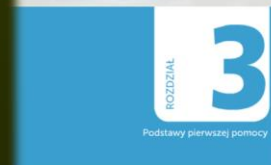
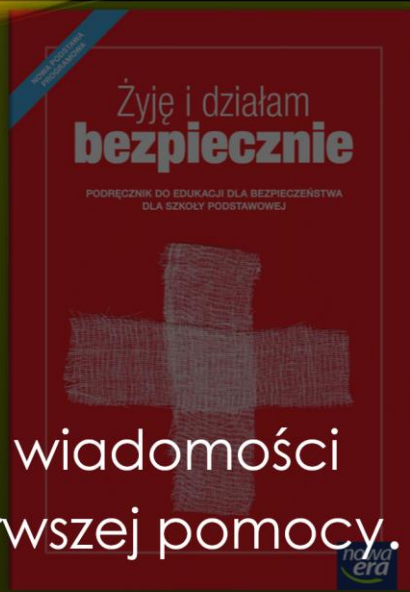





Temat nr 14:
Podstawowe wiadomości
z zakresu pierwszej pomocy.



??? Pierwsza
pomoc ???
CZYLI ???



 **Pierwsza pomoc** – zespół prostych czynności podejmowanych na miejscu zdarzenia przed przybyciem profesjonalnych ratowników w celu ratowania zdrowia i życia osób, które doznały obrażeń lub nagle zachorowały.



PIERWSZA POMOC

rozpoznanie sytuacji i określenie istniejących zagrożeń (ryzyka)

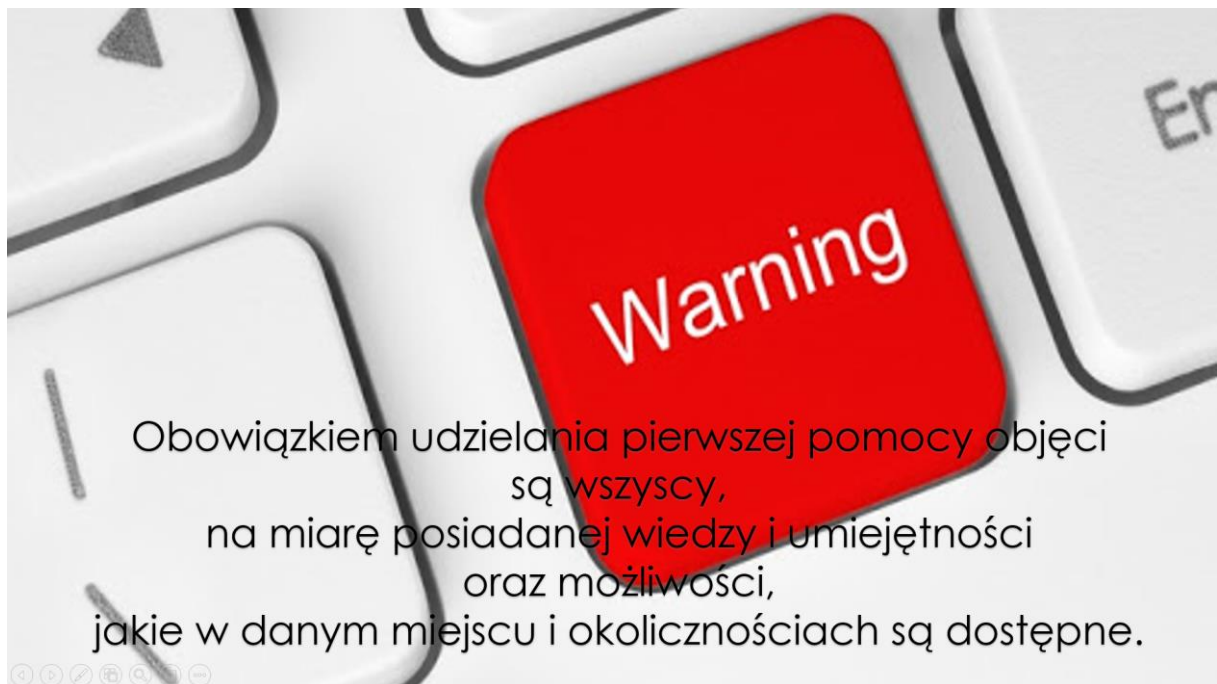
zabezpieczenie miejsca zdarzenia i samego siebie (bądź widoczny i bezpieczny!)

wezwanie profesjonalnej pomocy

zapewnienie ciągłości podstawowych funkcji życiowych u poszkodowanych (krążenia i oddychania)

wykonywanie pozostałych czynności ratowniczych (w tym opatrywanie ran, złamań, działania przeciwwstrząsowe i ochrona termiczna oraz wsparcie psychologiczne)

ułożenie poszkodowanych w pozycji bezpiecznej (jeśli nie ma podejrzenia uszkodzenia kręgosłupa)



Podstawowe czynności ratownicze są proste, skuteczne i możliwe do podjęcia przez niemal każdego człowieka, dlatego warto się ich uczyć od najmłodszych lat. Nawet dzieci mogą uratować czyjeś życie, odpowiednio szybko wzywając telefonicznie służby ratownicze do chorej osoby, np. taty czy babci.

W ramach udzielania pomocy poszkodowanym wyróżnia się:

- **pierwszą pomoc** (udzielają jej niewykwalifikowani przypadkowi ratownicy przed przybyciem ratowników profesjonalnych),
- **kwalifikowaną pierwszą pomoc (KPP)** – udzielają jej przeszkoleni do tego ratownicy, np. GOPR, WOPR, strażacy dysponujący specjalistycznym sprzętem ratowniczym i rozległymi kompetencjami w tym zakresie,
- **medyczne czynności ratunkowe** – pomoc świadczoną przez wykwalifikowany personel medyczny w ramach akcji służb ratownictwa medycznego lub w szpitalu.



PIERWSZA POMOC - ABC

112 NUMER ALARMOWY

POSZKODOWANY PRZYTOMNY

- Ocenić stan poszkodowanego.
- Sprawdzić, jakie ma obrażenia.
- Wziąć pomoc.
- Sprawdzić przepuszczalność dróg oddechowych i tętno.

Nie pozostawiaj poszkodowanego bez opieki.

POSZKODOWANY NIEPRZYTOMNY ALE ODDECHA

POZYCJA BEZPIECZNA

1

- Ułożyć przy poszkodowanym.
- Ułożyć się za jego nogi i ręce kładź koździ oś ciała.
- Złapać poszkodowanego za ramiona i spróbować, czy nie ma przy sobie narzędzi, sprzętu, przedmiotów (tak jak je nad głowę poszkodowanego).
- Ręce poszkodowanego (pod jego głowę) kładź na podłogę „Awa Ciepła” jak na zdjęciu.

2

- Dłonie ręki poszkodowanego przycisnąć do siebie do jego piersi i przycisnąć je.

3

- Ściągnąć drugą rękę chwył, zwrócić uwagę poszkodowanego na oddechach, na kłopotach i podciągnąć ją na górę tak, aby jego głowa została na podłodze.
- Przygotować rękę pod podłokciem, podciągnąć rękę i wykonać przesłuchanie tak, aby przycisnąć odciski palców się na bok w kierunku słysz.

1 OCENIĆ BEZPIECZEŃSTWO

Rozważaj się wokół siebie i ocen czy jest bezpieczne.

Jeżeli pomagasz w wypadku, dogadaj się.

- Zapewnić pomocnikowi tak, aby nie ty Ciebie nie uderzył węża, bełweta awaryjnego.
- Zapewnić kamionowi oddzielenie i wykawicisko ochronne.
- Ustawić reflektory ostrzegawcze.
- Wziąć za swojego samochodu sanitarkę i opatrzeniowego.

Zapewnij bezpieczeństwo własne i poszkodowanego.

2 OCENIĆ PRZYTOMNOŚĆ

Odpowiednie odpowiedzi na barki i głośno zapytaj: „Co się stało?” „Czy Pan może pomóc?” „Czy ktoś obserwuje?” „Czy ktoś obserwuje?”

Ocena: reaguje, nie reaguje.

3 UDRÓŻNIJ DRÓGI ODDECHOWE

- Płaski przedni rękę na czole poszkodowanego, podłokcie drugiej ręki ułóż jego bocznej.
- Odkłonić głowę poszkodowanego do tyłu, do neutralnego położenia.
- Sprawdzić, czy nie ma ciała obcego w jamie ustnej. Możesz je usunąć tylko wtedy, gdy są widoczne na powierzchni oka.

Uwaga: Ta technika dotyczy wyłącznie osób nieświadomych.

4 OCENIĆ ODDECH (KROKI ODDECHOWE UDROŻNIENIE)

- Przeczekać nie to 10 sekund.
- Przetwórz swój podłokcie w odrobie od poszkodowanego.
- Wyciągnij na swoim podłokciu wypychane przedramię, skieruj odrobie oddechu.
- Obserwuj ruchy klatki piersiowej.

Wynik: 2 - 3 oddechy

Ocena: poszkodowany oddycha.

Jeśli stwierdzisz, że oddech jest słaby, możesz je łapane powietrze „przez rękę”, wykonując chwytacz – oddech jest nieprawidłowy.

Ocena: Brak oddechu.

5 WEZWIJ POMOC

Wyznacz osobę, która wezwie pogotowie i dostarczy AED. Wyznacz pomoc.

Przygotuj dozwolone numery telefonów awaryjnych.

ZADZWOŃ 112

- Dziel się imieniem i nazwiskiem.
- Powiedz, co się stało i podaj lokalizację poszkodowanego.
- Powiedz, czy zastajesz już osobę.
- Odpowiadaj na zadawane pytania.

Nigdy nie rozłączaj połączenia!

6 30 UCISNIĘĆ KŁATKI PIERSIOWEJ

- Odkłonić klatkę piersiową poszkodowanego.
- Ułóż nadgarstek jednej ręki na środku jego klatki piersiowej.
- Ułóż drugą rękę na górnym nadgarstku. Spójrz prosto przed siebie.
- Ułóż drugą rękę na górnym nadgarstku.
- Ułóż kciuki w kierunku 100-120 mm.
- Dławić klatkę 30 x (30 sekund).
- Ułóż rękę nie odrywając ręk od klatki piersiowej.

7 2 ODDECHY RATOWNICZE

- Ułóż rękę drugą oddechną (patrz pkt 5).
- Skłonić głowę do przodu do widocznego oddechu.
- Złapać nos poszkodowanego kciukami i palcem wskazującym i dłoń zabrać na jego czole.
- Wykonać dwa oddechy ratownicze.
- Jeśli nie widzisz oddechu nie głośno.
- Odkłonić swoją ciałem ułóż poszkodowanego i wykonaj powietrze przez usta. 1 sekundę, do ułóż klatki piersiowej.
- Jeśli po pierwszym oddechu klatka piersiowa nie ułóż się, ponownie ułóż drugą oddechną.
- Wykonaj drugi oddech.

8 DOSTĘPNY DEFIBRYLATOR

- Ułóż defibrylator przez wydzielone przyciski.
- Czytaj instrukcję obsługi defibrylatora.
- Po włączeniu wyświetli polecenia głosowe AED. Rozpoznaj głosy i tak jak widać.
- Wyjmij AED i odłącz go z elektrodami, sprawdź je i wyczyść z męgi.
- Odkłonić od podłogi powietrze elektryczną (patrz pkt 9 w głośno odczytane polecenia głosowe). Wykonaj oddechy ratownicze i oddechy ratownicze.
- Po przykrocie pierwszej sesji, odłóż od podłogi i wyciśnij powietrze. Wykonaj oddechy ratownicze i oddechy ratownicze.
- Po przykrocie drugiej sesji, odłóż od podłogi i wyciśnij powietrze. Wykonaj oddechy ratownicze i oddechy ratownicze.
- Po przykrocie trzeciej sesji, odłóż od podłogi i wyciśnij powietrze. Wykonaj oddechy ratownicze i oddechy ratownicze.

9 ANALIZA RYTMU SERCA

- Odkłonić od poszkodowanego i nie dłużej niż 10 s. Wykonaj analizę rytmu serca.
- Można wykonać analizę rytmu serca. Wykonaj analizę rytmu serca. Wykonaj analizę rytmu serca.
- Jeśli serce poszkodowanego wykazuje ułóż AED, wykonaj „Defibrylacja zalecana”.
- Wykonaj w stronę klatki piersiowej (patrz pkt 8) i powiedz głośno: „Proszę się oddechnąć”.
- Ułóż rękę na klatce piersiowej. Wykonaj oddech ratowniczy.
- Po chwili ułóż rękę klatki piersiowej AED.

10 DEFIBRYLACJA

- Kiedy AED będzie gotowe do defibrylacji, wykonaj.
- „Analityczny miękki przycisk, aby wykonać wystrzał”.
- Czekać na głosy (patrz pkt 8) w stronę klatki piersiowej. „Proszę się oddechnąć, będzie wydychane”.
- Ponownie odczytać polecenia głosowe i oddechy ratownicze.
- Jeśli nie zalecają zabrania, nastąpi nagły przycisk AED.
- Po defibrylacji ułóż rękę „Wykonaj następny defibrylację oddechnąć”.
- Rozpoznaj ułóż klatki piersiowej i oddechy ratownicze.
- Dłonie w cyklu: 30 ułóż 2 oddechy ratownicze.

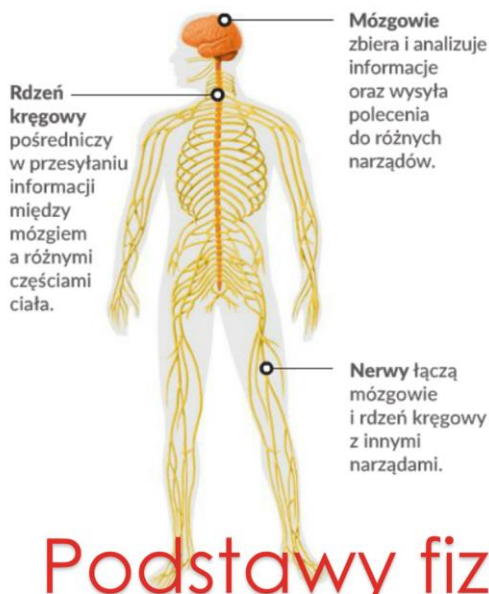
W trakcie reanimacji słuchaj komunikatów i wykonaj polecenia AED.

Takim symbolem oznaczane jest miejsce w którym znajduje się AED.

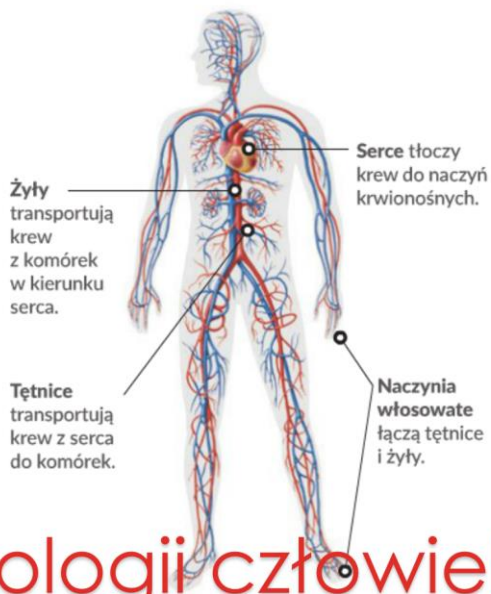
DZIAŁAJ W CYKLACH 30:2 UCISKÓW ODDECHY

Jeśli przystosowałeś AED, włącz je i stonuj się do jego poleceń głosowych przycisk do punktu 8.

DOSTĘPNE AED



▲ Układ nerwowy



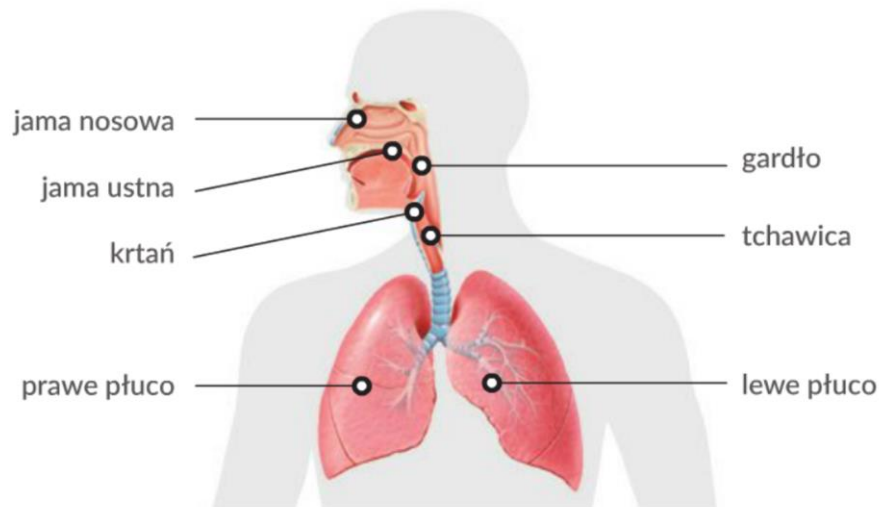
▲ Układ krążenia

Podstawy fizjologii człowieka

Z punktu widzenia ratownictwa najważniejsze są układy: krążenia, oddechowy i nerwowy, ponieważ ich sprawne działanie decyduje o przeżyciu człowieka i jego dalszym funkcjonowaniu.



**PIERWSZA
POMOC**



▲ Układ oddechowy



📖 Stan nagłego zagrożenia zdrowotnego

– nagłe lub przewidywane w krótkim czasie pogorszenie stanu zdrowia, którego bezpośrednimi następstwami mogą być poważne uszkodzenie funkcji organizmu, uszkodzenie ciała lub utrata życia, wymagające podjęcia natychmiastowych medycznych czynności ratunkowych i leczenia.

Główne stany nagłego zagrożenia zdrowotnego:

- utrata przytomności,
- zatrzymanie oddychania,
- zaburzenia pracy serca (zatrzymanie krążenia),
- nasilające się duszności,
- nagły ostry ból w klatce piersiowej,
- upadek z dużej wysokości,
- udar cieplny,
- wyziębienie organizmu,
- zaburzenia świadomości,
- drgawki,
- rozległe rany w wyniku urazu,
- rozległe oparzenia,
- gwałtowny poród,
- silne reakcje uczuleniowe,
- uporczywe wymioty,
- porażenie prądem,
- zatrucia.





Pytanie kontrolne 1 z 2:

- 1) Zastanów się i odpowiedz, kto może udzielić pierwszej pomocy.

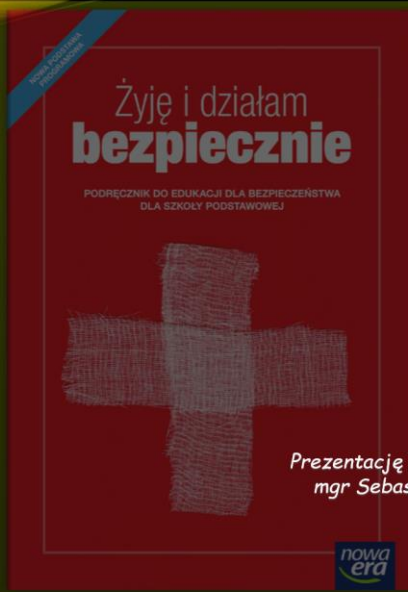


Pytanie kontrolne 2 z 2:

- 2) Wyjaśnij, dlaczego czas jest największym sprzymierzeńcem w walce o ludzkie życie.



Dziękuję za uwagę.
Życzę miłego dnia!



Prezentację przygotował:
mgr Sebastian Sowa

