|  |  |
| --- | --- |
| http://www.pervayapomosh.com/images/back.png | [**Первая Помощь**](http://www.pervayapomosh.com/) |
| **Первая помощь при ушибе**http://www.pervayapomosh.com/pics/1352287819.jpg**Что такое ушиб?**Ушиб - это травмирование мягких тканей тела (кожи, жировой прослойки, кровеносных сосудов) без серьезных повреждений кожи во время падения или удара тупым предметом. Основные симптомы ушиба – боль в поврежденном месте, образование гематомы или отека (в результате разрыва или повышения проницаемости сосудов).**Первая помощь при ушибе**Ушиб - это не такая уж серьезная травма, однако при сильном ушибе вы никак не можете быть уверены, что нет [перелома](http://www.pervayapomosh.com/article/pri_perelome/). Поэтому, если есть сильная боль, усиливающаяся при движении, покраснение или онемение ушибленного места - нужно обратиться в больницу и сделать рентген.Особенно подозрительно следует относиться к ушибам головы, позвоночника и грудной клетки. Ушиб головы может сопровождается лишь небольшой шишкой, и только через время появляются симптомы, указывающие на [сотрясение мозга](http://www.pervayapomosh.com/article/pri_sotryasenii_mozga/) (синяки под глазами, тошнота, головокружение, носовые кровотечения).В любом случае при ушибе нужно приложить к больному месту холод. Это позволит уменьшить отек или гематому за счет сужения сосудов. Для этой же цели делается давящая повязка.http://www.pervayapomosh.com/pics/1354013681.jpgХолод следует прикладывать периодически в течении нескольких часов. А через день, когда поврежденные сосуды заживут, можно начинать обрабатывать ушиб согревающей мазью для улучшения кровообращения и обмена веществ.Далее: [Зачем прикладывать холод при травме?](http://www.pervayapomosh.com/article/zachem_prikladyvat_holod/) |