**Руководство по оказанию первой помощи после попытки суицида**

 Первую помощь при неудавшейся суицидальной попытке нужно оказывать квалифицированно и быстро.

 Следует установить, жив еще человек или нет. Для этого нужно: найти пульс на сонной (передне-боковой части шеи, над ключицами) и лучевой артерии (между лучевой костью и сухожильной порцией нижней части предплечья с ладонной поверхности); определить, дышит ли пострадавший. Это определяется по экскурсии грудной клетки (дыхательные движения), если человек без одежды, или путем поднесения ко рту зеркала или другого плоского стеклянного предмета (он должен запотеть). Можно приложить ухо к передней или задней поверхности грудной клетки. Таким образом можно услышать и сердцебиение. Одним из признаков наступившей смерти (или состояния комы) может быть расширенный зрачок. Однако этот признак недостоверный, поскольку зрачок может быть расширен в состоянии алкогольного и наркотического опьянения. Он информативен только в сочетании с описанным выше состоянием. Оживляя пострадавшего, периодически следует проверять, появились ли у него признаки жизни: появляется пульс, сердцебиение, дыхание, сужаются зрачки. Повешенье Пострадавшего необходимо вытащить из петли: если присутствует несколько человек, нужно поднять повисшего в петле на руках, встать на табуретку или стул (как правило, они валяются рядом) и снять петлю или перерезать ее ножом, бритвой, осколком стекла (разбить бутылку, стакан); если оказывающий помощь один, нужно просто перерезать веревку. Для приведения в чувство потерявшего сознание необходимо: поднять ему ноги вверх, чтобы голова оказалась ниже ног; сделать массаж воротниковой зоны (область трапециевидных мышц и шеи), используя принцип от центра к периферии, то есть от лопаток к голове; сильно потереть уши. Если запал язык и его корень закупорил просвет дыхательных путей, нужно разжать челюсти и вытащить его. Чтобы при спазме мышц челюсти пострадавший не прикусил пальцы человеку, оказывающему помощь, нужно поставить какую-нибудь распорку (лучше деревянную) между зубами. Если произошла остановка сердца, нужно провести непрямой его массаж с искусственной вентиляцией легких. Для этого пострадавшего необходимо: перевернуть на спину и положить на твердую поверхность; на рот следует накинуть платок или любую неплотную ткань; голову потерявшего сознание нужно разогнуть, нос зажать и вдыхать воздух в рот. Оказывающий помощь складывает вместе ладони и основанием нижней сильно надавливает на грудину, используя собственный вес. На 4-5 массажных должен приходиться один глубокий вдох. Когда восстановится самостоятельное дыхание, для того, чтобы потерявший сознание открыл глаза, следует похлопать его по щекам. Хорошо действует вдыхание паров нашатырного спирта с пропитанного им ватного шарика. Пострадавшему следует дать успокаивающие лекарства (настойку корня валерианы, препараты белладонны), препараты для улучшения сердечно-сосудистой деятельности (валидол, валокордин, корварол). Утопление Утопленника нужно очень быстро вытащить на сушу. Перевернуть на живот и положить так, чтобы область желудка (верхняя часть живота между реберными дугами) лежала на возвышении, выше головы и ягодиц. Следует энергично нажимать на спину и заднюю поверхность реберных дуг пострадавшего, раздражать пальцами область яремной вырезки (ямка в нижней части горла над верхней частью грудины) и корень языка. Такими действиями можно вызвать рвотный и кашлевой рефлексы, чтобы вода отошла из дыхательных путей и желудка. При этом через тонкую трубочку нужно отсасывать изо рта и носа воду. После удаления из дыхательных путей воды, следует провести реанимационные мероприятия так же, как в случае удушения при повешении. Кровопотеря Если кровь вытекает из поверхностной раны, необходимо перетянуть жгутом место ниже раны в случае венозного кровотечения (кровь темного цвета) и выше - в случае артериального (кровь ярко алая). При повреждении нервно-сосудистого пучка (смешанное кровотечение) перетянуть конечность следует выше и ниже раны. Во всех случаях на рану нужно наложить стерильную повязку. Если нет стерильного бинта, для этой цели можно использовать чистую тряпочку. Если имеется глубокая рана туловища или шеи, то ничего не остается, как затампонировать ее, туго введя в рану стерильный бинт. При ранениях живота пострадавшего нужно положить на бок с поджатыми к животу коленями и до приезда медиков плотно зажимать рану кулаком, чтобы сдавить крупные сосуды брюшной полости, которые могут быть повреждены. Если у пострадавшего имеется проникающее ранение грудной клетки, нужно плотно закрыть отверстие резиновым кругом или полиэтиленовой пленкой. На края раны для ее герметизации нанести слой вазелина. Внимание! Всех самоубийц нужно обязательно доставлять в лечебные учреждения. Оказывать им помощь должны специалисты реаниматологи, хирурги, терапевты, токсикологи, психиатры, а в период реабилитации - психологи.