**Всероссийский проект «Научись спасать жизнь!»**

# 7 сентября 2017 года в образовательных учреждениях города Тулы и Тульской области пройдет единый урок первой помощи, организованный в рамках Всемирного дня оказания первой медицинской помощи (празднуется ежегодно во вторую субботу сентября с 2000 года). Инициаторами стали работники Красного Креста. Цель оказания первой медицинской помощи – проведение пострадавшему необходимых простейших медицинских мероприятий для спасения его жизни, уменьшения его страданий и предупреждения развития возможных осложнений. Профессионально такую помощь оказывают, конечно же, медики, но кроме них приемами оказания первой помощи обязаны владеть сотрудники полиции и спасатели. Несчастный случай может произойти с любым человеком и в любом месте. Для пострадавшего с тяжелыми травмами время имеет огромное значение. Если такому человеку помощь не оказать в течение часа, то он может погибнуть. Поэтому каждый человек должен уметь оказывать первую помощь.

С начала 2015 года Центр экстренной психологической помощи МЧС России запустил проект «Научись спасать жизнь!». **Основная идея проекта** заключается в том, что любой человек, не имеющий специального образования, может научиться оказывать первую помощь и психологическую поддержку себе или окружающим.

**Чрезвычайная ситуация** или экстремальное событие **может случиться с любым**, и в первые минуты, как правило, рядом оказываются совсем не спасатели или врачи, а самые обычные люди – друзья, знакомые, очевидцы.

В ожидании специалистов теряется драгоценное время, в которое можно спасти здоровье и жизнь - свою или того человека, который пострадал. **Специалистами Центра** экстренной психологической помощи МЧС России при поддержке Министерства здравоохранения **разработаны практические пособия и программы обучения** для населения, позволяющие в простой и понятной форме научиться оказывать помощь, которая может спасти жизнь пострадавшим людям до приезда профессиональных спасательных служб и врачей.

**В практических пособиях «Оказание первой помощи» и «Экстренная допсихологическая поддержка»** простым и доступным языком **изложены приемы** **оказания помощи.** Все они сопровождаются иллюстрациями, облегчающими восприятие материала. Эти приемы **может использовать человек**, **не имеющий специального** медицинского или психологического **образования**; они простые, действенные и не могут повредить пострадавшим.

**Два пособия представляют собой единый комплект**, дополняя друг друга. В экстремальной ситуации важно не просто знать, как правильно сделать искусственное дыхание, остановить кровотечение или наложить шину, но и как не запаниковать самому, как справиться с агрессивным человеком или помочь тому, кто переживает сильные эмоции, связанные с ситуаций, в которой он оказался. Страх, паника, агрессия, тревога – все это нормальная реакция на ненормальные обстоятельства, и человек не всегда может справиться с ними сам, ему нужна помощь.

Существует несколько вариантов, как можно получить эти знания. Первый и самый доступный способ – изучить самому эти пособия. Они размещены на сайтах МЧС России и Интернет-службе оказания экстренной психологической помощи населению. Можно скачать бесплатное приложение «Мобильный спасатель», один из разделов которого содержит краткие иллюстрированные пошаговые инструкции, как действовать в экстремальной ситуации.

В 2014 году Центр экстренной психологической помощи инициировал проведение всероссийских соревнований по оказанию первой помощи и психологической поддержки среди студенческих добровольческих отрядов, которые получили название  «Человеческий фактор».

В соревнованиях, проходящих ежегодно в Москве, принимают участие команды-победители аналогичных региональных состязаний, которые проводятся по единой системе организации.

Соревнования проходят в несколько этапов и включают в себя тестирование по темам первой помощи и психологической поддержки, решение ситуационных задач и демонстрацию практических навыков по оказанию помощи пострадавшим.

Для создания обстановки, максимально приближенной к возможным обстоятельствам, на этом этапе привлекаются специально подготовленные загримированные статисты, достоверно демонстрирующие признаки реакций и состояний, при которых необходимо оказывать помощь.

Проведение соревнований не только помогает добровольцам повысить уровень подготовки по первой помощи и психологической поддержке, но и позволяет сформировать группу учащейся молодежи, владеющей знаниями, умениями и навыками оказания помощи людям, и способами передачи этих знаний широким слоям населения.

Кроме того, в рамках проекта «Научись спасать жизнь!» МЧС России совместно с Министерством спорта России ведет работу по включению первой помощи и психологической поддержки в нормы комплекса ГТО. На данный момент разрабатываются вопросы, которые войдут в тесты, их проходят все желающие сдать нормы, таким образом, люди смогут не просто получить знания, но и подтвердить их.

**Реализация проекта «Научись спасать жизнь!» дает возможность людям получить важные знания, которые могут помочь сохранить здоровье и спасти жизнь пострадавшего человека до приезда врачей и спасателей.**

<http://www.psi.mchs.gov.ru/p/dobrovoltsy/vserossijskij_proekt_nauchis_spasat_zhizn>