

2. Максимчук Б.А., Гаркавий О.А., Оленченко В.В., Хацаюк О.О. Удосконалення військово-прикладних навичок рукопашного бою курсантів-правоохоронців МВС України на основі використання сучасних педагогічних технологій. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах: наук.-практ. журнал (№ 63, Т. 2.). Запоріжжя, 2019. С. 98-103

3. Моргунов О. А. Удосконалення фізичної підготовки правоохоронців МВС України на початковому етапі навчання. Честь і закон: наук.-практ. журнал № 2. Київ, 2014. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Chiz\\_2014\\_2\\_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Chiz_2014_2_10) (дата звернення: 03.03.2021)

4. Ольховий О.М. Концепція професійно спрямованої системи фізичної підготовки курсантів/ Вісник Чернігівського національного педагогічного університету: наук. журнал. №112. Чернігів, 2013. С. 208–211.

**Альона ПОЛОЗ**

курсант 4-го курсу  
факультету підготовки фахівців для  
підрозділів стратегічних розслідувань  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ

**Микола ПОЖИДАЄВ**

старший викладач кафедри  
спеціальної фізичної підготовки  
Дніпропетровського державного  
університету внутрішніх справ

## **ОСНОВНІ ПОЛОЖЕННЯ НАДАННЯ ДОМЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ ПІСЛЯ ЗАСТОСУВАННЯ ПРИЙОМІВ РУКОПАШНОГО БОЮ**

Застосування заходів фізичного впливу (прийомів рукопашного бою) є одним із засобів особистого захисту працівника поліції. Необхідність самозахисту вимагає підвищення уваги до методики застосування прийомів та їх наслідків, адже травматизм після використання сили трапляється досить часто. Заходи фізичного впливу можуть призвести до негативних наслідків, як малозначних, так і серйозних.

Знання вразливих місць на тілі людини сприяє ефективнішому риптному впливу на особу при вирішенні службових завдань та самозахисті. Вразливим місцем вважається та частина тіла, удар, надавлювання або скручування якої викликає ушкодження, гострий біль, розлад рипто валют функцій людини. Найчастіше це місця на тілі людини, де проходять основні нерви та нервові вузли; значні кров'яні судини; місця, де кістки найменше захищені м'язами; суглоби; внутрішні органи.

Сила, з якою слід наносити удари в будь-яку частину тіла, має бути дозованою (пропорційною) та відповідати ступеню небезпеки життю та здоров'ю працівника або громадян. Правильне дозування сили удару не прихо-

дить одразу, воно потребує тривалого відпрацювання. Разом із тим знання вразливих місць на тілі людини та вміння правильно застосовувати певні засоби впливу на них має бути доповнено знанням наслідків ударів у вразливі місця, а також розумінням того, куди не можна бити без крайньої необхідності та смертельної загрози життю. Завжди необхідно пам'ятати, що невиправдане застосування сили суперечить закону.[3]

Конституцією України визначено – життя та здоров'я людини є найвищою цінністю та охороняється законом. [1] І для забезпечення такої охорони держава зобов'язала правоохоронні органи реалізовувати положення основного закону держави. Право на застосування заходів фізичної сили закріплено в статті 44 Закону України «Про Національну поліцію». [2]

Треба усвідомити те, що перша допомога, яка надається немедичними працівниками, в силу природної нестачі знань та досвіду, а також відсутності необхідних для ефективної допомоги засобів, в своїх можливостях дуже обмежена. Але незважаючи на це, ми впевнені: якщо кожна людина, яка надає першу допомогу, зробить все від неї залежне та можливе, а головне, досить грамотно, то життєві перспективи багатьох потерпілих можуть видатись оптимістичними. [4]

Під час навчання в закладах вищої освіти, працівники поліції отримують важливі знання на рипто в зі спеціальної фізичної та домедичної підготовки та відпрацьовують вміння на практичних заняттях та тренуваннях.

Серед найбільш поширених травм є забої, вивихи, синці, подряпини, кровотечі та переломи.

*Надання першої допомоги під час кровотечі:*

Перш за все необхідно вжити заходів щодо зупинення кровотечі і потім надавати допомогу з приводу інших ушкоджень. При сильній кровотечі необхідно притиснути артерію пальцем на таких ділянках тіла;

- променеви і рипто артерію - на внутрішній оповерхні променево-зап'ясткового суглоба (у випадку кровотечі зап'ястя пальців руки);
- сонну артерію — на шиї (при кровотечі обличчя);
- плечову артерію на внутрішній поверхні плеча ( при кровотечі передпліччя);
- артерію стегна — на ділянці верхньої третини передньої поверхні стегна (у випадку кровотечі стопи і гомілки)

Для зупинення сильної кровотечі накладають джгут. Під час кровотечі гомілки джгут накладають на нижню третину стегна, у випадку кровотечі передпліччя – на плече над ліктьовим суглобом. Після зупинення кровотечі і обробки рани накладають пов'язку, для чого використовують пакет першої допомоги, якщо необхідно звернутись за кваліфікованою медичною допомогою.

*Надання першої допомоги при забоях і вивихах:*

До місця забою прикладають холод (лід, сприскують рипто валют , мокрий рушник) потім накладають плотну пов'язку.

У випадку вивиху не дозволяється ніяких спроб вправити суглоб. По-

терплого слід негайно транспортувати у лікарню чи травмпункт. Якщо це вивих суглобів руки – потерпілого транспортують у сидячому положенні, підвісивши руку на хустині, шарфі, бинті. У випадку вивиху ноги потерпілого транспортують у положенні лежачи, після попереднього накладення шини.

*Надання першої допомоги при переломах:*

У випадку закритого перелому, застосовують холод і забезпечують нерухомість пошкодженої частини тіла після накладення шини.

При переломі стегна шину накладають таким чином щоб, забезпечити нерухомість у тазостегновому, колінному та гомілкостопному суглобах. У випадку перелома гомілки шиною фіксують колінний та гомілкостопний суглоби. При переломі плеча шина забезпечує нерухомість плечового і ліктьового суглобів, а зігнуту у ліктьовому суглобі руку підвішують на хустині, бинті, шарфі. При переломі передпліччя фіксують ліктьовий і променево-зап'ястковий суглоби.[5]

Отже, зважаючи на сучасний криміногенний стан важливо знати та правильно застосовувати методику надання домедичної допомоги, адже в будь-який момент це може врятувати ваше життя або життя оточуючих.

---

1. Конституція України (з офіційним тлумаченням Конституційного суду України) / Відповід. Редакт. рипт. юрид. наук С.Б. Чехович. – К.: Ліра – К, 2006. – 96 с.
2. Про Національну поліцію [Електронний ресурс] : Закон України від 2 липня 2015 р. № 580-VIII із змінами і доп. // Відомості Верховної Ради. – 2015. – № 40-41. – Ст. 379. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19>
3. В.О. Криволапчук, М.С. Кримська, С.М. Решко, С.Є. Бутов / Під заг.ред.проф. Є.М. Моїмєєва та рипт. О.Ф. Долженкова. Навчальний посібник для слухачів і курсантів ВНЗ МВС України з навчальної дисципліни «Спеціальна фізична підготовка» - Київ – Одеса, 2009. – 208 сторінок.
4. Заяць Л.Г., Заяць О.В., Олійников Г.В. Рух – це життя та життя – це рух : навч.-метод. посібник / Л.Г. Заяць, О.В. Заяць, Г.В. Олійников., за заг.ред. Л.Г. Заяць – Дніпропетровськ: ДГУ, 2016 – 104 с.
5. Носков В.М., Кримська М.С., Ком'яга А.В., Серета М.О. Навчально-методичний посібник для інструкторів професійної підготовки органів та підрозділів внутрішніх справ з навчальної дисципліни «Спеціальна фізична підготовка»- Одеса: Одеський державний університет внутрішніх справ, 2008 – 137 сторінок.