EBE KL 8A i 8B w dnia 11.05.

Przejrzyj 3 strony

Lekcja na 2 godziny

Temat :Powtórzenie z pierwszej pomocy

<https://epodreczniki.pl/a/pierwsza-pomoc---podstawy/D19hmeOtB>

<https://epodreczniki.pl/a/pierwsza-pomoc---podstawy/D19hmeOtB>

<https://epodreczniki.pl/a/przytomny---nieprzytomny/D115oUixE>

<https://epodreczniki.pl/a/resuscytacja-krazeniowo-oddechowa/D1H3G81jq>

obejrzyj filmy!!!

<https://youtu.be/xvIO9t0MxIM>

<https://youtu.be/ZIv5r1aX66M>

<https://youtu.be/d5nRj4AWMtY>

<https://youtu.be/o0KutNaPk8c>

<https://youtu.be/DbqFFz0TrkI>

Zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej

Pierwsza pomoc przedmedyczna to zespół czynności, jakie należy wykonać wobec osoby poszkodowanej wskutek urazu lub nagłego ataku choroby, celem ratowania jej zdrowia i życia do czasu pojawienia się wykwalifikowanych ratowników.

Zgodnie z przepisami polskiego prawa, jeśli jest się świadkiem sytuacji, w której czyjeś zdrowie lub życie ulega zagrożeniu, udzielenie pierwszej pomocy jest obowiązkiem i choćby dlatego należy mieć podstawowe informacje w tym

zakresie. Każdemu mogą się one przydać także w przypadku, gdyby nagłej pomocy potrzebował ktoś z jego bliskich. Niezależnie od tego, czy kiedyś przeszło się szkolenie z pierwszej pomocy przedmedycznej, należy regularnie odświeżać wiedzę na temat jej udzielania.

Bezpieczeństwo podczas udzielania pierwszej pomocy

Podstawowa zasada pomocy przedmedycznej to "nie szkodzić". Ratownik powinien chronić siebie, poszkodowanego i znajdujące się w pobliżu osoby.

Dlatego pierwszą czynnością podczas udzielania pomocy jest zawsze ocena sytuacji i wyeliminowanie zagrożeń, w szczególności zabezpieczenie miejsca, w którym udzielona zostanie pomoc (poszkodowany może np. znajdować się w pobliżu pożaru) oraz użycie środków ochrony osobistej (rękawiczki jednorazowe, maseczka do sztucznego oddychania).

Trzeba też pamiętać o tym, by nie poruszać ofiary bez potrzeby, nie podawać jej leków, niczego do jedzenia ani picia.

Zobacz film: Bezpieczeństwo w czasie udzielania pierwszej pomocy. Źródło: Dzień Dobry TVN

Ocena stanu poszkodowanego

Należy sprawdzić reakcję poszkodowanego na bodźce zewnętrzne, delikatnie potrząsając go za ramiona i pytając co się stało. Jeśli ofiara zareaguje, trzeba:

 pozostawić ją w pozycji, w jakiej się ją zastało - pod warunkiem, że nie zagraża jej żadne niebezpieczeństwo - i regularnie oceniać jej stan do czasu przybycia fachowej pomocy,

 ocenić, czy nie ma krwotoku, który należy zatrzymać (działając zgodnie z wytycznymi przedstawionymi w dalszej części artykułu),

 zadbać o jej komfort termiczny,

 w miarę możliwości wypytać ją o zaistniałą sytuację, samopoczucie, przewlekłe choroby.

Jeśli poszkodowany nie zareaguje, najprawdopodobniej jest nieprzytomny. Wówczas należy ocenić, czy występuje u niego akcja krążeniowo-oddechowa. Gdy ofiara oddycha (ocenia się to, obserwując powiew powietrza wydobywający się z jej ust, a także ruchy klatki piersiowej) i ma wyczuwalne tętno, układa się ją w pozycji bezpiecznej (chroniąc dodatkowo przed ewentualnym wyziębieniem/przegrzaniem).

Jeśli nie stwierdza się prawidłowego oddechu i akcji serca, trzeba podjąć próbę udrożnienia dróg oddechowych - poszkodowanego układa się na plecach, odchyla jego głowę do tyłu. Jeśli oddychanie utrudnia ciało obce, ostrożnie usuwa się je z ust ofiary. Gdy ten krok okazuje się nieskuteczny, niezbędna jest resuscytacja.

Wezwanie pomocy

Oceniwszy stan poszkodowanego, należy niezwłocznie wezwać pomoc. Najlepiej jeśli poprosi się o to kogoś ze świadków zdarzenia, zyskując w ten sposób cenny czas.

Jeżeli ratownik działa w pojedynkę, powinien pamiętać, by mimo emocji przeprowadzić spokojną, rzeczową rozmowę z dyspozytorem, informując go, co się wydarzyło, podając dokładny adres miejsca wypadku, liczbę i stan poszkodowanych, informację o dotychczas udzielonej pomocy oraz swoje dane osobowe.

Resuscytacja krążeniowo-oddechowa

Ofiarę układa się na wznak na twardym podłożu. Wykonuje się masaż serca, polegający na uciskaniu klatki piersiowej w 2/3 długości mostka na głębokość 5-6 cm (4-5 w przypadku dzieci) z częstotliwością 100-120 razy na minutę. Po 30 uciskach należy wykonać 2 oddechy ratownicze (wtłoczyć powietrze do płuc poszkodowanego metodą usta-usta lub usta-nos) i powrócić do masażu serca.

Uwaga - masaż serca u osób dorosłych wykonuje się z użyciem dwóch rąk, u dzieci - jednej ręki, a u niemowląt - dwóch palców.

Resuscytację w schemacie 30:2 należy kontynuować do czasu przybycia wykwalifikowanej pomocy medycznej lub do chwili, w której ofiara zacznie samodzielnie oddychać.

PRACA DOMOWA ZALOGUJ SIĘ NA E PODRĘCZNIKU I WYKONAJ ĆWICZENIA RKO

https://epodreczniki.pl/a/resuscytacja-krazeniowo-oddechowa/D1H3G81jq