

ТАКТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА

Блокнот-памятка

Инструкция боевого медика

MARCH

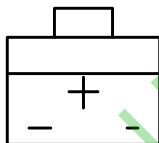


ЦентрМаг

КОНТУР ЖИЗНИ

ТАКТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА

Блокнот-памятка
Инструкция боевого медика



Оценить. Записать. Передать.

ВЛАДЕЛЕЦ / ПОЗЫВНОЙ

СЛУЖБА / КОНТАКТ ДЛЯ ВОЗВРАТА

Для обученных специалистов

НАВИГАЦИЯ



Быстрый доступ

Подготовка и MARCH	3-4
Кровотечение и турникет	5-6
Дыхание, кровообращение, тепло	7-9
Осмотр и наблюдение	10-13
Передача MIST и эвакуация	14-16
Снаряжение и контакты	17-20
Карты пострадавшего: 12 разворотов	22-45
Наблюдение и передача	46-53
Разбор, тренировка, заметки	54-59
Указатель записей	60

Квадрат - отметить. Линия - заполнить.
н/и - не измерено. н/д - нет данных.

ПЕРЕД НАЧАЛОМ



Готовность

- ☐ Средства защиты и доступ к аптечке.
- ☐ Связь и порядок вызова помощи известны.
- ☐ Снаряжение целое, сроки проверены.
- ☐ Часы синхронизированы; время в формате 24 ч.
- ☐ Карточки, маркер и ручка под рукой.

ГРАНИЦЫ ПОДГОТОВКИ

Действуйте в пределах обучения и допуска.
Лекарства и инвазивные методы - по действующему протоколу своей службы.

Дата проверки

Подпись

ПЕРВИЧНАЯ ОЦЕНКА

MARCH



M

Кровотечение



Найдите и остановите опасную кровопотерю.

A

Дыхательные пути



Оцените проходимость и риск обструкции.

R

Дыхание



Оцените частоту, усилие и повреждения груди.

C

Кровообращение



Оцените перфузию и признаки шока.

H

Тепло и голова



Предотвращайте потерю тепла; оцените сознание.

После перемещения или изменения состояния повторите первичную оценку.

М / КРОВОТЕЧЕНИЕ



Сначала кровь

Обеспечьте безопасность и вызов помощи. При сильном наружном кровотечении сразу прижмите рану. Используйте защиту рук, если она доступна.

ОПАСНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ КОНЕЧНОСТИ

Обученный человек применяет турникет по инструкции изготовителя. Если рана видна и условия позволяют: на 5-7 см выше раны, не на сустав. Затяните до прекращения кровотечения.

Если кровотечение сохраняется, нужен второй турникет рядом, ближе к туловищу. Отметьте точное время и проверьте результат.

НЕ ОСЛАБЛЯТЬ ПЕРИОДИЧЕСКИ

Изменение, конверсия или снятие турникета - решение подготовленного медицинского специалиста по протоколу.

М / ЗАПИСЬ



Контроль турникета

ID ПОСТРАДАВШЕГО / ДАТА

Время	Место / сторона	Действие	Результат

Укажите: первичное наложение, повторная проверка, дополнительный турникет, иное действие.

Кто выполнил / передал: _____

A + R / ДЫХАНИЕ



Воздух и дыхание

ОЦЕНИТЕ

Может ли человек говорить? Есть ли шумное дыхание, кровь во рту, нарастающее затруднение дыхания? Оцените грудную клетку и динамику состояния.

ПОЛОЖЕНИЕ И НАБЛЮДЕНИЕ

В сознании - положение, облегчающее проходимость дыхательных путей. Без сознания, при сохранённом нормальном дыхании - устойчивое боковое положение и непрерывный контроль.

УХУДШЕНИЕ ДЫХАНИЯ

Немедленно привлеките медицинского специалиста. Если нормального дыхания нет, действуйте по соответствующему реанимационному протоколу.

Время оценки: _____ ЧДД: _____

Следите за динамикой



Бледная холодная кожа, слабый частый пульс, учащение дыхания и изменение сознания могут сопровождать шок. Повторно ищите кровотечение и организуйте срочную помощь.

- ☐ Кровотечение повторно оценено.
- ☐ Сознание и контакт проверены.
- ☐ Пульс, дыхание и кожа оценены.
- ☐ Пострадавший защищён от охлаждения.
- ☐ Изменения записаны и переданы.

ЗАПИСЫВАЙТЕ ФАКТЫ

Неизмеренные показатели отмечайте «н/и». Не подменяйте измерение предположением.

Н / СОХРАНЕНИЕ ТЕПЛА



Тепло - с начала

Переохлаждение возможно и без мороза, особенно при мокрой одежде. Защитите человека от ветра и влаги; по возможности замените мокрые вещи сухими.

- ☐ Изоляция от холодной поверхности.
- ☐ Сухие слои и защита головы.
- ☐ Одеяло закреплено для переноски.
- ☐ Нагреватель не касается голой кожи.
- ☐ Температура и сознание проверяются.

ТЕМПЕРАТУРА / ВРЕМЯ / СПОСОБ ИЗМЕРЕНИЯ

ОСМОТР



Голова и глаза

После травмы головы следите за сознанием и дыханием. Нарастающая сонливость, повторная рвота, судороги или ухудшение контакта требуют срочной медицинской оценки.

ПРОНИКАЮЩАЯ ТРАВМА ГЛАЗА

Не давите на глаз и не извлекайте предмет. Защитите жёстким щитком без давления; организуйте медицинскую помощь.

ЧТО ИЗМЕНИЛОСЬ / КОГДА

КОМУ СООБЩЕНО / ВРЕМЯ

ОСМОТР



Раны и конечности

Сначала контролируйте опасное кровотечение.
Предметы, застрявшие в ране, не извлекайте.
Поддерживайте повреждённую конечность;
иммобилизация - по навыкам и протоколу.

При шинировании сравните цвет, температуру и чувствительность ниже повреждения до и после фиксации. Запишите изменения.

Признак	До фиксации	После
Цвет		
Тепло		
Чувствительность		
Пульс*		

* Оценка в пределах подготовки.

ВТОРИЧНЫЙ ОСМОТР



SAMPLE + AVPU

S Жалобы и симптомы

A Аллергии

M Принимаемые лекарства

P Значимый анамнез

L Последний приём пищи / жидкости

E Что и когда произошло

AVPU / УРОВЕНЬ РЕАКЦИИ

А - бодрствует; V - реагирует на голос; Р - на болевой стимул; U - нет реакции. Оценку проводит обученный специалист.

НАБЛЮДЕНИЕ



Измерять одинаково

Каждую запись связывайте со временем и ID пострадавшего. Указывайте единицы измерения, способ и изменения после помощи. При сомнении проверьте измерение повторно.

Показатель	Единица	Уточнение
ЧСС	в минуту	Способ
ЧДД	в минуту	Усилие
SpO2	%	Качество сигнала
АД	мм рт. ст.	Манжета / рука
Температура	°C	Место замера
Боль	0-10	До / после

Показания прибора оценивайте вместе с состоянием человека. н/и - не измерено; н/д - нет данных.

ПЕРЕДАЧА

MIST: четыре блока



M

Механизм

Что произошло и когда.

I

Повреждения

Где и какие повреждения обнаружены.

S

Состояние

Сознание, показатели и их динамика.

T

Помощь

Что сделано, когда и с каким эффектом.

ЗАМКНИТЕ ПЕРЕДАЧУ

Уточните, кто принял сообщение. Повторите критические данные; передайте записи вместе с пострадавшим.

ЭВАКУАЦИЯ



Перед перемещением

- ☐ Приоритет и способ передачи согласованы.
- ☐ Первичная оценка повторена.
- ☐ Повязки и элементы фиксации проверены.
- ☐ Защита от охлаждения закреплена.
- ☐ Карточка доступна и закреплена.
- ☐ Время турникетов и помощь переданы.
- ☐ Сопровождающий знает, что наблюдать.

ПУНКТ ПЕРЕДАЧИ / КТО ПРИНЯЛ

ОЖИДАНИЕ ПОМОЩИ



План наблюдения

Определите ответственного за наблюдение и время следующей оценки по протоколу. При ухудшении сразу сообщите старшему медицинскому специалисту.

ОТВЕТСТВЕННЫЙ / КОНТАКТ

Когда	Что проверить / сделать	Кто

Следующая оценка: _____ Передача: _____

ОСНАЩЕНИЕ



Проверка аптечки

КОМПЛЕКТ / ДАТА ПРОВЕРКИ

Позиция	Есть	Цело	Срок
Перчатки / защита			
Турникеты			
Перевязочные средства			
Средства защиты от холода			
Ножницы / маркер			
Карточки / ручка			
Средства по допуску			
Другое			

Проверил: _____ Пополнить к: _____

ОСНАЩЕНИЕ



Расход и пополнение

Дата	Материал	Ушло	Есть	Заказ

ЧТО КРИТИЧНО ПОПОЛНИТЬ

ОСНАЩЕНИЕ



Лекарственный учёт

Заполняется в пределах допуска. Это учёт запасов, а не схема назначения.

Название / форма	Концентрация / серия	Годен до	Остаток

УСЛОВИЯ ХРАНЕНИЯ / ЗАМЕЧАНИЯ

ОРГАНИЗАЦИЯ



Контакты и допуск

МЕДИЦИНСКИЙ РУКОВОДИТЕЛЬ / КОНТАКТ

СЛУЖБА ЭВАКУАЦИИ / ПОРЯДОК СВЯЗИ

РЕЗЕРВНЫЙ КОНТАКТ

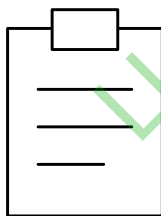
ПРОЙДЕННОЕ ОБУЧЕНИЕ / ДАТА

ВЕРСИЯ ЛОКАЛЬНОГО ПРОТОКОЛА

Персональные данные храните и передавайте по правилам своей службы.

РАБОЧИЕ ФОРМЫ

КАЖДАЯ ЗАПИСЬ ПРОДОЛЖАЕТ ПОМОЩЬ.



12

карт пострадавшего

Один разворот - один пострадавший.
Повторите ID на обеих страницах.
Эта рабочая форма не заменяет
обязательную медицинскую документацию.

КАРТА 01 / ОЦЕНКА



Пострадавший

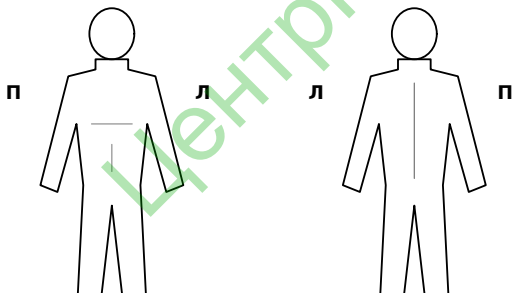
ID / ПОЗЫВНОЙ

ДАТА / ВРЕМЯ

МЕХАНИЗМ / ЖАЛОБЫ

СПЕРЕДИ

СЗАДИ



П / Л - стороны пострадавшего. Отметьте повреждения.

АЛЛЕРГИИ / ЛЕКАРСТВА / ВАЖНЫЙ АНАМНЕЗ

н/д - неизвестно. Продолжение на правой странице.

КАРТА 01 / ДЕЙСТВИЯ



Помощь и передача

ПОВТОРИТЕ ID / ВРЕМЯ НАЧАЛА

Время	Оценка / действие	Эффект / кто

ТУРНИКЕТ: МЕСТО / ВРЕМЯ

ПЕРЕДАН: КОМУ / КОГДА



Пострадавший

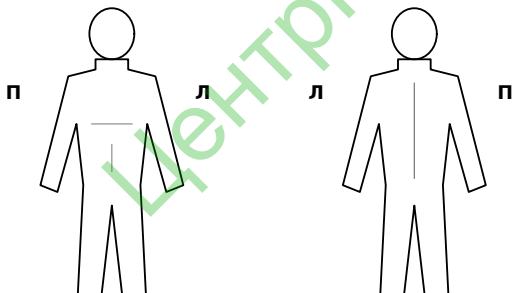
ID / ПОЗЫВНОЙ

ДАТА / ВРЕМЯ

МЕХАНИЗМ / ЖАЛОБЫ

СПЕРЕДИ

СЗАДИ



П / Л - стороны пострадавшего. Отметьте повреждения.

АЛЛЕРГИИ / ЛЕКАРСТВА / ВАЖНЫЙ АНАМНЕЗ

н/д - неизвестно. Продолжение на правой странице.

КАРТА 02 / ДЕЙСТВИЯ



Помощь и передача

ПОВТОРИТЕ ID / ВРЕМЯ НАЧАЛА

Время	Оценка / действие	Эффект / кто

ТУРНИКЕТ: МЕСТО / ВРЕМЯ

ПЕРЕДАН: КОМУ / КОГДА

НАБЛЮДЕНИЕ / 01



Динамика состояния

ID / ДАТА / НАБЛЮДАЮЩИЙ

Время	ЧСС /мин	ЧДД /мин	SpO2 %	АД мм рт. ст.	AVPU

ТЕМПЕРАТУРА / БОЛЬ / ДРУГИЕ ИЗМЕНЕНИЯ

НАБЛЮДЕНИЕ / 02



Динамика состояния

ID / ДАТА / НАБЛЮДАЮЩИЙ

Время	ЧСС /мин	ЧДД /мин	SpO2 %	АД мм рт. ст.	AVPU

ТЕМПЕРАТУРА / БОЛЬ / ДРУГИЕ ИЗМЕНЕНИЯ

ПЕРЕДАЧА / 01



Сообщение MIST

ID / ДАТА / ВРЕМЯ

M МЕХАНИЗМ / ВРЕМЯ СОБЫТИЯ

I ОБНАРУЖЕННЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ

S СОСТОЯНИЕ / ДИНАМИКА

T ПОМОЩЬ / ВРЕМЯ / ЭФФЕКТ

ПЕРЕДАЛ / ПРИНЯЛ / ПОДТВЕРЖДЕНО

ПЕРЕДАЧА / 02



Сообщение MIST

ID / ДАТА / ВРЕМЯ

M

МЕХАНИЗМ / ВРЕМЯ СОБЫТИЯ

I

ОБНАРУЖЕННЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ

S

СОСТОЯНИЕ / ДИНАМИКА

T

ПОМОЩЬ / ВРЕМЯ / ЭФФЕКТ

ПЕРЕДАЛ / ПРИНЯЛ / ПОДТВЕРЖДЕНО

ПОСЛЕ РАБОТЫ



Короткий разбор

ДАТА / СЛУЧАЙ ИЛИ УЧЕНИЕ

ЧТО СРАБОТАЛО ХОРОШО

ЧТО НУЖНО ИЗМЕНИТЬ

СЛЕДУЮЩЕЕ ДЕЙСТВИЕ / КТО / КОГДА

Фиксируйте наблюдения и действия, без лишних персональных данных.

НАВЫКИ



Журнал тренировок

Дата	Навык / сценарий	Результат	Повтор

ИНСТРУКТОР / ЧТО ОТРАБОТАТЬ

ЛИЧНЫЕ ЗАПИСИ

Заметки



ТЕМА / ДАТА

ЦентрМаг



ЛИЧНЫЕ ЗАПИСИ



Заметки

ТЕМА / ДАТА

ЦентрМаг





Найти запись

Карта	ID / дата	Страницы	Отметка
01		22-23	
02		24-25	
03		26-27	
04		28-29	
05		30-31	
06		32-33	
07		34-35	
08		36-37	
09		38-39	
10		40-41	
11		42-43	
12		44-45	

Проверьте ID, время действий и факт передачи.

ЦентрМаг

КОНТУР ЖИЗНИ

ПОМОЩЬ. ЗАПИСЬ. ПЕРЕДАЧА.

Блокнот-памятка
по тактической медицине



Оценить



Записать



Передать

Краткие памятки и рабочие формы
Для обученных специалистов