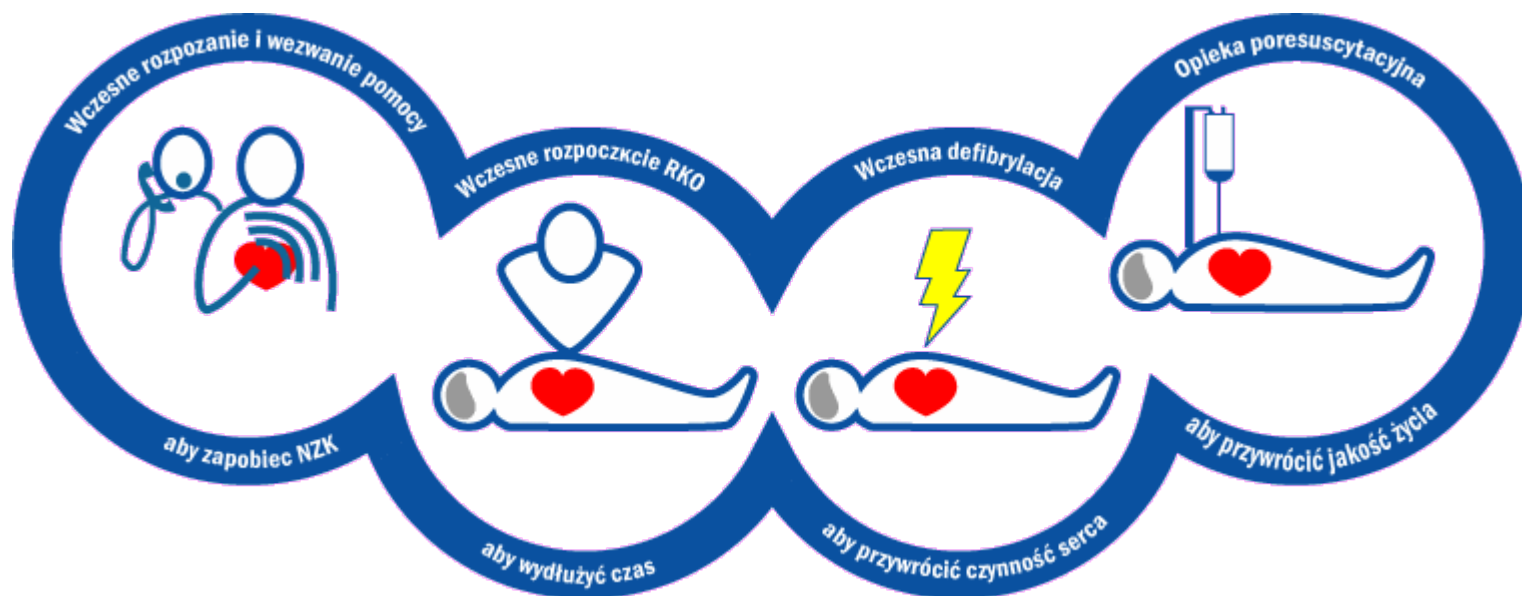


Zarys podstawowych zabiegów resuscytacyjnych (BLS)



Opr. **ANNA KSIĄŻEK**
RATOWNIK MEDYCZNY
www.paramedyk24.pl

PODSTAWY PRAWNE

Ustawa o PRM art. 4.

Kto zauważy osobę lub osoby znajdujące się w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego lub jest świadkiem zdarzenia powodującego taki stan, w miarę posiadanych możliwości i umiejętności, ma obowiązek niezwłocznego podjęcia działań zmierzających do skutecznego powiadomienia o tym zdarzeniu podmiotów ustawowo powołanych do niesienia pomocy osobom w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego.

art. 5.

Osoba udzielająca pierwszej pomocy, korzysta z ochrony przewidzianej dla funkcjonariuszy publicznych.

Kodeks Karny art. 162

Kto człowiekowi znajdującemu się w położeniu grożącym bezpośrednim niebezpieczeństwem utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu nie udziela pomocy, mogąc jej udzielić bez narażenia siebie lub innej osoby na niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, **podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.**

ŁAŃCUCH PRZEŻYCIA



4 MINUTY !!!

MAX. czas od nagłego zatrzymania krążenia (NZK) do rozpoczęcia resuscytacji krążeniowo- oddechowej (RKO)



• Wczesne rozpoznanie i wezwanie pomocy

- **WŁASNE BEZPIECZEŃSTWO**
NAJWAŻNIEJSZE !!!

1. Zabezpieczenie miejsca
wypadku

2. Sprawdzenie stanu
poszkodowanego

3. Wezwanie pomocy
odpowiednich służb

1.ZABEZPIECZENIE MIEJSCA WYPADKU

JAK???

1. Zatrzymanie ruchu + oznaczenie miejsca zdarzenia
np. światła postojowe, awaryjne, światło chemiczne
2. Trójkąt ostrzegawczy+ kamizelka odblaskowa
3. Zapewnienie sobie pomocy innych osób
4. Wyłączenie silnika w uszkodzonym pojeździe+ zaciągnięcie hamulca ręcznego

Sprawdzenie stanu poszkodowanego

WIDZĘ jak unosi się klatka piersiowa poszkodowanego, **SŁYSZĘ** jego oddech i **CZUJĘ** go na swoim policzku...

1. Ocena świadomości

Czy poszkodowany reaguje/nie reaguje?

2. Badanie AB

A- (airways)- udroźnij drogi oddechowe

B- (breath)- sprawdź czy oddycha

3. Gdy poszkodowany jest przytomny, zbierz informacje

Co się stało?

Wezwanie pomocy

Pomoc należy wezwać po ocenie stanu poszkodowanego, ale przed rozpoczęciem udzielania pomocy /prowadzenia RKO/

112



Policja **997**

Straż pożarna **998**

Pogotowie ratunkowe **999**

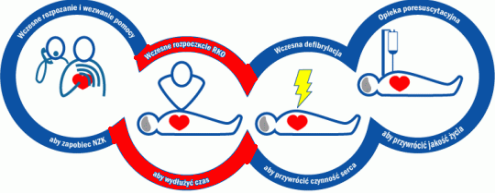
GOPR /TOPR **601 100 300**

WOPR **601 100 100**

INFORMACJE DLA DYSPOZYTORA

- 1. Gdzie jestem/adres?*
- 2. Co się stało?*
- 3. Stan osoby/osób poszkodowanych*
- 4. Swoje imię i nazwisko/nr telefonu*

NIGDY PIERWSZY NIE ODKŁADAJ SŁUCHAWKI !!!



WCZESNE ROZPOCZĘCIE UDZIELANIA POMOCY/RESUSCYTACJI

REAGUJE ——— **TAK** ———

ZAPYTAJ
CO SIĘ
STAŁO?

NIE

ZAWOŁAJ O POMOC

UDROŹNIJ DROGI ODDECHOWE → SPRAWDŹ ODDECH PRZEZ 10 sek (MIN.2 PRAWIDŁOWE ODDECHY

BRAK PRAWIDŁOWEGO
ODDECHU

ZADZWOŃ POD 999 LUB 112

30 UCIŚNIĘĆ KL.PIERSIOWEJ
(tempo **100-120/min**)
2 ODDECHY RATOWNICZE

ODDECH PRAWIDŁOWY **12-20/min**

UŁÓŹ W **POZYCJI BEZPIECZNEJ**

ZADZWOŃ POD 999 LUB 112
REGULARNIE SPRAWDZAJ
ODDECH

RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO- ODDECHOWA U DZIECI:

1. U NIEMOWLAKA- **DWOMA PALCAMI**
- 2 U DZIECI W WIEKU PRZEDSZKOLNYM- **JEDNĄ RĘKĄ**
- 3 U DZIECI STARSZYCH W ZALEŻNOŚCI OD BUDOWY CIAŁA- **JEDNA/ DWIE RĘCE**

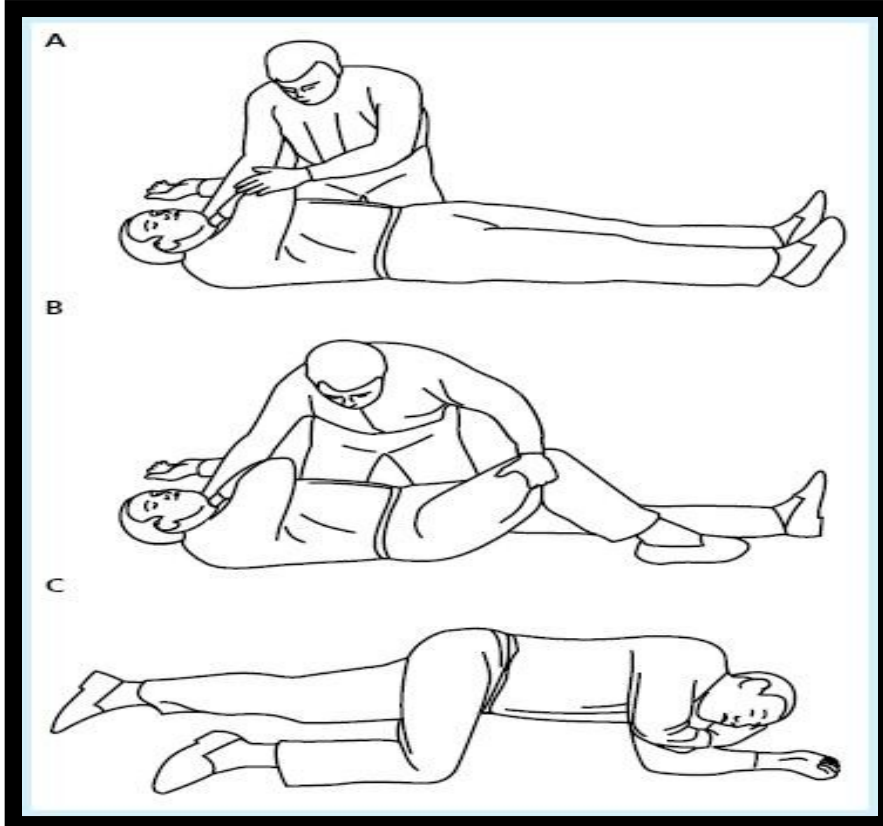
5 ODDECHÓW RATOWNICZYCH



30:2 (tempo < 100/min.)

POZYCJA BEZPIECZNA

- pomaga w utrzymaniu drożności dróg oddechowych
- chroni przed potencjalnym zachłyśnięciem/ zakrztuszeniem płynami ustrojowymi

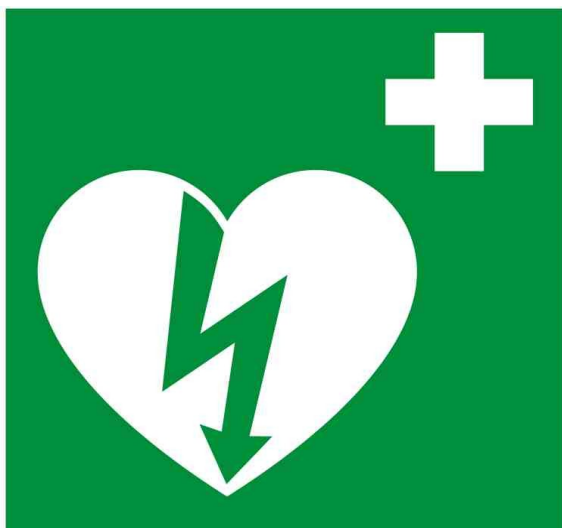


WAŻNE !

- Regularnie oceniał oddech
- Zmieniaj pozycję co **30 min.**
- Kobietę w widocznej ciąży układaj **TYLKO** na **LEWYM** boku!



Wczesna defibrylacja Automatycznym Defibrylatorem Zewnętrznym (AED)



- AED** znajdują się m.in.:
- na stacjach metra, na lotnisku
 - w centrach handlowych
 - W kinach, muzeach
 - na basenach

POSTĘPOWANIE:

1. Po otrzymaniu AED przerwij RKO
2. Włącz AED
3. Postępuj zgodnie z poleceniem głosowym AED



LITERATURA:

- Ustawa o Państwowym Ratownictwie Medycznym z 8 września 2006 r.
- Wytyczne Resuscytacji 2010 dostępne na:
www.prc.krakow.pl

ZARYS

POSTĘPOWANIA W STANACH NAGŁYCH

- Omdlenie
- Padaczka
- Udar
- Zawał
- WSTRZAŚ -
 - hipowolemiczny
 - anafilaktyczny

OMDLENIE

Chwilowa utrata przytomności spowodowana zmniejszeniem przepływu krwi przez mózg/niedotlenienia

„OBJAWY”:

- po długim staniu w zatłoczonym, dusznym, niewietrzonym pomieszczeniu
- mogą pojawić się mroczki przed oczami, zawroty głowy, uderzenia gorąca

PIERWSZA POMOC:

- pozycja autoprzetoczeniowa/4 kończyny do góry
- dostęp świeżego powietrza,
- rozpiąć krawat, kołnierzyk, szal, itp..



PADACZKA

mimowolne skurcze mięśni (drgawki), spowodowane nieprawidłowymi wyładowaniami neuronów

PRZYCZYNY:

- uraz, zmiany emocjonalne, temperatura, światło, leki, alkohol, choroba

OBJAWY:

- drgawki, napięcie ciała, sztywność, oddanie moczu
- utrata przytomności
- wiotkość, senność, splątanie po napadzie

PIERWSZA POMOC:

- chronić głowę poszkodowanego
- jeżeli to możliwe ułożyć w pozycji bezpiecznej
- poczekać, aż drgawki ustąpią, wezwać pogotowie

NIE WOLNO- hamować drgawek, wkładać przedmiotów do ust !!!

UDAR

- nagle przerwanie dopływu krwi do mózgu (udar niedokrwienny) 90%
- nagle pojawiające się krwawienie w mózgu (udar krwotoczny)

OBJAWY

- niedowładny, zab. widzenia, zab. mowy, zab. czucia
- opadający kącik ust,
- dezorientacja, może dojść do utraty świadomości

PIERWSZA POMOC:

- w zależności od stanu poszkodowanego: udrożnienie dróg oddechowych, pozycja bezpieczna
- jak najszybciej wezwać pogotowie!!!

ZAWAŁ

martwica mięśnia sercowego spowodowana jego niedokrwieniem

OBJAWY:

- piekący, dławiący, rozpierający, promieniujący do żuchwy, lewej kończyny górnej (lub obu) utrzymujący się powyżej 20 min.
- duszność, bladość, lepki, zimny pot
- przyspieszony oddech
- uczucie strachu, lęku

PIERWSZA POMOC

-POGOTOWIE!

- uspokoić poszkodowanego
- ułożenie w pozycji półsiedzącej (przytomny)
lub w pozycji bocznej (nieprzytomny)



WSTRZAŚ

HIPOWOLEMICZNY

znaczna utrata płynów/krwi

OBJAWY:

- niepokój, zaburzenia świadomości
- blada, spocona skóra
- przyspieszony oddech

PIERWSZA POMOC:

- zatamować krwotok
- pozycja przeciwstrząsowa
- ochrona przed wychłodzeniem

ANAFILAKTYCZNY

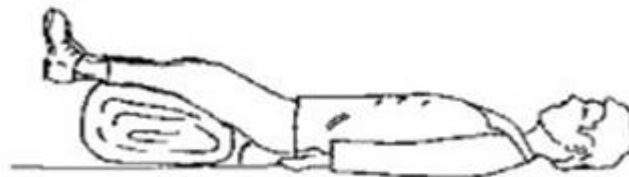
reakcja alergiczna całego organizmu

OBJAWY:

- zaczerwienie skóry, świąd, wysypka
- obrzęki, duszność
- przyspieszony oddech

PIERWSZA POMOC:

- przerwać kontakt z alergenem
- pozycja przeciwwstrząsowa



ZARYS POSTĘPOWANIA PRZY URAZACH

- Zwichnięcia/złamania
- Krwawienie/krwotok
- Oparzenia
- Odmrożenia
- Uraz głowy /kręgosłupa
- Uraz jamy brzusznej
- Ciało obce w ranie

Opr. **Anna Książek**
RATOWNIK MEDYCZNY
www.paramedyk24.pl

SKRĘCENIE-

przekroczenie fizjologicznego zakresu ruchu w stawie.

ZWICHNIĘCIE-

chwilowa bądź trwała utrata kontaktu powierzchni stawowych, przemieszczenie kości w torebce stawowej lub całkowite wyciągnięcie z niej kości.

OBJAWY

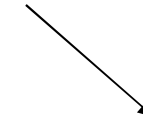
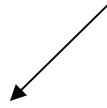
- silny ból,
- obrzęk
- zasinienie

PIERWSZA POMOC

- stabilizacja kończyny
- schłodzenie miejsca urazu

ZŁAMANIE

Całkowite przerwanie ciągłości kości



ZAMKNIĘTE

kości nie przebiły skóry, nie ma rany

Pierwsza pomoc

-stabilizacja kończyny

OTWARTE

kości przebiły skórę, jest rana

Pierwsza pomoc

-założenie opatrunku
jałowego na ranę

-stabilizacja kończyny

ZASADY STABILIZACJI:

1. Złamana kość- unieruchomić kość + dwa sąsiednie stawy

2. Złamanie wewn. stawu- unieruchomić staw + dwie sąsiednie kości

*** ZAKAZ PODAWANIA ŚRODKÓW PRZECIWBÓLOWYCH***

Krwawienie-

wydostanie się krwi poza obręb uszkodzonego naczynia

PIERWSZA POMOC

-dezynfekcja rany +opatrunek jałowy

Krwotok-

gwałtowna utrata krwi, zazwyczaj spowodowana ciężkim urazem, może doprowadzić do stanu zagrożenia życia- **WSTRZĄSU!!!**

PIERWSZA POMOC

-ZAŁOŻYĆ OPATRUNEK UCISKOWY

-Podniesienie kończyny do góry

Ostatecznością jest założenie opaski uciskowej!

*pozycja przeciwwstrząsowa

OPARZENIA

uszkodzenie skóry lub głębiej położonych tkanek i narządów w skutek działania ciepła, żrących substancji chemicznych, prądu elektrycznego, promieni słonecznych, itp.

OBJAWY (w zależności od stopnia oparzenia):

- silny ból
- zaczerwienienie
- pęcherze
- zwęglenie tkanek

PIERWSZA POMOC

- schłodzić oparzone miejsce (letnia woda, OPATRUNEK HYDROŻELOWY)
- usunąć odzież, biżuterię
- jeżeli pojawiła się rana- założyć jałowy opatrunek

ODMROŻENIA

uszkodzenie ciała w skutek działania niskich temperatur

OBJAWY:

- zaczerwienienie,
- po dłuższym czasie, kolor skóry siny, biały, utrata czucia w kończynie

PIERWSZA POMOC:

- transport do ciepłego pomieszczenia
- zdjąć mokre ubranie, biżuterie, zegarek itp..
- ogrzanie kończyny w letniej wodzie
- na pojawiając się pęcherze/ ewentualnie rany założyć jałowy opatrunek

Uraz Głowy

```
graph TD; A[Uraz Głowy] --> B[WSTRZAŚNIENIE MÓZGU]; A --> C[KRWIAK OKULAROWY];
```

WSTRZAŚNIENIE MÓZGU

OBJAWY:

- chwilowa utrata przytomności
- ból i zawroty głowy
- wymioty
- niepamięć
- dezorientacja

KRWIAK OKULAROWY

Podjęzanie złamania podstawy czaszki

OBJAWY:

- zasinienie wokół oczu „oczy szopa”
- możliwy wyciek płynu mózgowo-rdzeniowego z nosa/ucha
- możliwe nierówne źrenice

PIERWSZA POMOC (*również w urazach kręgosłupa)

- stabilizacja głowy
- założyć jałowy opatrunek na ranę
- zakaz wstawania i poruszania się do przyjazdu pogotowia

URAZ JAMY BRZUSZNEJ



TWARDY BRZUCH
„Deskowaty”

-przyczyna:

-Krwotok
wewnętrzny

PIERWSZA POMOC

- SZPITAL
NATYCHMIAST !

WYTRZEWIENIE

-wydostanie się narządów wewn.
poza jamę brzuszną, głównie jelit

PIERWSZA POMOC

-nie wpychać do środka;)

-przykryć wilgotną gazą i folią,
aby zapobiec wysuszeniu

Ciało obce w ranie

PIERWSZA POMOC

-nie usuwać go z rany, *chyba że przeszkadza przy prowadzeniu RKO*

-ustabilizować ciało obce, okładając np. bandażami ze wszystkich stron

-ewentualnie pozycja przeciwwstrząsowa

* Ciało obce w oku- opatrunek jałowy na „uszkodzone oko” +
zakleić również drugie oko