

SZKOLENIE PODSTAWOWE



Pierwsza pomoc - definicja ogólna

Ogół czynności wykonywanych przez świadków zdarzenia przed przybyciem fachowej pomocy (ratownictwo medyczne, jednostki ratowniczo - gaśnicze).

Zadania do realizacji przez świadka zdarzenia:

- wezwanie fachowej pomocy pod ogólnopolskimi i bezpłatnymi numerami
- zabezpieczenie poszkodowanego do czasu jej przybycia



motywacja do udzielania pomocy

- Świadek zdarzenia – najlepszy ratownik
- Jesteś najważniejszym ogniwem w łańcuchu ratunkowym



- Masz szansę podjąć działania, które całkowicie zniosą stan zagrożenia zdrowia lub życia
- Każdy z nas kiedyś sam może potrzebować pomocy



PO PIERWSZE BEZPIECZEŃSTWO RATOWNIKA



PO DRUGIE

BEZPIECZEŃSTWO POSZKODOWANEGO

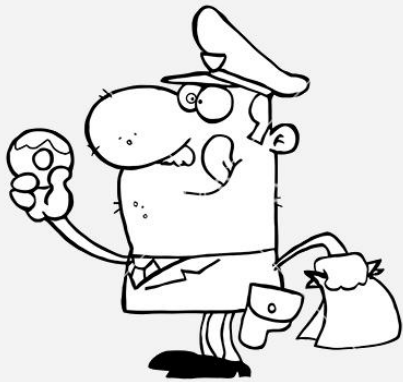


W TYCH SYTUACJACH DZWOŃ PO POMOC

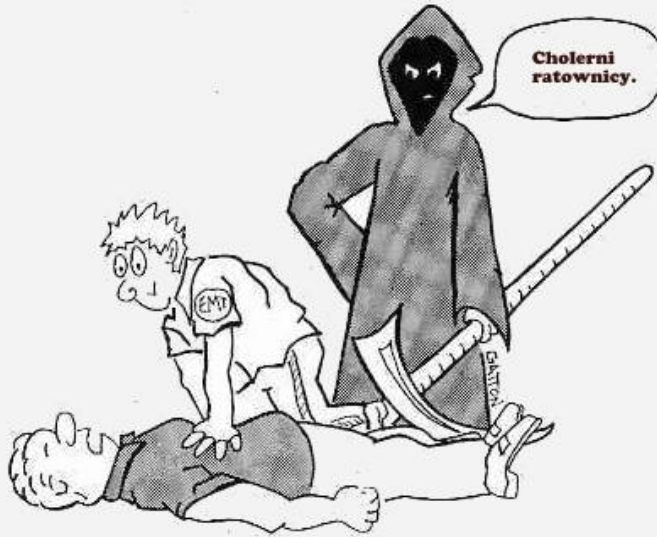
- Zaburzenia oddychania
- Zaburzenia w pracy krążenia i serca
- Zaburzenia neurologiczne
- Zatrzymanie pracy serca
- Urazy
- Zatrucia
- Podtopienia, porażenia prądem i inne zagrożenia środowiskowe
- Szkodliwe działania ciepła oraz zimna
- Poród
- Zaostrzenia niektórych chorób przewlekłych
- Bardzo silne bóle brzucha, wymioty krwią, krwawienia z naturalnych otworów ciała



NUMERY ALARMOWE



997



999



998

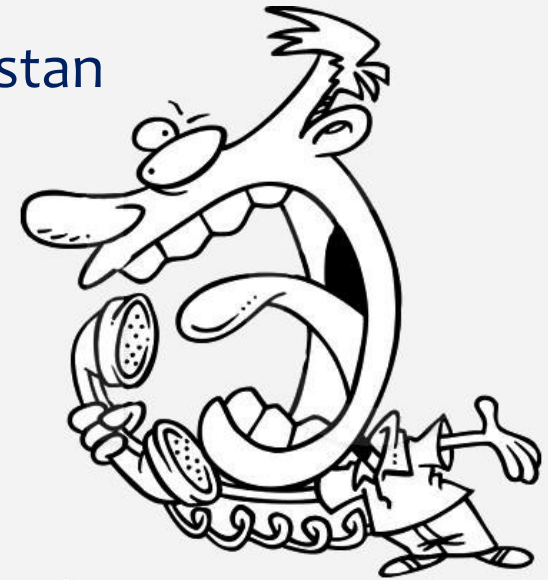
112



PRZEKAZANIE INFORMACJI

- Opanuj emocje
- Dokładnie określ miejsce zdarzenia
- Opisz co się stało, czy istnieją zagrożenia, stan poszkodowanego
- Podaj liczbę osób poszkodowanych

- Słuchaj poleceń i pytań dyspozytora
- Odpowiadaj dokładnie na pytania
- Nigdy nie rozłączaj się pierwszy



KONTROLA PODSTAWOWYCH FUNKCJI ŻYCIOWYCH

ocena stanu
świadomości

ocena oddechu

ocena krążenia



NAGŁE

ZACHOROWANIA



- zawał
- padaczka (epilepsja)
- cukrzyca





OCENIĆ BEZPIECZEŃSTWO!



ZAWAŁ

ROZPOZNIANIE

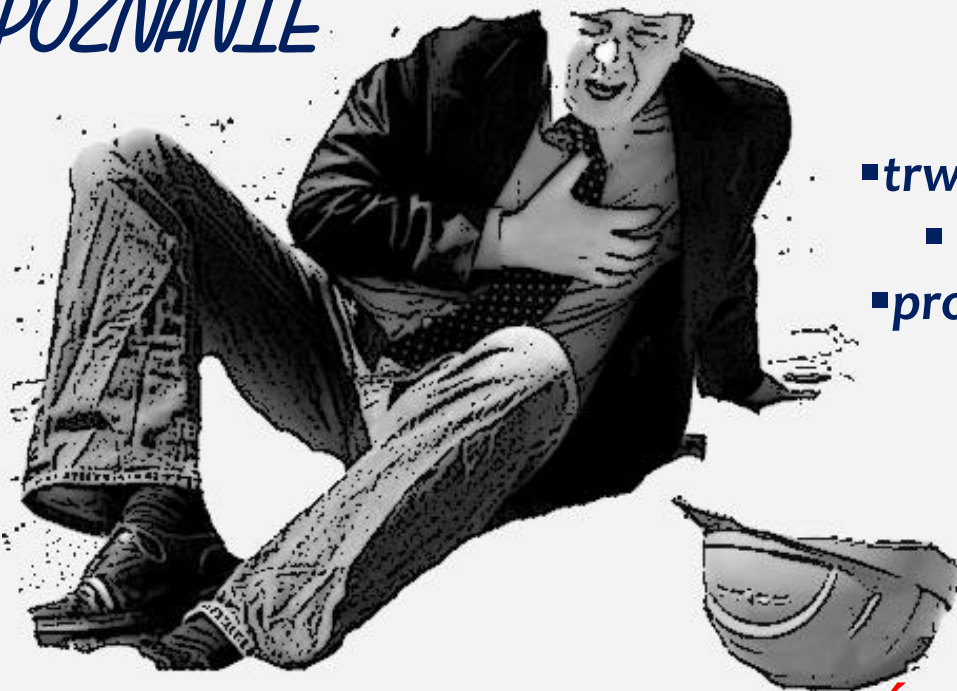
**Błado-szara, spocona,
zimna skóra**

BÓL W KLATCE

- **piekący**
- **trwający powyżej 15 minut**
- **nie reagujący na leki**
- **promieniujący do pleców, ramienia, żuchwy**

Uczucie zimna

**Duszność
Nudności**



LĘK

**Często NAGŁE
ZATRZYMANIE KRAŻENIA
i zgon**

**BEZBÓLOWY przebieg u
osób chorych na cukrzycę!**



ZAWAŁ

INTERWENCJA

Bądź przygotowany na
POGORSZENIE SIĘ STANU
poszkodowanego

Ostrożnie posadź
poszkodowanego na
ziemi



Zapewnij dostęp
świeżego powietrza

Wyklucz wszelkie
działania związane z
WYSIŁKIEM FIZYCZNYM
poszkodowanego

Rozepnij kołnierzyk,
poluzuj krawat,
odsuń gapiów

ZADZWOŃ PO POMOC



PADACZKA

ROZPOZNANIE

Zaburzenia świadomości
często **UTRATA
PRZYTOMNOŚCI**



**Ślinotok,
często z krwią w
przypadku przygryzienia
języka**

Szczękościsk

Krzyk, jęk

**Drgawki
niekiedy całego
ciała**

**Często mimowolne
oddanie moczu, stolca**



PADACZKA

INTERWENCJA

**ASEKURUJ RĘKOMA
GŁOWĘ PRZED URAZAMI**

Kontroluj czas

**Odsuń niebezpieczne
przedmioty**

**Poluzuj krawat, rozepnij
kołnierzyk, odsuń gapiów**



**NIE WKŁADAJ
niczego do ust!**

**Przekręć poszkodowanego
na bok
Zapewnij opiekę po napadzie**



Jeżeli:

- **PIERWSZY ATAK**
- **NIE MA OPIEKUNA**
- **ATAK POWYŻEJ 5 minut**
- **SERIA ATAKÓW**
- **URAZ GŁOWY NA SKUTEK ATAKU**



CUKRZYCA

ROZPOZNANIE



SENNOŚĆ



DRŻENIE RĄK



BÓL I ZAWROTY
GŁOWY



GLÓD



POCENIE



BLADOŚĆ

HIPOGLIKEMIA



CUKRZYCA

ROZPOZNANIE



HIPERGLIKEMIA



CUKRZYCA

INTERWENCJA

Poszkodowany przytomny –
szybko podaj coś słodkiego
do picia



BRAK MOŻLIWOŚCI
oznaczenia poziomu
cukru – zawsze działamy
przeciw HIPOGLIKEMII

- Kontroluj funkcje życiowe
- Zapewnij komfort termiczny

POSZKODOWANY
NIEPRZYTOMNY – pozycja
bezpieczna

Bądź przygotowany na
POGORSZENIE SIĘ STANU
poszkodowanego



OMDLENIE

Zapewnij dostęp świeżego powietrza

Ułóż poszkodowanego na plecach

Kobietę w ciąży ułóż na LEWYM boku



Unieś kończyny

Jeśli po minucie przytomność nie wraca – dzwoń po pomoc. Zastosuj algorytm jak u osoby NIEPRZYTOMNEJ

Poluzuj krawat, rozepnij kołnierzyk, odsuń gapiów



UTRATA PRZYTOMNOŚCI

**BRAK REAKCJI NA BODŹCE
ZEWNĘTRZNE**

BEZPIECZEŃSTWO WŁASNE

**ZAPEWNIENIE SOBIE
POMOCY**

OCENA ODDECHU – NIEPRAWIDŁOWY = RKO

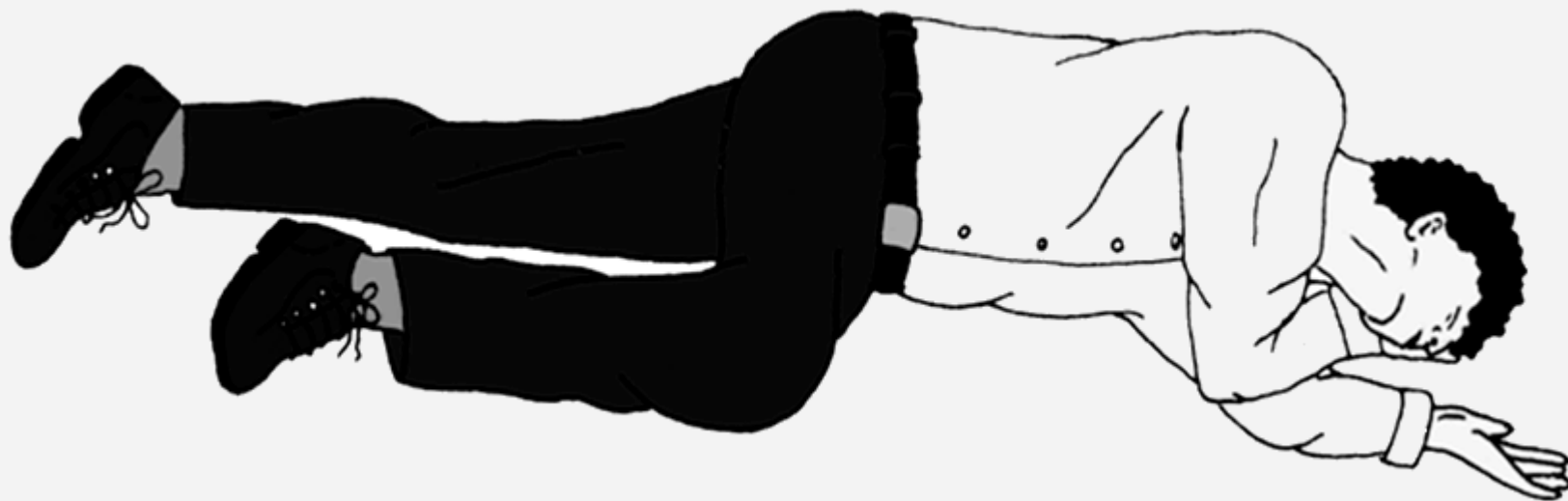


**PO WYKLUCZENIU
URAZÓW
UŁOŻENIE W
POZYCJI BEZPIECZNEJ**

**PRIORYTET – ANALIZA PRZYCZYNY!
CZY COKOLWIEK SUGERUJE OGÓLNY LUB
MIEJSCOWY URAZ?**



POZYCJA



BEZPIECZNA



Ułóż poszkodowanego na plecach



obróć poszkodowanego **na bok**

Ręką bliższą głowy
trzymaj dłoń przy
policzku



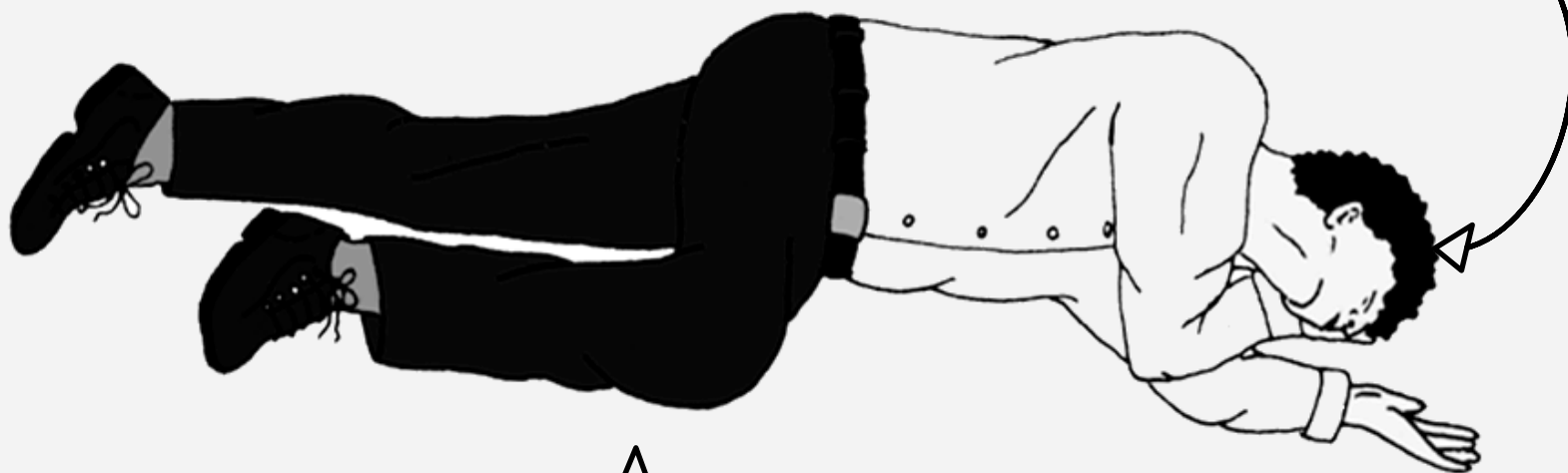
Drugą ręką naciśnij
na nogę zgiętą w
kolanie



obróć poszkodowanego na bok

Udrożnij drogi
oddechowe

Ustabilizuj pozycję



SYMULACJA

ZDARZENIA

