

# Первая помощь при ушибах

- Положить холод на повязку в месте ушиба.
- Наложить давящую повязку на место повреждения.
- Придать конечности возвышенное положение.
- При сильных болях дать обезболивающее.
- При необходимости доставить в лечебное учреждение.

