



**Udzielanie
pierwszej
pomocy osobie
nieprzytomnej**

Utrata przytomności/ osoba nieprzytomna

- Brak oddechu – może / nie musi
- Brak krążenia – może / nie musi
- Brak reakcji na bodźce
- Sytuacja nagła, nie do przewidzenia
- Konieczność wezwania pomocy/ udzielenia pomocy
- Bezpieczeństwo na miejscu zdarzenia
- Bezpieczeństwo własne !

Utrata przytomności

Utrata przytomności to stan, w którym poszkodowany jest nieprzytomny, nie reaguje on na żadne bodźce zewnętrzne: nie odpowiada na zadane pytania, nie reaguje na delikatne potrząśnięcie za ramiona.

Jeśli utrata przytomności ma nagły początek, jest krótkotrwała (nie trwa dłużej niż 1-2 minuty) i samoistnie ustępuje, jest to omdlenie.

Samo omdlenie nie stanowi zagrożenia dla życia, gdyż nie dochodzi do zatrzymania czynności krążeniowo-oddechowych. Niebezpieczne mogą być jednak upadki podczas omdlenia i związane z tym urazy np. głowy (zranienie, wstrząśnienie mózgu).

OCENI I ZABEZPIECZ
MIEJSCE ZDARZENIA

OCENI STAN
ŚWIADOMOŚCI

JEŚLI NIE REAGUJE
WOŁAJ O POMOC

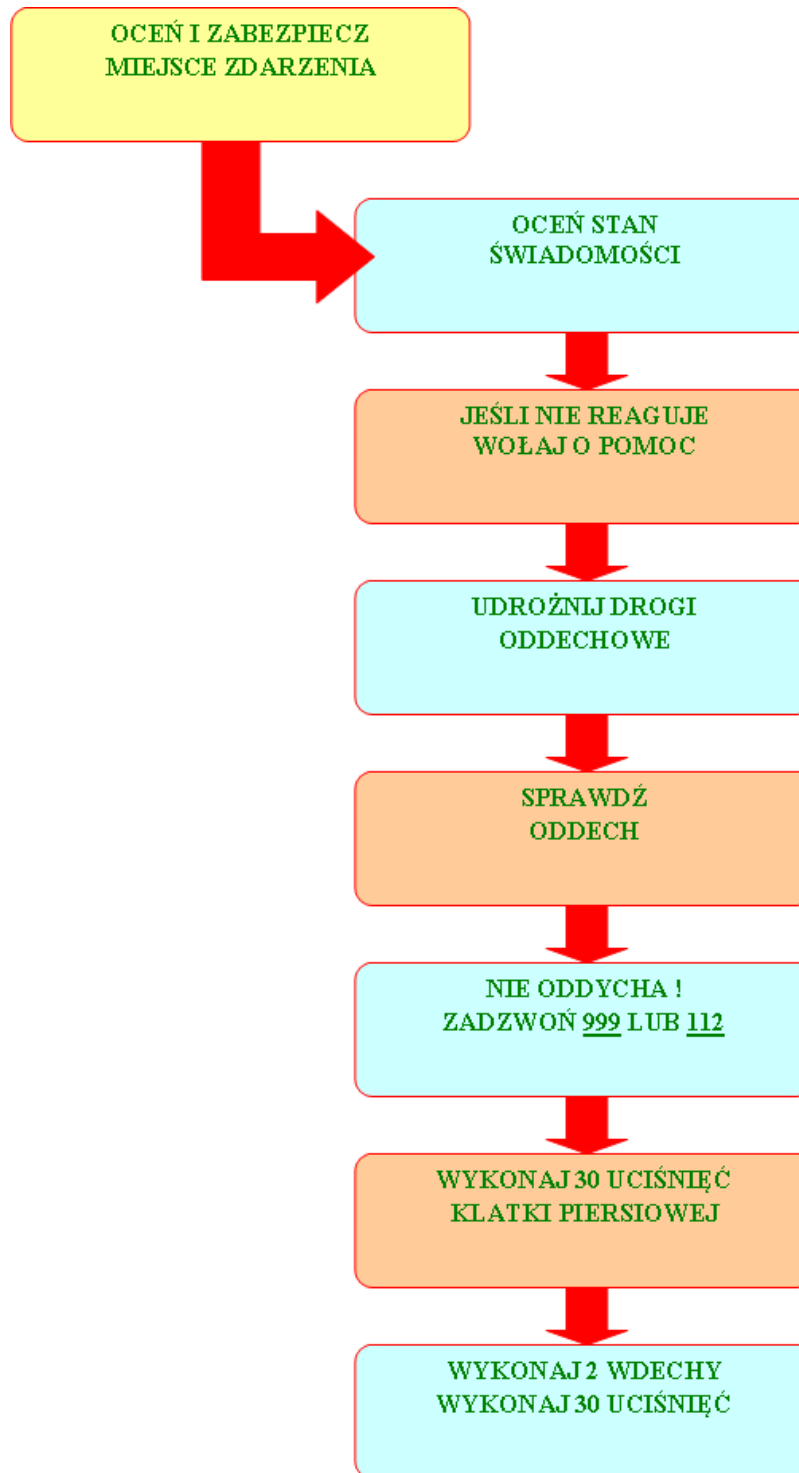
UDROŻNIJ DROGI
ODDECHOWE

SPRAWDŹ
ODDECH

NIE ODDYCHA !
ZADZWOŃ 999 LUB 112

WYKONAJ 30 UCIŚNIEŃ
KLATKI PIERSIOWEJ

WYKONAJ 2 WDECHY
WYKONAJ 30 UCIŚNIEŃ



Analiza filmu instruktażowego

https://www.youtube.com/watch?v=-yF_1BM3F8E

Jak postępować z osobą nieprzytomną ?

Masz obowiązek pomóc art.162 KK.

- Oceń bezpieczeństwo – rękawiczki jednorazowe, usunięcie zagrażających przedmiotów
- Udrożnij drogi oddechowe – sprawdź czy w jamie ustnej nie znajdują się ciała obce a następnie odchyl głowę lekko w tył

- Sprawdź oddech – min 10s. 3 zmysłami: wzrok na klatkę, słuch na świst powietrza, czucie oddechu na uchu/policzku
- Sprawdź reakcję na bodźce – jeżeli nie reaguje jest nieprzytomny!
- **NIE WOLNO NIEPRZYTOMNEGO POLEWAĆ WODĄ ANI BIĆ PO TWARZY !**

Omdlenie

Stan chwilowej utraty świadomości zwykle z powodu niedotlenienia. Nie jest to sytuacja zagrażająca życiu jednak niesie niebezpieczeństwo urazu podczas upadku.

- Objawy: zawroty głowy, szumy w uszach, mroczki przed oczami.
- Postępowanie: położyć na wznak, unieść nogi i/lub ręce, rozluźnić odzież.

- Po odzyskaniu przytomności należy rozmawiać i sprawdzać stan poszkodowanego.

Omdlenie w autobusie:

https://www.youtube.com/watch?v=C90sfih_pw

Badanie urazowe przy utracie przytomności

Szyja i głowa

Obojczyki i klatka piersiowa

Brzuch

Miednica i kości spojenia łonowego

Kończyny górne i dolne

Plecy

Schemat postępowania - przypomnienie

1. Sprawdź, czy miejsce zdarzenia jest bezpieczne. Jeśli osoba straciła przytomność np. w łazience i możesz podejrzewać zatrucie tlenkiem węgla, należy ją i wszystkich innych domowników szybko ewakuować z mieszkania.
2. Sprawdź przytomność. W tym celu zadaj proste pytanie i potrząśnij poszkodowanego delikatnie za ramiona. Brak reakcji? Poproś kogoś o pomoc, żeby pozostał przy tobie.

3. Udrożnij drogi oddechowe. W tym celu jedną rękę połóż na czole poszkodowanego, dwa palce drugiej ręki na brodzie i odchyl głowę do tyłu. Nawet, jeśli można by podejrzewać uraz kręgosłupa u poszkodowanego, musisz jego głowę odchylić do tyłu w celu umożliwienia oddechu.

4. Sprawdź obecność oddechu. Poświęć na to do 10 sekund (dla ułatwienia możesz liczyć do 10 na głos), zwróć uwagę na obecność szmeru powietrza wydobywającego się przez usta, spróbuj wyczuć powietrze na swoim policzku, obserwuj ruchy klatki piersiowej.

Pamiętaj, że nawet jeśli słyszysz jakieś dźwięki (np. charczenie) lecz klatka piersiowa się nie unosi, musisz rozpocząć resuscytację krążeniowo-oddechową.

5. Ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej, jeśli oddech jest prawidłowy (czyli min. 2 oddechy w ciągu 10 sekund, które spowodowały uniesienie klatki piersiowej).

6. Wezwij karetkę. Jeśli jesteś sam, zrób to natychmiast po ułożeniu poszkodowanego na boku. Jeśli masz kogoś do pomocy karetką powinna zostać wezwana niezwłocznie. Dowiedz się, jak wzywać pogotowie ratunkowe.

Pozycja boczna ustalona

W tej pozycji układamy osoby nieprzytomne, które oddychają i u których po badaniu urazowym nie podejrzewamy urazu kręgosłupa, miednicy lub złamań.

Prawidłowe ułożenie zapewni poszkodowanemu drożność dróg oddechowych, swobodne oddychanie i chroni przed zakrztuszeniem w przypadku wymiotów.

Aby zastosować to ułożenie wykonujemy kolejno następujące czynności:

- zdejmujemy okulary poszkodowanego, jeśli je posiada i usuwamy twarde przedmioty z jego kieszeni,
- klękamy przy poszkodowanym i upewniamy się, czy obie nogi są wyprostowane,

- bliższą rękę poszkodowanego układamy tak, by była skierowana ku górze,
- dalszą rękę poszkodowanego przykładamy do policzka grzbietową stroną dłoni,
- chwytamy za dalszą nogę nieprzytomnego, tuż powyżej kolana i podciągamy ją ku górze, nie odrywając stopy od podłoża tak, aby zgięła się w stawie kolanowym,
- stabilizując głowę poszkodowanego jedną ręką, drugą ciągniemy za kolano przekręcając poszkodowanego ku sobie na bok,
- nogę, za którą przetaczaliśmy poszkodowanego, układamy w ten sposób, aby zarówno w stawie kolanowym, jak i biodrowym była zgięta pod kątem prostym,

- głowę ratowanego układamy na ramieniu ręki bliższej i odchylamy ku tyłowi, aby drogi oddechowe były drożne,
- sprawdzamy oddech nieprzytomnego,
- przykrywamy folią termiczną i oczekujemy na przyjazd karetki pogotowia ,
- kontrolujemy oddech,
- jeżeli poszkodowany musi być ułożony w tej pozycji dłużej niż 30 min., to po tym czasie odwracamy go na drugi bok.

1.



2.



3.



4.



Wskazówki i uwagi

Oczekując na przybycie karetki należy regularnie kontrolować oddech poszkodowanego. Najlepiej ciągle, jednak nie rzadziej niż co 1 minutę.

Jeśli czas dotarcia pomocy specjalistycznej wydłużałby się, osobę nieprzytomną po 30 minutach powinno obrócić się na drugi bok.

W pozycji bezpiecznej powinni zostać ułożeni poszkodowani, u których nie podejrzewamy urazu kręgosłupa. Niestety Wytyczne Europejskiej Rady Resuscytacji, które dotyczą ratowania osób nieurazowych, nie wspominają ani słowem co zrobić, jeśli istnieje podejrzenie urazu kręgosłupa.

Nie ma znaczenia bok, na którym poszkodowany zostanie ułożony. Wyjątek stanowią kobiety w zaawansowanej (widocznej) ciąży. Te zawsze należy ułożyć na boku lewym.

Nawet, jeśli temperatura otoczenia nie jest ekstremalnie niska, poszkodowanego należy okryć, by nie dopuścić do wychłodzenia organizmu.

Ważne skróty i definicje

- Łańcuch przeżycia



- BLS

- AED



Co to jest AED?

To automatyczny defibrylator zewnętrzny; służy przywróceniu prawidłowej pracy serca u osoby w stanie nagłego zatrzymania krążenia. Urządzenie ocenia rytm serca i zaleci wyładowanie tylko wówczas, kiedy będzie ono miało okazję pomóc.

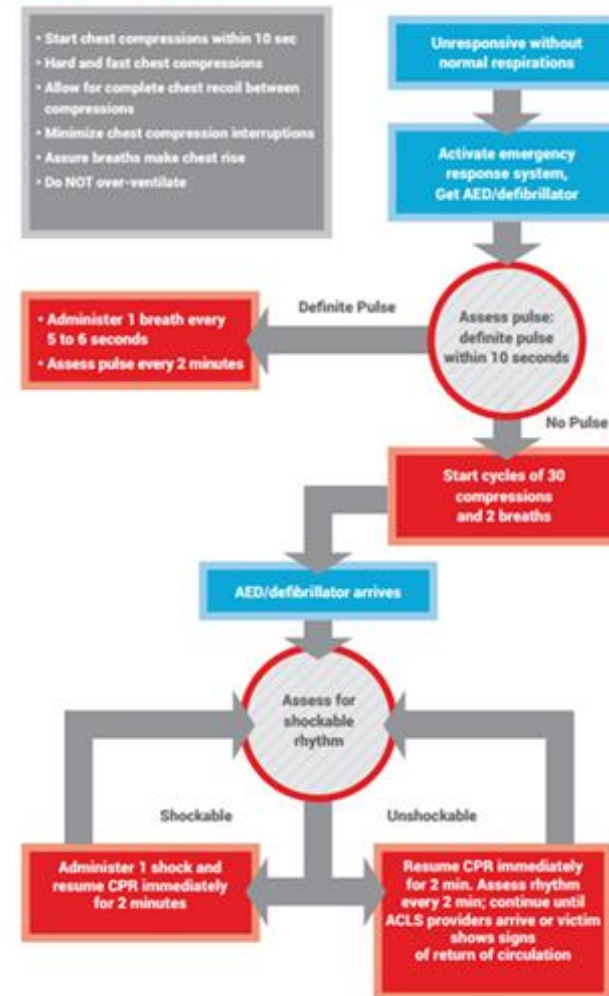
- **NZK** - to sytuacja, w której z jakiejś przyczyny serce przestało pracować. Wskutek tego w bardzo krótkim czasie dochodzi do utraty przytomności i prawidłowego oddechu.

BLS

Basic Life Support



ADULT BLS ALGORITHM



Algorytm BLS to nic innego jak instrukcja udzielania pierwszej pomocy „w pigułce”. Obejmuje kilka kroków, które należy wykonywać jeden po drugim w dokładnie takiej kolejności. To ważne nie tylko ze względu na prawidłowość postępowania, ale też dlatego, by robić je automatycznie bez zastanawiania się „co teraz?”.



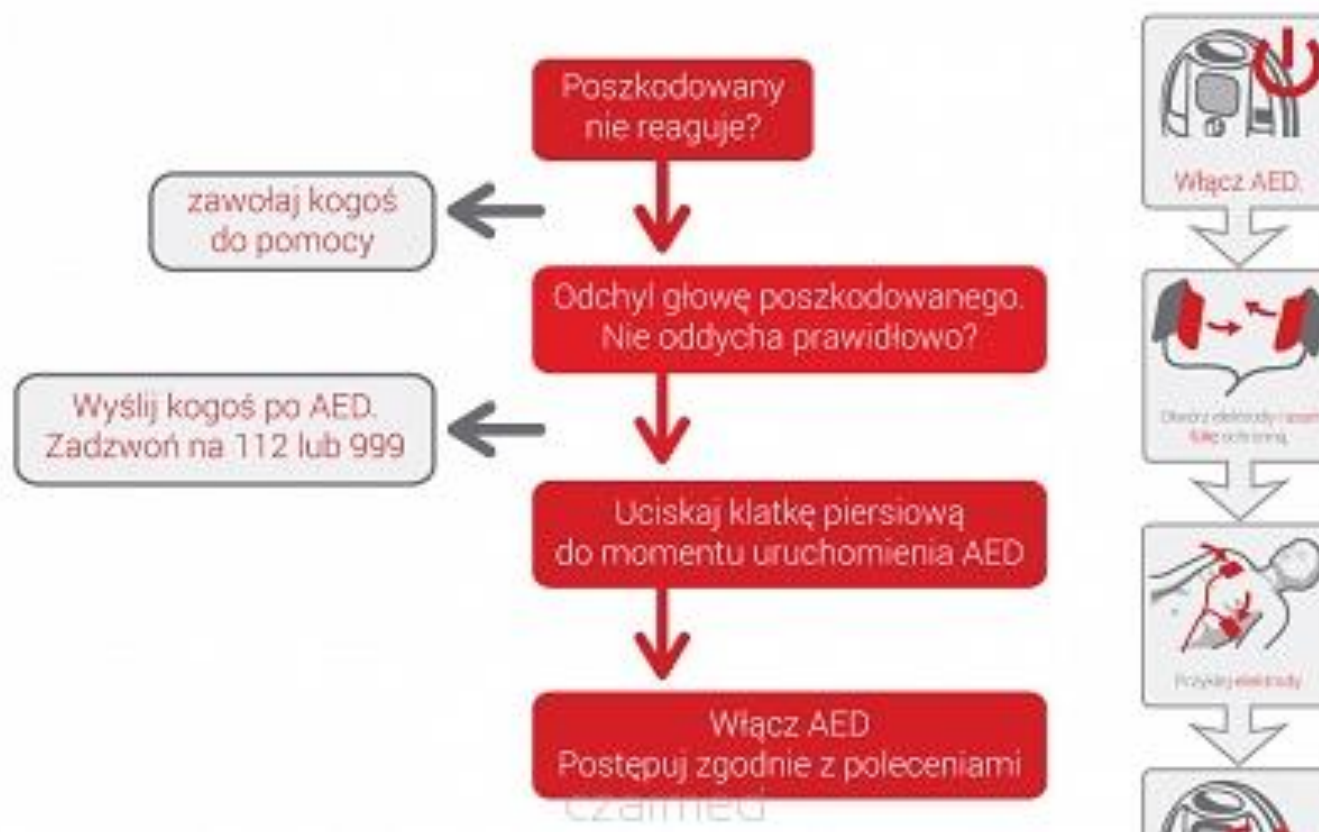


Defibrylator **AED**

Użyj w razie potrzeby!

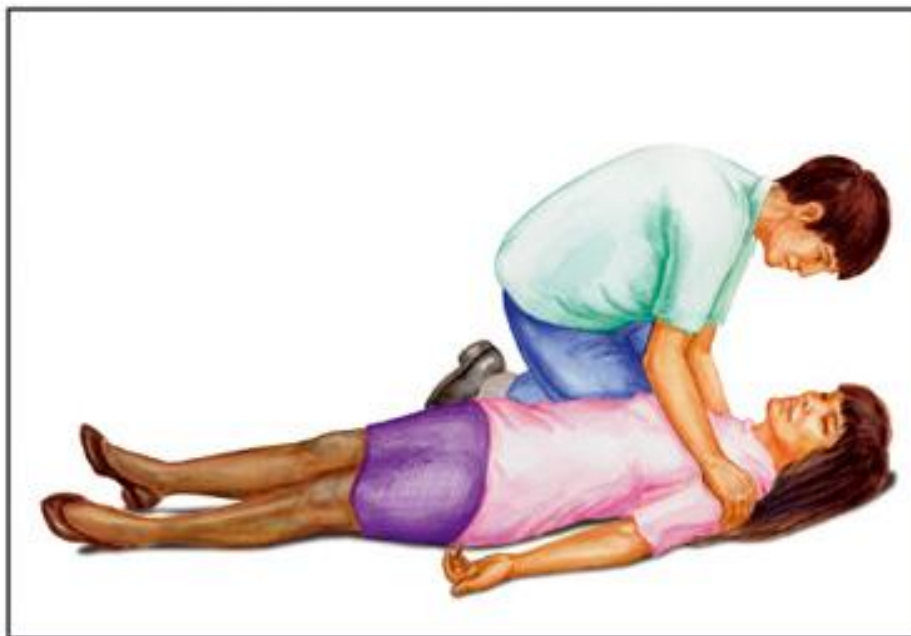
Jesteś świadkiem zasnęnięcia lub wypadku?

Podjmij następujące czynności!



ROZPOZNANIE NAGŁEGO ZATRZYMANIA KRAŻENIA

NAJWAŻNIEJSZE OBJAWY



Utrata przytomności:
poszkodowany nie reaguje na wołanie i potrząsanie



Zatrzymanie oddechu:

- brak ruchów oddechowych klatki piersiowej
- niesłyszalny i niewyczuwalny ruch powietrza w drogach oddechowych

Źródła:

<https://www.bing.com/images/search?q=rozpoznanie+nag%C5%82ego+zatrzymania+kr%C4%85%C5%BCenia+obrazy&qpvt=rozpoznanie+nag%C5%82ego+zatrzymania+kr%C4%85%C5%BCenia+obrazy&form=IGRE&first=1&tsc=ImageBasicHover>

<https://www.bing.com/search?q=algorytm+BLS+&form=ANNH01&refig=41ac79bcd51141869e46d04c0eb4250e>

<https://www.bing.com/images/search?q=Algorytm+BLS+U+Doroslych&form=RESTAB&first=1&tsc=ImageBasicHover>

<https://www.bing.com/search?q=NZK&form=ANNH01&refig=ea3359f2d7fe4e3a9cdf678fbd812349>