

Drawa Szkoleniowa 2009



Pierwsza Pomoc Przedmedyczna

Kurs podstawowy „w pigułce”

Autor: Arkadiusz KUŹMIŃSKI

Definicja Pierwszej Pomocy

Pierwsza Pomoc - Są to wszystkie podstawowe czynności podjęte dla ratowania zdrowia i/lub życia ludzkiego na miejscu wypadku przed przybyciem pogotowia ratunkowego i wykwalifikowanych służb ratunkowych.

Definicja Łańcucha Ratunkowego

Łańcuch ratunkowy – Jest to zespół czynności podejmowanych w odpowiedniej kolejności, w wyniku których poszkodowany ma największe szanse na przeżycie.

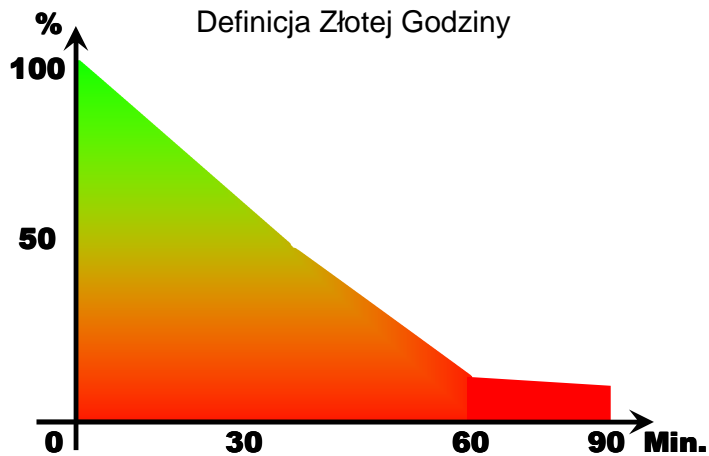
Pominięcie jakiegoś ogniw zrywa cały łańcuch.

Definicja Łańcucha Ratunkowego



Definicja Złotej Godziny

Złota Godzina – Jest to czas, w którym powinny zostać podjęte działania ratunkowe zarówno przez świadków zdarzenia jak i wyspecjalizowane służby ratunkowe. W ciągu tych 60 minut prawdopodobieństwo przeżycia spada najszybciej.



Wzywanie Pomocy

Aby wezwać kwalifikowaną pomoc należy wykręcić z telefonu komórkowego lub telefonu stacjonarnego odpowiedni numer służb ratunkowych:

W Polsce są to następujące numery:

Pogotowie Ratunkowe – 999

Straż Pożarna – 998

Policja – 997

Ogólny Numer Alarmowy - 112

Wzywanie Pomocy

Wezwanie pomocy powinno zawierać następujące elementy:

1. Adres miejsca zdarzenia.
2. Co się stało.
3. Ile jest osób poszkodowanych.
4. Jakie obrażenia mają osoby poszkodowane.
5. Jakie czynności zostały wykonane.
6. Imię i nazwisko osoby wzywającej pomocy oraz numer telefonu, z którego pomoc jest wzywana.

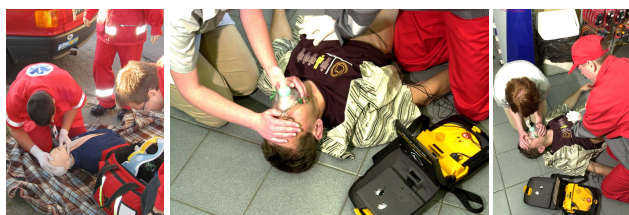


Wzywanie Pomocy

**NIGDY NIE ODKŁADAJMY
SŁUCHAWKI JAKO PIERWSI !!!**

Dyspozytor często chce zadać osobie, która wzywa pomoc dodatkowe pytania dotyczące zdarzenia, osób poszkodowanych lub udzielonej im pomocy przedmedycznej...

PODSTAWOWE CZYNNOŚCI RATUJĄCE ŻYCIE... (BLS)



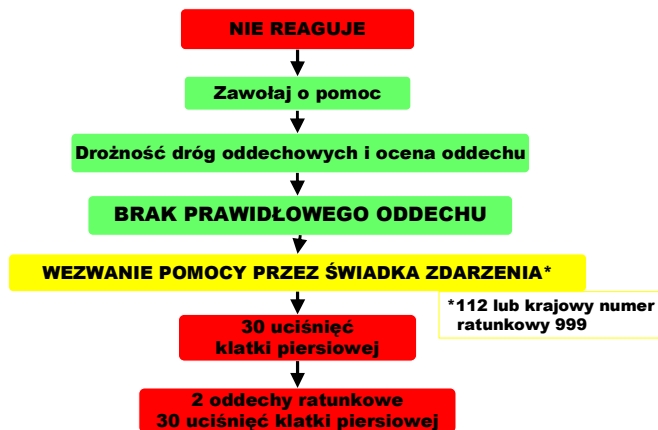
Definicja Osoby Nieprzytomnej

Osoba nieprzytomna – Jest to osoba z którą osoba ratująca nie można nawiązać logicznego kontaktu.

Algorytm: Osoba Nieprzytomna



Algorytm: Osoba nieprzytomna bez czynności życiowych



1. Oceń bezpieczeństwo na miejscu zdarzenia...



2. Oceń stan świadomości poszkodowanego...



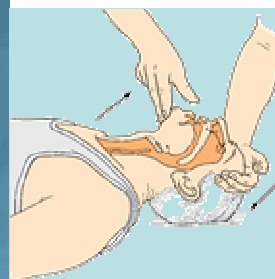
Sprawdzamy przytomność poprzez potrząśnięcie za ramię i głośne zapytanie:
„HALLO CZY MNIE SŁYSZYSZ...CZY COS SIĘ STAŁO...??”

3. Poproś kogoś o pomoc...

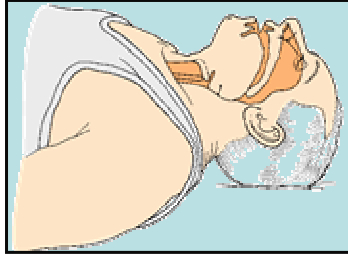
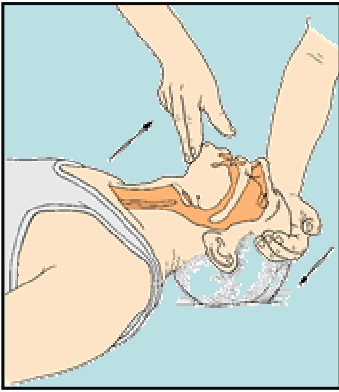


O pomoc zawsze poproś konkretną osobę!
(Zjawisko „Anonimowości tłumu”)

4. Udrożnij drogi oddechowe... Rękoczyn „czoło-żuchwa”



DROGI ODDECHOWE NIEDROŻNE I DROŻNE



5. Oceń oddech u poszkodowanego...



- Wzrokiem – ruchy klatki piersiowej i nadbrzusza
- Słuchem – szmer wydychanego powietrza
- Czuciem – ruch wydychanego powietrza
- Oceniać nie dłużej niż 10 sekund

6. Jeżeli poszkodowany nie oddycha prawidłowo wezwij pomoc...



...lub poproś o wezwanie pomocy świadka zdarzenia...

Telefony:
Pogotowie Ratunkowe: 999
Zintegrowany System
Ratownictwa: 112

Decyzję o rozpoczęciu resuscytacji krążeniowo- oddechowej (RKO) podejmuje się, gdy **poszkodowany nie reaguje i nie oddycha prawidłowo...**

W przypadku dorosłych **pomija się 2 początkowe oddechy ratunkowe...**

Przechodzimy do ucisków na klatkę piersiową 30 razy, natychmiast po potwierdzeniu Nagłego Zatrzymania Krążenia (NZK)

7. Rozpocznij uciskanie klatki piersiowej...



30 ucisków klatki piersiowej
Tempo ucisków 100/minutę

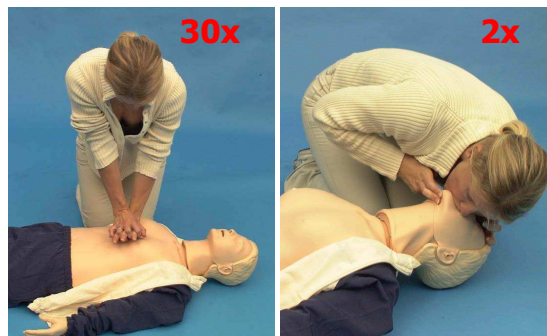


8. Wykonaj 2 wdechy...



Oddech powinien być wykonany w czasie 1 sekundy...
Należy podczas wdechów obserwować klatkę piersiową...

Stosunek ucisków klatki piersiowej do wdechów u osoby dorosłej wynosi 30:2



Resuscytację prowadzimy do:

1. Przejęcia jej przez kwalifikowany personel ratownictwa medycznego...
2. Momentu gdy ofiara daje oznaki życia...
3. Do wyczerpania ratownika...

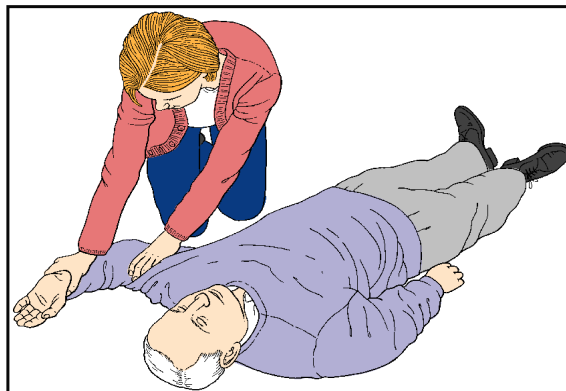
Wentylacja „usta-nos”

- Jeśli wentylacja „usta-usta” jest utrudniona...
- Jeśli występuje uraz ust...
- Podczas ratowania w wodzie...
- Resuscytacja prowadzona przez dziecko...
- Resuscytacja dziecka...

CPR tylko przy użyciu pośredniego masażu serca

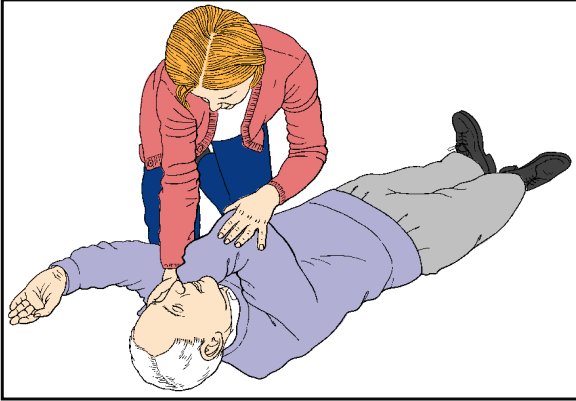
- Opory ratującego w stosunku do wentylacji...
- Jeśli to możliwe, łącznie z udrożnieniem dróg oddechowych...
- Pośredni masaż serca jest lepszy niż brak CPR...
- Odpowiedni dla ratownika instruowanego telefonicznie w trakcie CPR...

Pozycja Boczna Ustalona



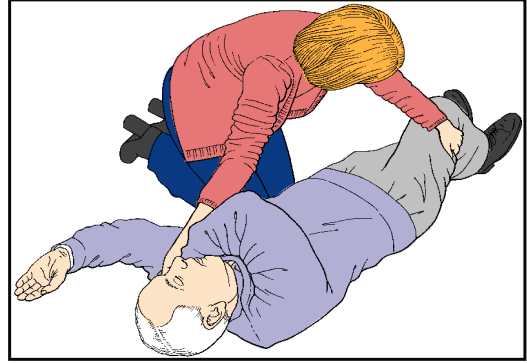
Układamy rękę poszkodowanego (bliższą nas) pod kątem 90°...

Pozycja Boczna Ustalona



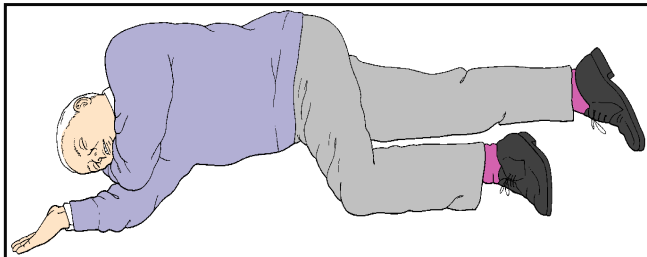
Dłoń drugiej ręki poszkodowanego splatamy z naszą dłońią przy jego policzku...

Pozycja Boczna Ustalona



Asekurowując głowę poszkodowanego pociągamy za jego kończynę dolną (dalszą) i przewracamy poszkodowanego na bok (w naszą stronę)...

Pozycja Boczna Ustalona



Poprawiamy ułożenie poszkodowanego...
Sprawdzamy jego oddech...
Dbamy o komfort termiczny...

Definicja Omdlenia

Omdlenie - To krótkotrwała utrata przytomności zazwyczaj poprzedzona wrażeniem zawrotu głowy lub oszołomienia. Może mu towarzyszyć błądliwość skóry, nagłe odczucie zimna lub wystąpienie zimnego potu na całym ciele. Omdlenie jest zwykle skutkiem nagłego spadku ciśnienia krwi, np. wskutek szoku emocjonalnego lub może być wywołane nienormalnie obniżonym poziomem cukru we krwi.

Definicja Omdlenia

Postępowanie jest podobne do tego z osobą nieprzytomną... Jednak zamiast układać poszkodowanego w PBU najpierw należy na 3-5 minut ułożyć go w **pozycji przeciwwstrząsowej** (autoprzetoczeniowej)



Zawał Mięśnia Sercowego

Zawał Mięśnia Sercowego – Jest to stan ostrego niedotlenienia komórek mięśnia sercowego. Może wystąpić u osób, u których wystąpił już epizod choroby wieńcowej ale również występuje u osób które wcześniej takiego epizodu nie miały.

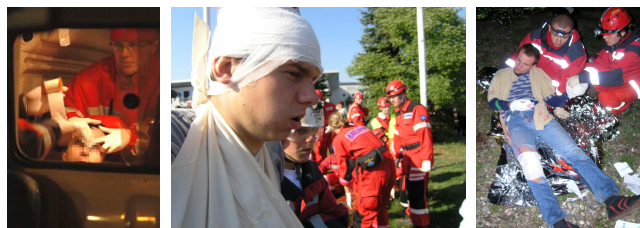
Przyczyną jest głównie stres, nadmierny wysiłek fizyczny, wiek, schorzenia układu krążenia...

Zawał Mięśnia Sercowego

Objawy zawału mięśnia sercowego są bardzo charakterystyczne. Ból zamostkowy, promieniujący do lewej kończyny górnej, poszkodowany ma trudności w oddychaniu, charakterystycznie trzyma się za klatkę piersiową, paniczny lęk przed śmiercią...



PODSTAWOWE CZYNNOŚCI RATUJĄCE ŻYCIE PRZY URAZACH... (BTLS)



Definicja Rany

Rana - Jest to uszkodzenie ciągłości skóry, a często również głębszych tkanek na skutek urazu.

Rozróżniamy następujące rodzaje ran:

- **Tłuczone**
- **Kłute**
- **Cięte**
- **Szarpane**
- **Kąsana/Gryziona**
- **Rąbana**
- **Postrzałowa (Przeszywająca)**
- **Z ciałem obcym**

Rodzaje Ran - zdjęcia



Rana tłuczona

Rodzaje Ran - zdjęcia



Rana z ciałem obcym



Rodzaje Ran - zdjęcia



Rana szarpana



Rana cięta

Rodzaje Ran - zdjęcia



Otarcia naskórka



Rana kłusana

Definicja Krwotoku

Krwotok – Jest to gwałtowna utrata krwi z naczynia krwionośnego na skutek urazu lub choroby...
Nagłe krwotoki, pociągające za sobą tak szybką utratę krwi, że mogą doprowadzić do wstrząsu krwotocznego, a nawet śmierci..

Krwotoki mogą być:

Zewnętrzne – Krew wydostaje się na zewnątrz organizmu...

Wewnętrzne – Krew nie znajduje ujścia poza organizm i wylewa się do jam ciała

Definicja Krwotoku

Krwotok – Jest to gwałtowna utrata krwi z naczynia krwionośnego na skutek urazu lub choroby...

Nagłe krwotoki, pociągające za sobą tak szybką utratę krwi, że mogą doprowadzić do wstrząsu krwotocznego, a nawet śmierci..

Krwotoki mogą być też:

Żyłne – Krew, która wydostaje się z uszkodzonej żyły wypływa pod małym ciśnieniem, jest ciemnobrunatna...

Tętnicze – Krew wypływa z uszkodzonej tętnicy pod sporym ciśnieniem (może tryskać), jest jasno czerwona...

Definicja Złamania

Złamanie – Jest to przerwanie ciągłości tkanki kostnej spowodowane urazem lub chorobami...

Złamanie może wiązać się również z przerwaniem ciągłości innych tkanek

(np: nerwowej, skórnej) lub naczyń krwionośnych...

Rozróżniamy złamania:

- Zamknięte

- Otwarte

Rodzaje Złamań - zdjęcia



Złamanie otwarte



Złamanie zamknięte

Definicja Oparzeń

Oparzenie – Jest to działanie czynnika termicznego (wysokiej temperatury) na tkanki...

Rozróżniamy 3 stopnie oparzeń:

Definicja Oparzeń

Oparzenie 1 stopnia – Dochodzi do zaczerwienienia tkanki skórnej. Jest niewielki piekący ból...



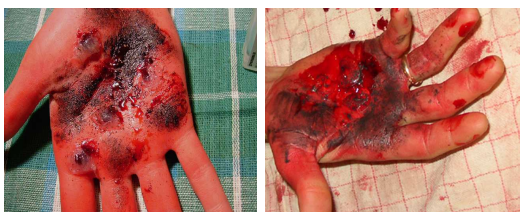
Definicja Oparzeń

Oparzenie 2 stopnia – Dochodzi do zaczerwienienia tkanki skórnej z dodatkowo pojawiającymi się pęcherzami wypełnionymi płynem surowiczym... Występuje silny ból...



Definicja Oparzeń

Oparzenie 3 stopnia – Dochodzi do zaczerwienienia tkanki skórnej z dodatkowo pojawiającymi się pęcherzami wypełnionymi płynem surowiczym, a pod wpływem bezpośredniego działania otwartego ognia i bardzo wysokiej temperatury dochodzi również do zwęglenia tkanek... Ból jest niewielki lub jest brak bólu...



Definicja Odmrożenia

Odmrożenie – Jest uszkodzeniem skóry, powstającym w wyniku działania na nią niskiej temperatury. Ciężkość i rozległość uszkodzenia skóry zależą od temperatury otoczenia oraz czasu, w jakim skóra była poddana działaniu niskiej temperatury. Wiatr i duża wilgotność powietrza nasilają skutki działania mrozu. Miejsca szczególnie narażone na odmrożenie to: nos, uszy, policzki oraz palce rąk i stóp.

Definicja Odmrożenia

Ciężkość odmrożenia, podobnie jak oparzenia, określa się w stopniach.

Odmrożenie I stopnia - Charakteryzuje się przejściowymi zaburzeniami w krążeniu krwi w skórze, bólem, często silnym, blednością lub sinoczerwonym zabarwieniem skóry, obrzękiem, pieczeniem i świądem skóry.

II stopień odmrożenia - To pojawiające się na skórze pęcherze z płynem surowiczym.

III stopień – Jest już martwica powierzchowna skóry, może występować martwica głęboka, której ulegają np. palce, uszy lub nos. W takim przypadku może dojść do samostnej amputacji odmrożonej części ciała.

WAŻNA INFORMACJA...

Dostarczony materiał szkoleniowy może służyć **tylko i wyłącznie** osobie, która go otrzymała.

Powielanie, publikowanie lub rozpowszechnianie powyższego materiału szkoleniowego w każdy inny sposób **jest niedozwolone**.

Materiał ma posłużyć do powtórzenia zagadnień z kursu podstawowego pierwszej pomocy przedmedycznej Stowarzyszenia Na Rzecz Ratownictwa „ADIUTARE”.

Autor prezentacji: Arkadiusz Kuźmiński: arkadiusz.kuzminski@wp.pl

Szkolenie II stopnia Stowarzyszenia Na Rzecz Ratownictwa „ADIUTARE”

Szymbark 14-16 marca 2008 roku