



SVEIKAS SAULĖS MIESTAS
Šiaulių miesto savivaldybės
visuomenės sveikatos biuras

Pirma pagalba

Pirma pagalba - pradinės pagalbos suteikimas nukentėjusiam arba ligoniui, dažniausiai atliekamas pašalinio žmogaus iki kol bus suteikta profesionali medicininė pagalba.

Pirmos pagalbos tikslas - sumažinti sužeidimų ar sveikatos sutrikimų poveikį ir stabilizuoti nukentėjusio būklę.

ATPAŽINKITE SUDĖTINGĄ BŪKLĘ ĮVERTINKITE SITUACIJĄ KVIESTIKE PAGALBĄ

Pavojingą žmogaus būklę galima nustatyti pagal išorinius požymius - neįprastas garsas, kvapas, elgsena ir išvaizda.

Prieš prisiartindami prie nelaimės vietos, įvertinkite aplinkos pavojų:

- Sau
- Šalia esantiems žmonėms
- Nukentėjusiajam.

Galimi aplinkos pavojai:

- | | |
|--|-------------------|
| • Sprogimas | Ugnis |
| • Elektros srovė | Kulkos |
| • Dujos | Transporto eismas |
| • Gilus vandens telkinio dugnas
medžiagos | Nuodingosios |
| • Degalų nuotėkis ir kt. | |

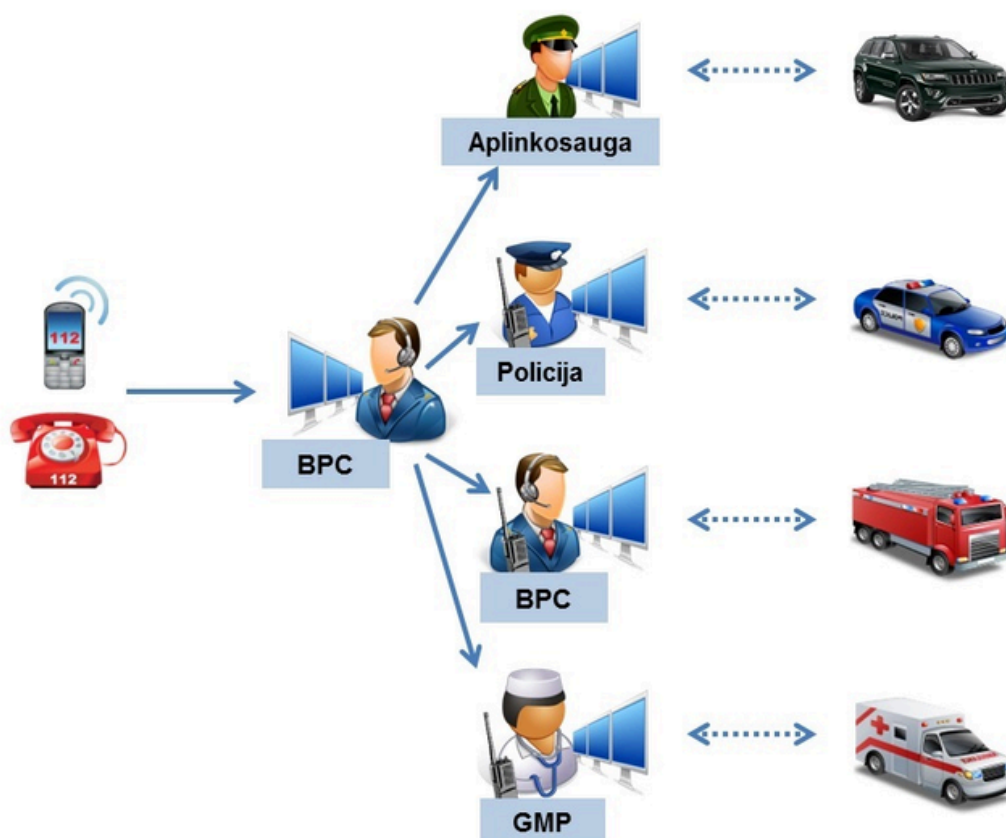
SVARBU!

Pastebėję gresiantį pavojų, skambinkite pagalbos tarnyboms (ugniagesiams, policijai). Pirmąją pagalbą teikite tik joms leidus.

Esant galimybei, pavojų pašalinkite patys: išjunkite elektrą ar perkelkite nukentėjusį į saugią vietą.

KAIP IŠKVIESTI GREITĄJĄ MEDICINOS PAGALBĄ?

- Greitąją medicinos pagalbą (GMP) kvieskite patys arba paprašykite aplinkinių.
- **Skambinkite bendrosios pagalbos telefono numeriu 112 (numeris vienodas visoje Europoje).**
- Įvardinkite, kur atvykti greitajai medicinos pagalbai – nurodykite rajoną, gatvę, adresą. Nurodykite kitus orientyrus, pvz., išskirtinius greta esančius pastatus ar kitus objektus.
- Išsamiai paaiškinkite, kas atsitiko; Įvardinkite galimą nukentėjusiųjų (sužeistų ar sergančių) skaičių. Įvardinkite nukentėjusiojo amžių; Informuokite, ar nukentėjusieji sąmoningi, ar kvėpuoja.
- Padiktuokite savo telefono numerį, prisistatykite.
- Nepadėkite ragelio, kol neleis operatorius – pokalbį turi baigti pagalbos tarnybos dispečeris. Kvalifikuoti specialistai skirtingose šalyse pasiruošę telefonu instruktuoti, kaip suteikti pirmąją pagalbą.



PRADINIS GAIVINIMAS

- Greitai įvertinkite situaciją ir galimus pavojus. Atsargiai patapšnokite per pečius ir garsiai paklauskite: „kaip jaučiatės?“.
- Jei nukentėjusysis nesąmoningas, bet kvėpuoja, ir neįtariate stuburo traumos, paverskite jį ant šono, stebėkite sąmonę ir kvėpavimą ir skambinkite bendrosios pagalbos telefono numeriu 112.
- Jei nukentėjusysis nekvėpuoja ar nesate tikras dėl jo kvėpavimo, paguldykite nukentėjusį ant nugaros, atverkite nukentėjusiojo kvėpavimo takus: dviem pirštais pakelkite smakrą, kitos rankos delną uždėkite ant kaktos ir atloškite galvą, pradėkite gaivinti: atlikite 30 (vaikams 15) krūtinės paspaudimų ir du įpūtimus (atitinka skaičiavimą „ir viens, ir du, ir viens, ir du...“).
- Paspaudimus ir įpūtimus santykiu 30:2 (vaikams 15:2) kartokite tol, kol atvyks GMP, arba nukentėjusysis atsigaus pats.



KVĖPUOJA

- Tikriname ar kvėpuoja



- Paverčiame ant šono

NEKVĖPUOJA



- Kviečiame pagalbą ir skambiname 112.
- Pradedame krūtinės paspaudimus



- Kuo greičiau panaudojame **DEFIBRILIATORIŲ** (užkljuojame lipdukus ir vykdomė balso nurodymus)



DEFIBRILIACIJA

Defibriliacija atliekama nedelsiant, atnešus automatinį išorinį defibriliatorių: - įjunkite aparatą; - prijunkite automatinį išorinį defibriliatorių prie nukentėjusiojo, sekite aparato nurodymus; - išgirdę nurodymą, paspauskite analizavimo mygtuką (jei jis yra); - išgirdę nurodymą ir įsitikinę, kad niekas neliečia nukentėjusiojo, paspauskite „elektros šoko“ mygtuką.

DEFIBRILIATORIŲ BŪVIMO VIETA LIETUVOJE GALITE RASTI ŽEMĖLAPIJE - WWW.GREITOJIPAGALBA.LT

SVARBU!

- Jei nukentėjusysis yra vaikas arba skendęs, apsinuodijęs narkotinėmis medžiagomis ar patyręs traumą suaugęs asmuo, pradėkite gaivinti: pradžioje atlikite 2-5 įpūtimus. Jeigu kvėpavimo vis dar nėra, atlikite 30 krūtinės paspaudimų ir 2 įpūtimus.
- Jeigu pagalbą teikiantis asmuo nėra profesionalus gaivintojas ar nenori/negali daryti dirbtinio kvėpavimo, gaivinti nukentėjusįjį gali atlikdamas tik krūtinės paspaudimus: 100 krūtinės paspaudimų per 1 minutę.



Parengė visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje Karolina Usevičienė pagal sam.lrv.lt informaciją. Mob +37067684778, karolina.useviciene@sveikatos-biuras.lt