову неподвижно, слегка приподнять плечи и подложить валик из материи под шею. Валик должен быть достаточно толстым, чтобы шея была изогнута только слегка, а затылок оставался на земле. Не сгибать шею или голову вперёд и не поднимать и не поворачивать голову.
- d. Иммобилизовать голову пострадавшего. Это можно осуществить с помощью тяжёлых предметов, таких как камни или сапоги пострадавшего, положив их с обеих сторон головы. Если применять сапоги, их надо предварительно набить камнями, гравием, песком или землей и туго завязать сверху.

IV. Транспортировка больных и раненых

Транспортировка пострадавших, если она осуществлена неправильно, может вызвать дальнейшее повреждение.

1. Предварительные шаги:

- a. Определить тип и степень повреждения.
- b. Оказать первую помощь, какая требуется.
- c. Выбрать наиболее подходящий способ ручной транспортировки.

- d. Если пострадавший в сознании, объяснить ему, как его будут переносить.

2. Ручные способы транспортировки:

Ручная транспортировка осуществляется одним или двумя переносчиками. По мере возможности, необходимо пользоваться способами с двумя переносчиками. Они обеспечивают больше удобства для пострадавшего, уменьшают вероятность обострения повреждения, а также менее утомительны для самих переносчиков.

(1) Способы переноса одним человеком:

- (a) Способ пожарника
- (b) Способ поддержки
- (c) Перенос на руках (перед собой)
- (d) Перенос верхом на спине
- (e) Вьючный способ
- (f) Перенос на ремнях сложенных в петлю
- (g) Перенос волоком на ремне, сложенном восьмеркой
- (h) Перенос полоком (пострадавший держится за вашу шею)
- (i) Перенос люлькой

(2) Способы переноса двумя переносчиками:

- (a) Способ поддержки
- (b) Перенос на руках (перед собой)
- (c) Перенос на руках между собой
- (d) Перенос на сидении из двух рук

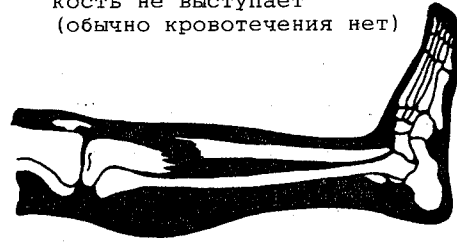
(е) Перенос на "замке"

3. Импровизированные носилки:

- а. Носилки могут быть сымпровизированы из многих различных вещей. Большинство предметов с плоской поверхностью подходящего размера могут быть использованы в качестве носилок. К ним относятся доски, двери, жалюзи, скамейки, лестницы, койки и т.д.
- б. Можно также сделать вполне удовлетворительные носилки из двух жердей натянув на них такие предметы как одеяло, накидки, куски плащ-палатки, куски брезента, гимнастёрки, мешки, наматрасники. Вместо жердей можно пользоваться крепкими ветками ружьями (незаряженными), лыжами, кольями для палаток, и т.д.
- в. Если нет жердей, можно взять большое одеяло, скатать его с обеих сторон по направлению к центру; затем, крепко держать за скатки во время переноса пострадавшего.

**BONE NOT PROTRUDING
(USUALLY NO BLEEDING)**

кость не выступает
(обычно кровотечения нет)

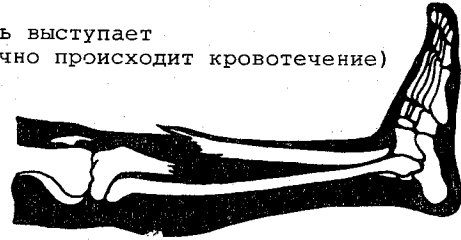


CLOSED FRACTURE

закрытый перелом

**BONE PROTRUDING
(USUALLY BLEEDING)**

кость выступает
(обычно происходит кровотечение)



OPEN FRACTURE

открытый перелом

OPEN (USUALLY BLEEDING)

открытый (обычно происходит кровотечение)



OPEN FRACTURE PRODUCED BY MISSILE

открытый перелом от снаряда

перелом

FRACTURE



IN THIS POSITION, BONE FRAGMENTS MAY BRUISE OR CUT THE SPINAL CORD

В этом положении отломок кости может задеть или порезать спинной мозг.

перелом

FRACTURE

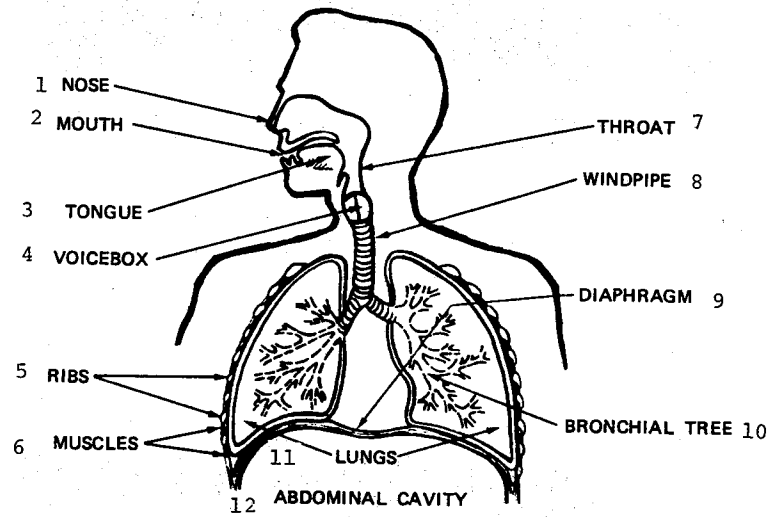


BLANKET IS IN PLACE

одеяло подложенное под спину

IN THIS POSITION, BONE FRAGMENTS ARE IN PROPER PLACE AND WILL NOT BRUISE OR CUT THE SPINAL CORD

В этом положении отломки кости находится в правильном положении и не смогут задеть или порезать спинной мозг.



- | | |
|------------|-------------------------|
| 1. нос | 7. глотка |
| 2. рот | 8. дыхательное горло |
| 3. язык | 9. диафрагма |
| 4. гортань | 10. бронхиальное дерево |
| 5. ребра | 11. легкие |
| 6. мышцы | 12. брюшная полость |

ВОПРОСЫ

1. Назовите две жизненно важные функции.
2. Что происходит, когда эти функции прерваны на слишком длительное время?
3. Назовите три типа кровеносных сосудов.
4. Что проходит из крови через стенки капилляров и что входит через них в кровь одновременно с этим?
- 4а. Как работает сердце?
- 4б. Как измеряется биение сердца?
5. Что важно при выполнении искусственного дыхания?
6. Когда необходим массаж сердца?
7. Как можно остановить кровотечение?
8. Каковы симптомы шока?
9. Назовите шесть мер первой помощи для борьбы с шоком.
10. Почему необходимо немедленно наложить шину на переломанную конечность?
11. Какая разница между открытым и закрытым переломом?

СЛОВАРЬ

а́дамово я́блоко	Adam's apple
альвео́лы	alveoli
альтернативный (-ая, -ое, -ые)	alternative (adj.)
бедро́	hip, thigh
би́ение се́рдца	heartbeat
бинт	bandage
бле́дность ко́жи	pallor, pale skin
боле́зненный (-ая, -ое, -ые)	painful
боль	pain
больни́ца	hospital
больно́й (-ая, -ое, -ые)	a sick person
брэзе́нт	tarpaulin
бронхи́альное де́рево	bronchial tree
брю́шная по́лость	abdominal cavity
була́вка	safety pin
бы́стро	quickly
в созна́нии	conscious
ва́жно	important
ва́лик	roll
ва́тная прокла́дка	wad of padding
вда́вливать (imp.)/вдави́ть (perf.)	to dislodge
вдох	inhalation
ве́на	vein
вере́вка	cord

вероятность (fem.)	chance, probability
верхний (-я, -ее, -ие)	upper (adj.)
верхом	saddleback
сесть верхом	to straddle
ветка	branch
взвалить (perf.) / взваливать (imp.)	to hoist
взять (perf.) / брать (imp.)	to grasp, to take
внутренняя сторона	inside (n.)
во избежание (чего-либо)	in order to avoid (something)
возбуждение	restlessness
воздействие	effect
воздух	air
воздухоносные пути	airways
воздушные пузырьки	air sacs
возобновлять (imp.) / возобновить (perf.)	to resume
восстановить (perf.) / восстано- влять (imp.)	to restore
впоследствии	later
вправлять (imp.) / вправить (perf.) (кость, сустав)	to set (a bone, a joint)
впускать (imp.) / впустить (perf.)	to let in
всегда	always
вход	entrance
входить (imp.) / войти (perf.)	to enter
выбивать (imp.) / выбить (perf.)	to dislodge
вывих	dislocation
выдох	exhalation

выемка	notch
вызывать (импр.)/вызвать (перф.)	to cause
вызываться (импр.)/вызваться (перф.)	to be caused
выпрямлять (импр.)/выпрямить (перф.)	to straighten
высоко	high (adv.)
выступать (импр.)/выступить (перф.)	to protrude; to extend
выталкиваться	to be expelled, to be forced out
вытягивать (импр.)/вытянуть (перф.)	to stretch; to move away
вьючный	pack (adj.)
гладкий (-ая, -ое, -ие)	smooth
глóтка	throat
глубокий (-ая, -ое, -ие)	deep
голова	head
головокружение	dizziness
гортань (fem.)	voice box
гравий	gravel
грудная клетка	chest cage
грудная кость	chest bone
грудная стенка	chest wall
давить (импр.)/надавить (перф.)	to press
давление	pressure
давящая повязка	pressure dressing
дальнейший (-ая, -ее, -ие)	further, subsequent
дверь	door

двигаться (imp.)/двинуться (perf.)	to move
движение	movement
действия	actions
действовать	to act, to proceed
диафрагма	diaphragm
длительный (-ая, -ое, -ые)	long
доска	board
думать	to think
дыхание	breathing
дыхательное горло	windpipe
дышать	to breathe
жажда	thirst
жалюзи	window shutters
жердь	stick
живот	abdomen
жизненно важный	vital
жизнеугрожающий (-ая, -ее, -ие)	life-threatening
жизнь	life
завязать (perf.)/завязывать (imp.)	to tie
загрязненный (-ая, -ое, -ые)	dirty
задевать (imp.)/задеть (perf.)	to bruise
зажимать (imp.)/зажать (perf.)	to pinch, to bind
зазубренный (-ая, -ое, -ые)	jagged
закатывать (imp.)/закатать (perf.)	to roll up
закрепить (perf.)/закреплять (imp.)	to secure

закры́ть (perf.)/закрыва́ть (imp.)	to close
запроки́дывать (imp.)/запроки́нуть (perf.)	to tilt
запя́стье	wrist
зараже́ние	infection, contamination
заты́лок	the back of the head
затя́гивать (imp.)/затяну́ть (perf.)	to tighten
земля́	dirt; earth
знать	to know
(у) изголо́вья	at the head
изогну́ть (perf.)/изгиба́ть (imp.)	to arch
иммобилиза́ция	immobilization
импровизи́рованный (-ая, -ое, -ые)	improvised
инвали́дность	disability
индивидуа́льный перевя́зочный паке́т	first field dressing
инфе́кция	infection
иску́ственное дыха́ние	artificial respiration
иску́ственные зу́бы	false teeth
использовать (imp. & perf.)	to use
ка́мень	stone
капилля́р	capillary
карто́н	cardboard
квадратный (-ая, -ое, -ые)	square
кислоро́д	oxygen
кислоро́дное голода́ние	lack of oxygen
клетка́	cell

ключица	collarbone
кожа	skin
кожный покров	skin (top layer)
койка	cot
колéно	knee
опуститься на колени	to kneel
колья для палатки	tent supports
компенсировать	to make up (for), to compensate
конéц	end (tail)
раздвоенные концы	split ends
конéчность	limb
корректировать (imp.)/скорректировать (perf.)	to correct
костыль	crutch
кость	bone
край	edge
крепко	firmly
кровеносная система	circulatory system
кровеносный сосуд	blood vessel
кровообращение	blood circulation
кровоостанавливающий жгут	tourniquet
кровотечение	bleeding
кровь (fem.)	blood
ромка	edge
улак	fist
усок	piece, fragment
ладо́нь	heel (of the hand), palm

лёгкие	lungs
лейкопластырь	adhesive tape
лестница	ladder
лечить	to treat
лицо	face
лицом вверх	face up
лицом к ногам	face down
личный (-ая, -ое, -ые)	personal
лоб	forehead
льжи	skis
локоть	elbow
лопата	shoulder blade
лучше всего	best of all
люлька	cradle
лямка	strap
материя	cloth
марля	gauze
массаж	massage
медицинская помощь	medical aid
мельчайший (-ая, -ее, -ие)	very small
место перелома	the site of the fracture
мешать (imp.)/помешать (perf.)	to interfere
мешок	bag, sack
микроб	germ
муслин	muslin
мышца	muscle
мякоть (fem.)	flesh

набивать (imp.)/набить (perf.) (+ instr.)	to fill (with something)
нагнетать (imp.)/нагнестí (perf.)	to pump
нажимать (imp.)/нажать (perf.)	to press
наилучший (-ая, -ее, -ие)	the best
накидка	poncho; cover
накладывать (imp.)/наложить (perf.) шину	to splint
наклоняться (imp.)/наклониться (perf.) (над)	to bend (over)
наличие	presence
наложить (perf.)/накладывать (imp.) повязку	to cover with dressing
нама́трасник	mattress cover
наощу́пь	by feeling
насо́с	pump
находить (imp.)/найти (perf.) расположение	to locate
небольшо́й (-ая, -ое, -ие)	moderate
неесте́ственный (-ая, -ое, -ые)	unnatural, abnormal
неза́ряженный (-ая, -ое, -ые)	unloaded
неме́дленно	immediately
неповреждённый (-ая, -ое, -ые)	uninjured
нерво́зность	nervousness
ни́жний (-ая, -ее, -ие)	lower
но́с	nose
носи́лки	litters
но́силь (imp.)/поне́сти (perf.)	to carry

обеспечивать (imp.)/обеспечить (perf.)	to provide
обострение	
объём	
объяснять (imp.)/объяснить (perf.)	to explain
обычно	normally
одеяло	blanket
одновременно	at the same time
оказывать (imp.)/оказать (perf.) первую помощь	to administer first aid
опасный (-ая, -ое, -ые)	dangerous
определять (imp.)/определить (perf.)	to determine
орган	organ
оружие	weapon(s)
освободить (perf.)/освободить (imp.) пути	to clear (the way)
осколок (снаряда)	shell fragment
ослаблять (imp.)/ослабить (perf.)	to loosen
основной (-ая, -ое, -ые)	basic
останавливать (imp.)/остановить (perf.)	to stop
осторожно	gently, carefully
острый (-ая, -ое, -ые)	sharp
осуществлять (imp.)/осуществить (perf.)	to accomplish
открывать (imp.)/открыть (perf.)	to open
отломок (кости)	bone fragment
отпустить (perf.)/отпустить (imp.)	to release

отсу́тствие	absence
отсу́тствующий взгля́д	vacant stare
па́лец	finger
большо́й па́лец	thumb
па́лка	stick
па́тронта́ш	bandoleer
пе́рвая по́мощь	first aid
перевя́зывать (imp.)/перевя́зать (perf.) (рану)	to dress a wound
перегре́в	overheating
перело́м	fracture
закры́тый перело́м	closed fracture
откры́тый перело́м	open fracture
перелома́нный (-ая, -ое, -ые)	fractured
перенос	carrying over, transfer
переносчи́к	bearer, carrier
переохлажде́ние	chilling
переплетáть (imp.)/переплести́ (perf.)	to interlace
(с) перерыва́ми	intermittent
переходи́ть (imp.)/перейти́ (perf.) (на + acc.)	to switch (to)
пита́тельные вещества́	nourishment
пища́	food
плащ-палатка́	shelter half
плечо́	shoulder
плоский (-ая, -ое, -ие)	flat
плотнó	tightly

поверхность (fem.)	surface
повреждение	injury
повреждённый (-ая, -ое, -ые)	injured
повторить (perf.)/повторять (imp.)	to repeat
повязка	dressing
галстучная повязка	cravat dressing
давящая повязка	pressure dressing
косыночная повязка	triangular dressing
працевидная повязка	four-tailed bandage
поглощать (imp.)/поглотить (perf.)	to absorb
подбородок	chin
поддержка	support
подкладывать (imp.)/подложить (perf.)	to slip under
поднимать (imp.)/поднять (perf.)	to lift, to elevate
подниматься (imp.)/подняться (perf.)	to rise
подол (рубашки, пальто)	shirttail
подходящий (-ая, -ее, -ие)	suitable
пожизненная инвалидность	permanent disability
пожизненный паралич	permanent paralysis
позвоночник	spinal column
положение	position
положить (perf.)/класть (imp.)	to position, to place
полоска	strip
полу-узел	half-knot
помощник	helper

понадобиться	to be needed
попадать (imp.)/попасть (perf.)	to reach, to hit (a mark)
поправлять (imp.)/поправить (perf.)	to adjust
порезать	to cut
последовательность	sequence
постоянный (-ая, -ое, -ые)	continuous
пострадавший (-ая, -ее, -ие)	injured, casualty
потерять сознание	to faint
потовыделение	sweating
пребывание	stay (n.)
предварительный (-ая, -ое, -ые)	preliminary
предмет	object
предотвратить (perf. /предотвращать (imp.))	to prevent
предохранять (imp.)/предохранить (perf.)	to protect
предполагать (imp.)/предположить (perf.)	to assume
предпринимать (imp.)/предпринять (perf.)	to undertake
предпринимать попытки	to follow steps
предпринимать шаги	to undertake
прерывать (imp.)/прервать (perf.)	to interrupt
приводить (imp.)/привести (perf.) (к + dat.)	to result (in)
приём	intake
прикреплённый (-ая, -ое, -ые)	attached
прикреплять (imp.)/прикрепить (perf.)	to secure, to attach

прилагать (imp.) / приложить (perf.)	давление	to apply pressure
приподнимать (imp.) / приподнять (perf.)		to rise (partially)
приступать (imp.) / приступить (perf.)		to start
прихватить (perf.) / прихватывать (imp.)		to pinch
проверка		checking
прово́лока		wire
продолжать(ся) (imp.) / продо́лжить(ся) (perf.)		to continue
продукты распада		waste products
производить (imp.) / произвести (perf.)		to perform
проклад́ка		padding
прóстыня		bed sheet
процеду́ра		procedure
проходить (imp.) / пройти (perf.)	через	to pass through
пульс		pulse
задний большеберцовый пульс		posterior pulse
каротидный пульс		carotid pulse
лучевой пульс		radial pulse
пуля		bullet
пытаться (imp.) / попытаться (perf.)		to try
пятнистая кожа		blotchy skin
равномерный (-ая, -ое, -ые)		uniform, steady
размер		size
размóженный (-ая, -ое, -ые)		crushed

разрыв	break
разрывать (imp.)/разорвать (perf.)	to tear
рана	wound
входная рана	entrance wound
выходная рана	exit wound
раненый (-ая, -ое, -ые)	wounded (n.)
расположен (-а, -о, -ы)	located
расположение	location
распространение	spread
расслабляться (imp.)/расслабиться (perf.)	to relax
растительность	vegetation
растяжение связок	sprain
расширяться (imp.)/расшириться (perf.)	to expand
реанимация	resuscitation
рёбра	ribs
ремень (masc.)	belt
ровным потоком	in a steady stream
рост	growth
рот	mouth
рубашка	shirt
ружьё	rifle
рукав	sleeve
рулон (бумаги)	roll (of paper)
ручной (-ая, -ое, -ые)	manual
сапоги	boots

сбоку	on the side
свободный (-ая, -ое, -ые)	free, clear
своевременно	in due time
сгибать (imp.)/согнуть (perf.)	to bend
сдавливание	compression
сердечная камера	heart chamber
сердце	heart
серьезный (-ая, -ое, -ые)	severe
симптом	sign, symptom
синюшный (-ая, -ое, -ые)	bluish
скамейка	bench
скатка	greatcoat roll (coat rolled up and used for carrying across the shoulders)
складывать (imp.)/сложить (perf.)	to fold
скорость	rate; speed
скручивать (imp.)/скрутить (perf.)	to twist
слегка	slightly
сломать (perf.)/ломать (imp.)	to break
смертельно опасный (-ая, -ое, -ые)	fatal
смерть	death
снаряд	missile, shell
сначала	first, at first
снимать (imp.)/снять (perf.)	to remove
согнутый (-ая, -ое, -ые)	bent
содержание	contents
(без) сознания	unconscious
сокращаться (imp.)/сократиться (perf.)	to contract

соприкаса́ться	to have contact
сопрово́ждаемый	followed, accompanied
состоя́ние	condition
состо́ять (из)	to be made (of), to consist of
сохраня́ть спокойствие	to stay calm
спаса́тель	rescuer
спаса́ть (imp.)/спасти (perf.)	to save
спина́	back
способ	method
способо́вствовать (+ dat.)	to contribute (to)
сте́пень	degree
стерильный (-ая, -ое, -ые)	sterile
стуча́ть (imp.)/стукну́ть (perf.)	to knock
существова́ть	to exist
суста́в	joint
твёрдый (-ая, -ое, -ые)	hard
тёмно-красный	dark red
темп	rate, tempo
течь	to flow
течь ровным пото́ком	to flow in a steady stream
течь толчка́ми	to flow in spurts
тип	type
ткань (fem.)	tissue
толка́ть (imp.)/толкну́ть (perf.)	to push, to force
то́нкий (-ая, -ое, -ие)	thin
тошнота́	nausea
транспортиро́вка	transportation

тро́гать (imp.)/тро́нуть (perf.)	to touch
труба́	pipe
ту́го	tightly
тяну́ть	to pull
убе́диться (perf.)/убежда́ться (imp.)	to be sure, to be convinced
увели́чение	increase
углекислый газ	carbon dioxide
удóбство	comfort
удовлетворительный (-ая, -ое, -ые)	satisfactory
узёл	knot
уменьша́ть (imp.)/уменьши́ть (perf.)	to reduce, to lessen
умира́ть (imp.)/умере́ть (perf.)	to die
успока́ивать (imp.)/успокои́ть (perf.)	to calm down
утомительный (-ая, -ое, -ые)	tiring
учащённое дыха́ние	rapid breathing
фо́рма	shape
функциони́ровать	to function
фу́нкция	function
жизненно важные фу́нкции	vital functions
холодный (-ая, -ое, -ые)	cold
цикл	cycle
частота́ пульса	pulse rate
челове́ческий организ́м	human body

челюсть (fem.)	jaw
через	through
чувствовать (imp.)/почувствовать (perf.)	to feel
шаг	step
предпринимать шаги	to follow (a series) of steps
шина	splint
пест	pole
шея	neck
шнурок	string
шок	shock
штанина	trouser leg
щека	cheek
щиколотка	ankle
язык	tongue
ярко-красный (-ая, -ое, -ые)	bright red

Термины и фразы

благодаря высокому содержанию кислорода в лёгких	because it contains a lot of oxygen from the lungs
в то же самое время	at the same time
вдувание воздуха в лёгкие	lung inflation
если имеется	if available
Если одна или обе функции не наблюдаются....	If one or both functions cannot be perceived....
испытывать онемение в ногах	not to have feeling in the legs
как можно дальше	as far as possible

как можно скорее	as soon as possible
кислородное голодание	lack of oxygen
конечность с подозрением на перелом	limb, suspected of being broken
Лёгкие принимают свои обычные размеры.	The lungs return to normal size.
меры по спасению жизни	lifesaving steps
оставить всё как есть	leave everything as is
перенос верхом на спине	saddleback carry
перенос волоком за шею	neck drag
перенос волоком на ремнях сложенных восьмёркой	pistol-belt drag
перенос выучным способом	pack-strap carry
перенос двумя переносчиками на руках между собой	two-man fore-and-aft carry
перенос на "замке"	four-hand seat carry
перенос на руках перед собой	arms carry
перенос на ремнях, сложенных в петлю	pistol-belt carry
перенос на сидении из двух рук	two-hand seat carry
перенос способом поддержки	support carry
перенос способом пожарника	fireman's support
по многим причинам	for many reasons
поддерживает постоянное движение крови	keeps the blood circulating continually
положить лицом вверх	to put in a face up position
сделать глубокий вдох	to take a deep breath
сделать энергичный выдох	to blow hard
сложенный по диагонам	folded diagonally
способ ритмичного сдавливания грудной клетки	chest-pressure method

способ "рот-в-нос"	mouth-to-nose method
способ "рот-в-рот"	mouth-to-mouth method
срочные меры по уходу (за больными)	emergency care (given to the sick)
узлы завязаны наружу от шины	knots tied against a splint
Чем серьезнее..., тем больше....	The more severe the..., the greater....

FIRST AID

I. Introduction

- A. When medical help is not (immediately) available, first aid must be administered. It is emergency care given to a sick, injured or wounded person. If an individual knows what to do and does it quickly, he may:
1. Save a life.
 2. Prevent permanent disability.
 3. Prevent long periods in the hospital.
- B. It is very important that every individual carry his field first aid case with him at all times for his personal use. When an individual administers first aid to another person, he must remember to use the wounded person's first aid items first; he may need his own later.

II. Vital Body Functions

Breathing and blood circulation are vital. If either is interrupted for too long, a person will die.

1. Breathing:
 - a. Air reaches the lungs through the airway (nose, mouth, throat, voice box, windpipe, bronchial tree) (Fig. 1).

- b. A lung is made up of thousands of very small air sacs (alveoli). These have very thin walls. During breathing oxygen is absorbed into the blood through these thin walls, and carbon dioxide is expelled.
- c. When a person inhales, muscles in the ribs and diaphragm contract. This expands the lungs and lets air in. When the muscles relax during exhalation, the lungs return to normal size. This forces the air out again. Normally, a human being breathes twelve to eighteen times per minute.

2. Blood circulation:

- a. Blood flows from the heart all through the body and back again. It flows through three types of vessels:

- (1) Arteries:

Arteries carry blood from the heart to the capillaries. This blood is bright red because it contains a lot of oxygen from the lungs.

(2) Capillaries:

Capillaries are very small and thin-walled. Oxygen and nourishment pass from the blood through the capillary walls into the body cells. At the same time carbon dioxide and waste products enter the capillaries.

(3) Veins:

Veins carry blood from the capillaries back to the heart and lungs. The blood is dark red now because it no longer contains oxygen.

- b. The heart is a muscle about the size and shape of a fist. It is a pump that keeps the blood always in motion. When the muscle contracts, blood is pumped into the arteries. When it relaxes, blood flows into the heart chamber from the veins. This cycle of contraction and relaxation is called the heartbeat.

c. The blood does not flow from the heart in a steady stream; it flows through the arteries in spurts. The arteries expand each time the heart forces blood into them and contract as the blood moves farther along the circulatory system. This cycle of expansion and contraction of the arteries is called the pulse. The normal pulse rate is sixty to eighty heartbeats per minute. The most common points for checking the pulse are at the wrist, ankle and side of the neck:

(1) Wrist (radial) pulse:

To determine the presence or absence of a casualty's radial pulse, place your first two fingers on the thumb (inner) side of the casualty's wrist.

(2) Ankle (posterior tibial) pulse:

To check the pulse, place your first two fingers on the inside of the ankle.

(3) Neck (carotid) pulse:

To check the carotid pulse, place the tips of your first two fingers beside the Adam's apple.

III. Life-Threatening Effects on Vital Functions

A. Lack of oxygen:

1. Human life cannot exist without a continuous intake of oxygen.
2. Clear the airway and restore breathing and heart-beat!

B. Bleeding:

1. Human life cannot continue without enough blood to carry oxygen to the tissues.
2. Stop the bleeding!

C. Shock:

1. Shock is a condition in which not enough blood flows to the vital tissues and organs. Shock can result from many causes. If it remains uncorrected, it may result in death even though the injury or condition causing the shock would not otherwise be fatal.
2. Prevent shock!

D. Infection:

1. Infection is caused by the growth and spread of germs that enter the bloodstream through the wound.
2. Dress the wound!

V. Basic Lifesaving Steps

A. Immediately clear the airway and restore breathing and heartbeat!

1. Move the casualty onto his back and adjust the head so that the airway becomes clear:

a. Head-tilt chin-lift method:

Kneel at the side of the casualty's head and place one hand on his forehead. Place the fingertips of the other hand under the chin. While pressing on the forehead to tilt the head back, lift the chin forward to open the airway.

b. Head-tilt neck-lift method:

Kneel at the side of the casualty's head and place one hand on his forehead. Place the other hand under his neck. Gently lift the hand under the neck and press down with the hand on the forehead.

2. Place a blanket or poncho, if available, under the shoulders of the casualty. Move the tongue away from the back of the throat. Be sure there is nothing in the mouth, such as false teeth or food.

3. Artificial respiration:

- a. It is important to stay calm. Think and act quickly. Check the breathing and heartbeat of the casualty are to be checked by looking for chest movement and by feeling his pulse.

If one or both cannot be perceived, they are to be restored. It is best to have help, but you can proceed alone.

b. Methods of artificial respiration:

(1) Mouth-to-mouth method:

- (a) Position the casualty face-up with the airway open.
- (b) Pinch his nose shut or press your cheek firmly against it.
- (c) Take a deep breath.
- (d) Seal the casualty's mouth with your own mouth.
- (e) Blow hard to cause the chest to rise (blow correspondingly less with small children).
- (f) If the chest does not rise, check jaw position and blow harder.

- (g) If the chest still does not rise, check for objects in the throat. If necessary slap the casualty between the shoulder blades to dislodge objects from the airway.
 - (h) Blow one breath every five seconds for at least forty-five minutes (or until breathing resumes).
 - (i) If you become dizzy or faint from deep, rapid breathing, it is advisable to switch to the normal rate of breathing with only moderate increase in normal volume.
- (2) Mouth-to-nose method (to be used if the jaw is badly wounded or tightly closed):
- (a) Cover the lips with one hand.
 - (b) Blow air into the nose.
 - (c) All additional steps are the same as in the mouth-to-mouth method.
- (3) Chest-pressure arm-lift method (to be used if the face is crushed):
- (a) Position the casualty face-up as above.
 - (b) Kneel at his head, facing his feet.
 - (c) Grasp his hands and press them against his lower ribs.

- (d) Lift them high, stretching his arms up.
- (e) Stretch his arms back toward you as far as possible.
- (f) Replace his hands on his chest and repeat the cycle.
- (g) Do ten to twelve cycles per minute at a steady, uniform rate.

4. Heart massage:

- a. If you do not feel a pulse, start heart massage immediately. The heart is located between the breastbone and the spine. If pressure is exerted intermittently on the heart, it will start to function again. Heart massage is always done with artificial respiration.
- b. Basic procedure:
 - (1) Position the casualty for the mouth-to-mouth method. He must lie on a hard surface.
 - (2) Locate the lower end of the breastbone with two fingers of one hand (by tracing the lower edge of the rib cage to the notch where the ribs meet the breastbone at the center of the chest).
 - (3) Position the heel of the other (second) hand against the two fingers.

- (4) Remove the fingers (of the first hand) and place that hand on top of the positioned (second) hand, raising and interlacing the fingers so that you can apply pressure to the breastbone without pressing on the ribs (Use only one hand for children, fingertips for babies).
- (5) Bring your shoulders directly over the casualty's breastbone, keep your arms straight and press downward. Push the breastbone down no more than three to five centimeters in order not to break the ribs.
- (6) Release the pressure immediately without removing the heel of your hand from the casualty's chest.
- (7) Repeat the procedure once per second (sixty chest compressions per minute).

5. Cardiopulmonary resuscitation:

- a. Resuscitation attempts should be undertaken by two men if possible one performing heart massage and the other performing mouth-to-mouth artificial respiration. The sequence should be five chest compressions followed by one breath (lung inflation).

- b. When there is only one rescuer available, the sequence is fifteen chest compressions followed by two very quick but full breaths (lung inflations). To make up the time used for administering the breaths, increase the number of compressions from the normal rate of sixty per minute to eighty per minute.
- c. Resuscitation measures should be applied for up to forty-five minutes if necessary.

B. Stop the bleeding!

1. Search for open wounds. There may be more than one wound; a missile may have entered at one point and exited at another point. The exit wound is usually larger than the entrance wound.
2. Carefully remove the clothing by cutting it and lifting it away from the wound to avoid further contamination.
3. Do not touch the wound; keep it as clean as possible. If it is already dirty, leave it that way.
4. Cover the wound with the casualty's sterile field dressing. Never remove a dressing once it has been applied.
5. If bleeding continues after applying the field dressing, apply direct pressure by placing your hand on the dressing and exerting firm pressure for five to ten minutes.

6. Elevate an injured limb five to ten centimeters above the level of the heart to reduce the bleeding.
(Do not elevate a suspected broken limb unless it has been properly splinted. (See section V., below.)
7. If bleeding continues after application of a field dressing, manual pressure and elevation, apply a pressure dressing.
8. Use a tourniquet only if a pressure dressing has failed to stop the bleeding or an arm or leg has been cut off.
 - a. Place the tourniquet between the wound and the heart, five to ten centimeters above the injury.
 - b. If possible, place the tourniquet over the smoothed sleeve or trouser leg to prevent the skin from being pinched or twisted.
 - c. Apply the tourniquet by tying a half knot, placing a stick (or similar rigid object) on top of the half knot and tying a full knot over the stick.
 - d. Tighten the tourniquet by twisting the stick only enough to stop the blood from spurting from the arteries.
 - e. Dress the wound.
 - f. Do not loosen the tourniquet once it has been applied; doing so may cause shock and death.

- g. Ensure that the casualty receives medical treatment as soon as possible.

C. Prevent shock!

The more severe the wound, the greater the chance of shock.

a. The signs of shock are:

- (1) Restlessness or nervousness.
- (2) Thirst.
- (3) Pale skin.
- (4) Rapid breathing.
- (5) Sweating in spite of cool skin.
- (6) Blotchy or bluish skin (especially around the mouth).
- (7) Vacant stare.
- (8) Nausea and/or vomiting.

b. Administer the following first aid measures to prevent or fight shock:

- (1) Elevate the feet.
- (2) Loosen tight clothing.
- (3) Prevent chilling or overheating.
- (4) Make sure the airway is clear.
- (5) Stop the bleeding.
- (6) Calm the casualty.

D. Dress the wound!

All wounds are contaminated. A dressing will protect the wound from further contamination and lessen the chance of infection.

a. A dressing is a sterile pad. It may have an adhesive strip or bandages attached. Do not touch the side of the dressing that will have contact with the wound.

b. A bandage holds the dressing in place. Standard bandages are made of gauze or muslin, but bandages can also be made from bed sheets, shirts or any other type of cloth.

(1) Types of bandages:

(a) Tailed bandages are bandages with split ends (tails). Often they are already attached to the dressing as in the case of the field first aid dressing.

(b) Triangular and cravat bandages are made either from a triangular piece of cloth (approximately ninety-four by ninety-four by one hundred thirty-two centimeters) or from a square piece of cloth (approximately ninety-four by ninety-four centimeters folded diagonally. If the bandage is applied in this form, it is called a triangular bandage. If it is folded into a strip, it is called a cravat bandage.

(2) Applicable terms:

(a) Triangular and cravat bandages:

Apex, base, ends, corner, fold.

(b) Application of bandages:

Cut, fold, apply, wrap, split, tie, cover, cross-tear, pin, secure and tuck as needed.

V. Immobilization of Fractures

A. A broken limb must be splinted immediately. If not, the sharp, jagged edges of the bone may move and cause more damage. A splint can contribute to:

1. Reducing further damage to muscles, blood vessels and nerves.
2. Preventing shock.
3. Reducing pain.
4. Preventing contamination and possible infection (in a closed fracture).

B. Types of fractures:

1. Closed fracture (Fig. 2a):
 - a. The bone is broken, but there is no break in the overlying skin.
 - b. There may be tissue damage under the skin.
 - c. Treat an injury which may be a dislocation or sprain as a closed fracture.
2. Open fracture (Fig. 2b and 2c):
 - a. The overlying skin as well as the bone is broken.
 - b. The broken bone may have come through the skin, or a missile such as a bullet or shell fragment may have gone through the flesh and broken the bone.
 - c. The wound is contaminated and may become infected.

C. Instructions for splinting:

1. Administer first aid according to need.
2. If possible, splint the casualty in place.

3. Do not try to set the bone or joint. Do not straighten a bone which is in an unnatural or bent position, and do not bend a straight joint.
4. Apply the splint so that the joint above the fracture and the joint below the fracture are completely immobilized.
5. Use padding between the injured part and the splint to prevent further damage to tissue, blood vessels and nerves (this is especially important in places where the splint comes in contact with bony parts, such as the elbow, wrist, knee and ankle).
6. Bind the splint with bandages at several points above and below the fracture, but not at the fracture itself. Do not bind the splint so tightly that it interferes with the flow of blood. Tie bandages so that the knots are against the splint, and use square knots.
7. Use a sling to support a splinted arm which is bent at the elbow, a fractured elbow which is bent, a sprained arm, and an arm with a painful wound.
8. Immobilize the splint if possible. Bind the splinted (and bent) arm to the chest wall and the splinted leg to the uninjured leg.

D. Splinting materials:

1. Splints:

Boards, sticks, poles, pipes, tree limbs, rolled paper, weapons, cardboard, the chest wall, the other leg (these last two if nothing else is available).

2. Padding:

Jacket, poncho, blanket, shelter half, vegetation.

3. Bandages:

Belts, rifle slings, bandoleers, kerchiefs, strips torn from clothing or blankets (very narrow materials such as wire, cord or string should not be used to bind a splint in place).

4. Slings:

Triangular bandages, shirttails, coattails, belts, pieces of cloth (torn from clothing, blankets, etc.).

E. Jaw, collarbone and shoulder:

1. Apply a cravat to immobilize a fractured jaw.

2. Apply two belts, a sling and a cravat to immobilize a fractured collarbone.

3. Apply a sling and a cravat to immobilize a fractured or dislocated shoulder.

F. Spinal column:

1. If the casualty has received a back injury and does not have feeling in his legs or cannot move them, assume that he has a fractured spinal column. If there is a fracture, bending the spinal column can cause the sharp bone fragments to bruise or cut the spinal cord and result in permanent paralysis.
2. Steps to follow until medical treatment can be given:
 - a. If the casualty is conscious, tell him not to move.
 - b. Leave the casualty in the position in which he is found. Do not move any part of the body.
 - c. If the casualty is lying face up, slip a blanket or material of similar size under the arch of the back to support the spinal column in a sway-back position. (Fig. 3)

G. Neck:

1. A fractured neck is extremely dangerous. Bone fragments may bruise or cut the spinal cord just as in the case of a fractured back.
2. Steps to follow until medical treatment can be given:
 - a. If the casualty is conscious, tell him not to move. Moving may cause death.
 - b. Leave the casualty in the position in which he is found. If the neck is in an abnormal position, immobilize it in this position (see d, below).

- c. If the casualty is lying face up, keep the head still, raise the shoulders slightly, and slip a roll of cloth under the neck. The roll should be thick enough to arch the neck only slightly, leaving the back of the head on the ground. Do not bend the neck or head forward, and do not raise or twist the head.
- d. Immobilize the casualty's head. This may be accomplished by padding heavy objects such as rocks or the casualty's boots and placing them on each side of the head. If boots are used, they should first be filled with stones, gravel, sand or dirt and tied tightly at the top.

I. Transporting the Sick and Wounded

If not properly carried out, the transporting of casualties can cause further injury.

1. Handling the casualty:
 - a. Evaluate the type and extent of injury.
 - b. Administer first aid as needed.
 - c. Select the best method of manual transportation.
 - d. If the casualty is conscious, tell him how he will be transported.

2. Manual carries:

Manual carries are accomplished by one bearer or by two bearers. Two-man carries should be used whenever possible. They provide more comfort to the casualty, are less likely to aggravate injuries and are also less tiring for the bearers.

(1) One-man carries:

- (a) Fireman's carry
- (b) Support carry
- (c) Arms carry
- (d) Saddleback carry
- (e) Pack-strap carry
- (f) Pistol-belt carry
- (g) Pistol-belt drag
- (h) Neck drag
- (i) Cradle drop drag

(2) Two-man carries:

- (a) Two-man support carry
- (b) Two-man arms carry
- (c) Two-man fore-and-aft carry
- (d) Two-hand seat carry
- (e) Four-hand seat carry

3. Improvised litters:

- a. A litter can be improvised from many different things. Most flat-surface objects of suitable size can be used as litters. Such objects include boards, doors, window shutters, benches, ladders, cots, etc.
- b. Satisfactory litters can also be made by securing poles inside such items as blankets, ponchos, shelter halves, tarpaulins, jackets, shirts, sacks, bags and mattress covers. Poles can be improvised from strong branches, tent supports, skis, rifles (unloaded), etc.
- c. If no poles can be obtained, a large item such as a blanket can be rolled from both sides toward the center; then the rolls can be used to obtain a firm grip when carrying the casualty.

GLOSSARY

abdomen	живот
abdominal cavity	брюшная полость
absence	отсутствие
to absorb	поглощать (imp.)/поглотить (perf.)
to accomplish	осуществлять (imp.)/осуществить (perf.)
to act	действовать
actions	действия
Adam's apple	Адамово яблоко
adhesive tape	лейкопластырь
to adjust	поправлять (imp.)/поправить (perf.)
aggravation	осложнение
air	воздух
air sacs	воздушные пузырьки
airway	воздухоносные пути
alternative	альтернативный (-ая, -ое, -ые)
alveoli	альвеолы
always	всегда
ankle	щиколотка
to apply pressure	прилагать (imp.)/приложить (perf.) давление
to arch	изогнуть (perf.)/изгибать (imp.)
artery	артерия
artificial respiration	искусственное дыхание
to assume	предполагать (imp.)/предположить (perf.)
attached	прикрепленный (-ая, -ое, -ые)
attempt	попытка

to undertake	предпринимать попытки
back	спина́
back of the head	заты́лок
bag	мешо́к
bandage	бинт, повя́зка
bandoleer	патронта́ж
basic	основно́й (-ая, -ое, -ые)
bearer	переносчи́к
bedsheet	просто́ня
belt	ре́мень
bench	скамейка́
to bend (over)	наклоня́ться (imp.)/наклониться́ (perf.)
bent (adj.)	согну́тый (-ая, -ое, -ые)
best	наилу́чший (-ая, -ее, -ие)
best of all	лу́чше всего́
blanket	одея́ло
bleeding	кровоте́чение
blood	кро́вь
blood circulation	кровообра́щение
blood vessel	кровоно́сный со́суд
blotchy skin	пятни́стая ко́жа
bluish skin	синю́шная ко́жа
board	доска́
bone	ко́сть
bone fragment	ко́стный отло́мок
branch	ве́тка
break	разры́в

to break	сломать (perf.)/ломать (imp.)
breastbone	грудина
to breathe	дышать
breathing	дыхание
bright red	ярко-красный (-ая, -ое, -ые)
bronchial tree	бронхиальное дерево
to bruise	задевать (imp.)/задеть (perf.)
bullet	пуля
to calm	успокаивать (imp.)/успокоить (perf.)
capillary	капилляр
carbon dioxide	углекислый газ
cardboard	картон
carry (n.)	перенос
casualty	пострадавший
to cause	вызывать (imp.)/вызвать (perf.)
to be caused	вызываться
cell	клетка
chance	вероятность
checking	проверка
chest cage	грудная клетка
chest wall	грудная стенка
chestbone	грудная кость
chilling	переохлаждение
chin	подбородок
clear	свободный (-ая, -ое, -ые)
to clear (the way)	освободить (пути)
to close	закрывать (imp.)/закрыть (perf.)

cloth	ма́тери́я
cold	холо́дный (-ая, -ое, -ые)
collarbone	клячи́ца
comfort	удобство́
compression	сдавливание́
condition	состоя́ние
conscious	в созна́нии
to have contact	соприкаса́ться (imp.)/соприкос- нуться (perf.)
contamination	зараже́ние
contents	содержа́ние
to continue	продолжа́ть (ся) (imp.)/продол- жить (ся) (perf.)
continuous	постоя́нный (-ая, -ое, -ые)
to contract	сокраща́ться (imp.)/сократи́ться (perf.)
to contribute (to)	способствовать (+ dat.)
cord	вере́вка
cot	ко́йка
cradle	ля́лька
cravat	га́лстучная повя́зка
crushed	размо́женный (-ая, -ое, -ые)
crutch	косты́ль
to cut	поре́зать (perf.)/ре́зать (imp.)
to cut off	отреза́ть (imp.)/отреза́ть (perf.)
cycle	цикл
damage	поврежде́ние
dangerous	опа́сный (-ая, -ое, -ые)
dark red	тёмно-красный (-ая, -ое, -ые)
death	смерть

deep	глубо́кий (-ая, -ое, -ие)
to determine	определя́ть (imp.) / определить (perf.)
diaphragm	диафрагма
to die	умира́ть (imp.) / умере́ть (perf.)
dirt	земля́
dirty	загрязне́нный (-ая, -ое, -ие)
disability	инвали́дность
dislocation	вы́вих
to dislodge	выбива́ть (imp.) / выби́ть (perf.)
dizziness	головокруже́ние
to become dizzy	чу́ствовать головокруже́ние
door	дверь
to dress (a wound)	перевя́зывать (imp.) / перевяза́ть (perf.) рану́
dressing	повя́зка
cravat dressing	га́лстучная повя́зка
pressure dressing	давя́щая повя́зка
triangular dressing	косы́ночная повя́зка
edge	кромка́; край
effect	воздей́ствие
elbow	ло́коть
end	коне́ц
split end	раздво́енные концы́
to enter	входи́ть (imp.) / войти́ (perf.)
entrance wound	входна́я рана́
exit wound	выходна́я ра́на
to expand	расширя́ться (imp.) / расшири́ться (perf.)
to be expelled	выта́лкиваться

to extend	выступать (imp.)/выступить (perf.)
extremity	конечность
face	лицо
to faint	потерять сознание
false teeth	искусственные зубы
fatal	смертельно опасный (-ая, -ое, -ые)
to feel	чувствовать (imp.)/почувствовать (perf.)
to fill (with something)	набивать (imp.)/набить (perf.) (+ instr.)
finger	палец
fireman	пожарник
first	сначала
first aid	первая помощь
fist	кулак
flesh	мякоть
to flow	течь
to flow in a steady stream	течь ровным потоком
to flow in spurts	течь толчками
to fold	складывать (imp.)/сложить (perf.)
to be forced out	выталкиваться
forehead	лоб
fracture	перелом
closed fracture	закрытый перелом
open fracture	открытый перелом
fractured	переломанный (-ая, -ое, -ые)
free	свободный (-ая, -ое, -ые)
function	функция
to function	функционировать

further	дальнейший (-ая, -ее, -ие)
gauze	ма́рля
gently	осторо́жно
germ	микрoб
gravel	гравий
growth	рост
head	твёрдый
(at the) head	у изголо́вья
heart	се́рдце
heart chamber	сердечна́я камера
heartbeat	биение се́рдца
heel (of the hand)	ладо́нь
helper	помoщник
high	высоко́
hip	бедро́
human body	челове́ческий организм
immediately	немедленно
immobilization	иммобилиза́ция
to immobilize	иммобилизи́ровать
important	ва́жно
improvised	импровизи́рованный (-ая, -ое -ые)
increase	увеличе́ние
infection	зараже́ние, инфeкция
injured (n.)	пострада́вший; повреждённый
injury	поврежде́ние
inside (n.)	внутренняя сторо́на

o interfere	мешать (imp.)/помешать (perf.)
o interlace	переплетать (imp.)/переплесть (perf.)
intermittent	с перерывами
o interrupt	прерывать (imp.)/прервать (perf.)
aggled	зазубренный (-ая, -ое, -ые)
aw	челюсть
oint	суста́в
nee	колено
o kneel	опускаться на колени
o knock	стучать (imp.)/стукнуть (perf.)
not	узел
o know	знать
adder	лестница
ater	впоследствии
ife	жизнь
ife-threatening	жизнеугрожающий (-ая, -ее, -ие)
o lift	поднять (perf.)/поднимать (imp.)
imb	конечность
lower limb	нижняя конечность
upper limb	верхняя конечность
itters	носилки
o locate	найти расположение
ocated	расположен
ocation	расположение
ong	длительный (-ая, -ое, -ые)

to loosen	ослабля́ть (imp.) / осла́бить (perf.)
lower leg	голе́нь
lung inflation	вдува́ние возду́ха в лёгкие
lungs	лёгкие
to make up	компенси́ровать
manual	ручно́й (-ая, -ое, -ые)
massage	масса́ж
mattress cover	нама́трáсник
medical aid	ме́дици́нская по́мощь
method	спо́соб
missile	снаря́д
moderate	небольшо́й (-ая, -ое, -ие)
mouth	ро́т
to move	двигáть (ся) (imp.) / двинúть (ся) (perf.)
movement	дви́жение
muscle	мы́шца
muslin	мусли́н
nausea	тошнота́
neck	ше́я
neck drag	перенос во́локом за ше́ю
nervousness	нервóзность
normally	обы́чно
nose	нос
notch	вы́емка
nourishment	пита́тельные вещества́
on (or at) the side	сбо́ку

to open	открыть (perf.)/открыва́ть (perf.)
organ	о́рган
overheating	перегре́в
oxygen	кислоро́д
oxygen intake	приём кислоро́да
pack strap	вью́чный (-ая, -ое, -ые)
padding	проклад́ка
pain	боль
painful	боле́зненный
pale skin, pallor	бле́дность ко́жи
to pass through	проходи́ть (imp.)/пройти́ (perf.) через
to perform	производи́ть (imp.)/произвести́
permanent	пожи́зненный (-ая, -ое, -ые)
personal	ли́чный (-ая, -ое, -ые)
piece	кусо́к
to pinch	прихвати́ть (perf.)/прихва́тывать (imp.)
pole	ше́ст
poncho	наки́дка
position	положе́ние
swayback position	положе́ние на весу́
to position	положи́ть (perf.)/класть (imp.)
preliminary	предва́рительный (-ая, -ое, -ые)
presence	на́личие
to press	нажима́ть (imp.)/нажа́ть (perf.) давить
pressure	давлéние
to prevent	предотврати́ть (perf.)/предотврати́ть (imp.)
procedure	проце́дура

to protect	предохранить (perf.) / предохранять (imp.)
to protrude	выступать (imp.) / выступить (perf.)
to provide	обеспечить (perf.) / обеспечивать (imp.)
pull	тянуть (imp.) / потянуть (perf.)
pulse	пульс
carotid pulse	каротидный пульс
posterior pulse	задний большеберцовый пульс
radial pulse	лучевой пульс
pulse rate	частота пульса
pump	насос
to pump	нагнетать (imp.) / нагнестí (perf.)
to push	толкать (imp.) / толкнóуть (perf.)
to push down	вдавливать (imp.) / вдавить (perf.)
quickly	быстро
rapid breathing	учащенное дыхание
rate	скорость; темп
to reach	попадать (imp.) / попасть (perf.)
to reduce	уменьшать (imp.) / уменьшít (perf.)
to relax	расслабиться
to release	отпустить (perf.) / отпускатъ (imp.)
to remove	снимать (imp.) / снять (perf.)
to repeat	повторить (perf.) / повторять (imp.)
rescuer	спасатель (masc.)
restlessness	возбуждение
to restore	восстановить (perf.) / восстановл- лять (imp.)
to result (in)	привести (perf.) / приводить (imp.) (к + dat.)

to resume	возобновить (perf.)/возобновлять (imp.)
resuscitation	реанимация
ribs	рёбра
rifle	ружьё
to rise (partially)	приподнять (perf.)/приподнимать (imp.)
roll	валик
to roll	закатывать (imp.)/закатать (perf.); скатать (perf.)/скатывать (imp.)
rolled paper	рулон бумаги
sack	мешок
saddleback	верхом
safety pin	булавка
satisfactory	удовлетворительный (-ая, -ое, -ые)
to save	спасти (perf.)/спасать (imp.)
seat	сидение
sequence	последовательность
severe	серьёзный (-ая, -ое, -ые)
shape	форма
sharp	острый (-ая, -ое, -ые)
shell fragment	осколок (снаряда)
shelter	полевая палатка
shirttail	подол рубашки
shock	шок
shoulder	плечо
shoulder blade	лопатка
sick (person) (n.)	больной (-ая, -ое, -ые)
size	размер

skin	кожа
skis	лыжи
sleeve	рукав
slightly	слегка
sling	поддерживающая косыночная повязка
to slip under	подкладывать (imp.)/подложить (perf.)
smooth	гладкий (-ая, -ое, -ые)
spinal column	позвоночник
to splint	накладывать шину
sprain	растяжение связок
spread	распространение
to spurt	течь толчком
square (adj.)	квадратный (-ая, -ое, -ые)
to start	приступать (imp.)/приступить (perf.)
stay	пребывание
steady	ровный; постоянный
step	шаг
sterile	стерильный (-ая, -ое, -ые)
stick	жердь
stone	камень
to stop	остановить (perf.)/останавливать (imp.)
to straddle	сесть верхом
to straighten	выпрямить (perf.)/выпрямлять (imp.)
strap	лямка
to stretch	вытягивать (imp.)/вытянуть (perf.)
string	шнурок
strip	полоска

подходящий (-я, -ее, -ие)	to suitable
поддерживать (imp.)/поддержать (pert.)	to support
убедиться (pert.)/убедиться (imp.)	to be sure
поверхность (fem.)	surface
пототделение	sweating
симптом	symptom
презент	tarpaulin
разорвать	to tear
палатка	tent
колья для палатки	tent supports
берпо	thigh
тонкий (-я, -ое, -ие)	thin
думать (imp.)/думать (pert.)	to think
жажда	thirst
глотка	throat
через	through
завязать (pert.)/завязывать (imp.)	to tie
затянуть (pert.)/затягивать (imp.)	to tighten
плотно; туго	tightly
запрокинуть (imp.)/запрокинуть (pert.)	to tilt
утомительный (-я, -ое, -ие)	tiring
ткань	tissue
язык	tongue
трогать (imp.)/трогать (pert.); касаться (imp.)/касаться (pert.)	to touch
кровоостанавливающий жилы	tourniquet
транспортировать (imp. & pert.); переносить (imp.)/перенести (pert.)	to transport

trouser leg	штани́на
to try	пыта́ться (imp.)/попыта́ться (perf.)
to twist	скрути́ть (perf.)/скру́чивать (imp.)
type	тип
unconscious	без созна́ния
uninjured	неповреждённый (-ая, -ое, -ые)
unloaded	незаря́женный (-ая, -ое, -ые)
upper	ве́рхний (-ая, -ее, -ие)
to use	испо́льзовать (imp. & perf.)
vacant stare	отсу́тствующий взгляд
vegetation	расти́тельность (fem.)
vein	ве́на
vital	жизненно ва́жный (-ая, -ое, -ые)
voice box	горта́нь
volume	объём
vomiting	рвота́
wad of padding	ва́тная прокла́дка
waste products	продукты распада́
weapon(s)	ору́жие
window shutters	жалюзи́
windpipe	дыхате́льное го́рло
wire	прово́лока
wound	ра́на
entrance wound	входная ра́на
exit wound	выходная ра́на
wounded (n.)	ра́ненный (-ая, -ое, -ые)

Terms and Phrases

to administer first aid	оказывать первую помощь
arms carry	перенос на руках перед собой
as far as possible	как можно дальше
as soon as possible	как можно быстрее
at a steady and uniform pace	в постоянном и равномерном ритме
at the head	у изголовья
at the same time	одновременно; в то же самое время
by feeling	наощупь
chest-pressure arm lift method	способ ритмичного сдавливания грудной клетки
to cover with dressing	наложить повязку
cradle drop drag	перенос люлькой
...does not flow in a steady stream.	...не течёт ровным потоком.
fireman's carry	перенос способом пожарника
folded diagonally	сложенная по диагонали
to follow (a series of) steps	предпринимать шаги
four-hand seat carry	перенос на "замке"
If one or both functions cannot be perceived....	Если одна или обе функции не наблюдаются....
individual first aid kit	индивидуальный перевязочный пакет
inflation of the lungs	вдувание воздуха в лёгкие
lack of oxygen	кислородное голодание
Leave everything as is.	Оставьте всё как есть.
lifesaving steps	меры по спасению жизни
lifting away from the wound	оторвав от раны
limb, suspected of being broken	конечность с подозрением на перелом

The lungs return to normal size.	Лёгкие принимают свои обычные размеры.
The more severe..., the greater...	Чем серьезнее, ... тем больше...
mouth-to-mouth method	способ рот-в-рот
mouth-to-nose method	способ рот-в-нос
neck drag	перенос волоком за шею
pack-strap carry	перенос вьючным способом
pistol-belt carry	перенос на ремнях, сложенных петлю
pistol-belt drag	перенос волоком на ремнях, сложенных восьмёркой
pump which keeps the blood circulating continually	полос, который поддерживает постоянное движение крови
saddleback carry	перенос верхом на спине
site of fracture	место перелома
to stay calm	сохранять спокойствие
support carry	перенос способом поддержки
two-hand seat carry	перенос на сидении из двух рук
two-man fore-and-aft carry	перенос двумя переносчиками на руках между собой

КЛЮЧ К ОТВЕТАМ НА ВОПРОСЫ

1. Дыхание и кровообращение.
2. Человек умирает.
3. Артерии, капилляры, вены.
4. Кислород и питательные вещества проходят из крови через стенки капилляров в клетки организма, и одновременно с этим углекислый газ и продукты распада входят в кровь.
 - а.
 - а. Сердце работает как насос обеспечивающий непрерывное движение крови в организме.
 - б. Биение сердца измеряется пульсом.
 - в. Сохранять спокойствие, думать и действовать быстро.
 - г. Когда пульс не прощупывается.
 7. Забинтовать рану и наложить давящую повязку. Нажать пальцами поврежденный кровеносный сосуд близко к сердцу.
3. Возбужденное состояние, жажда, побледнение, холодный пот, посинение, отсутствующий взгляд.
 9. --Поднять ноги пострадавшего.
--Расстегнуть одежду.
--Не допустить переохлаждение или перегрев.
--Освободить дыхательные пути.
--Остановить кровотечение.
--Успокоить пострадавшего.
0. Если не наложить шину своевременно, может произойти дальнейшее повреждение.
1. При открытом переломе нарушается целостность кожи и образуется рана, в которую могут попасть микробы.

ANSWER KEY TO QUESTIONS

1. Breathing and circulation of the blood.
2. A person dies.
3. Arteries, capillaries and veins.
4. Oxygen and nourishment pass from the blood through the capillary walls into the body cells, and at the same time carbon dioxide and waste products enter the blood.
- 4a. The heart works like a pump that keeps the blood constantly in motion.
- 4b. The heartbeat is measured by the pulse.
5. To stay calm, think and act quickly.
6. When you do not feel a pulse.
7. Dress the wound and apply a pressure dressing.
8. Restlessness, thirst, pale skin, rapid breathing, sweating in spite of cool skin, bluish skin, a vacant stare.
9. Elevate the feet, loosen tight clothing, prevent chilling or overheating, clear the airway, stop the bleeding, calm the casualty.
10. If not splinted immediately, further damage could result.
11. In an open fracture the skin as well as the bone is broken, and a wound is formed which is contaminated and may become infected. In a closed fracture there is no break in the overlying skin, but there may be tissue damage under the skin.

QUESTIONS

- . Name two vital body functions.
- . What happens when these functions are interrupted for too long?
- . Name three types of blood vessels.
- . What is absorbed from the blood through the capillary walls and what enters the blood at the same time?
- . How does the heart work?
- . How is the heartbeat measured?
- . What is important in administering artificial respiration?
- . When is heart massage necessary?
- . How is bleeding to be stopped?
- . What are the signs of shock?
- . Name six first aid measures to fight shock.
- . Why are broken bones to be splinted immediately?
- . What is the difference between an open and a closed fracture?

