

ОСНОВНИ ПРАВИЛА ПРИ ОКАЗВАНЕ НА ПЪРВА ПОМОЩ НА ПОСТРАДАЛ

д-р Марин Маринов, директор Спешна помощ гр. Плевен

Спиране на сърдечната дейност:

- Проверете внимателно дали пострадалия има дишане и сърдечна дейност, ако няма то тогава:
- Извикайте за помощ, някой който да позвъни на спешните медицински служби и да Ви бъде в помощ когато провеждате мерките по съживяване!
- Направете 30 извънгръдни притискания на сърцето!
- Направете 2 вдухвания!
- Редувайте 30 притискания с 2 вдухвания!
- Продължете така до пристигането на мястото на екип от медицински професионалисти!

Техника за извънградни притискания на сърцето:

- Поставете пострадалият върху твърда подложка – дъска, върху пода, маса.
- Клекнете отстрани на пострадалия.
- Поставете възглавничката на дланта на едната Ви ръка по средата на гръдната му кост.
- Поставете втората си длан върху първата и кръстосайте пръстите на ръцете си.
- Опънете ръцете, изправете лактите. Вашите рамена трябва да са над гръдния кош на пострадалия.
- Упражнете натиск право надолу, като гръдната кост при всеки натиск трябва да хлътва с 5-7 см. надолу.
- След всеки натиск оставете гръдния кош да се върне в изходното си положение.
- Всяко едно притискане трябва да трае около 0.5 секунди.

Техника на изкуствено дишане “уста към уста” :

- Отворете дихателните пътища на пострадалия - повдигнете брадичката нагоре, отведете челото назад.
- Притиснете с два пръста ноздрите на пострадалия.
- Сложете предпазно устройство върху устата на пострадалия за избягване на директен контакт с устата на пострадалия – чиста марля, защитна маска.

- Обхванете с вашите устни устата на пострадалият и вдухайте въздух в устата му, като в същото време следите с поглед дали се повдига гръдният му кош. Всяко едно вдухване трябва да е с продължителност от 1 секунда.

Безсъзнание, когато са налице нормално дишане и пулс:

- Убедете се че пострадалия е в безсъзнание.
- Отворете дихателните му пътища - повдигнете брадичката нагоре, отведете главата назад! Убедете се че пострадалият има дишане и сърдечна дейност. Разкопчайте яката на ризата му.
- Поставете пострадалият в стабилно странично положение. Сигнализирайте на спешните медицински служби за случая.
- До пристигането им проверявайте периодично за наличие на пулс и дишане у пострадалия. Техника за поставяне в стабилно странично положение
- Клекнете отстрани на пострадалия.
- Изпънете двата крака на пострадалият по дължина.
- Поставете близко стоящата до Вас ръка под прав ъгъл към тялото на пострадалият, както и под прав ъгъл в лакетната става. Дланта да е обърната нагоре.
- Вземете другата ръка и през гръдният кош на пострадалият фиксирайте дланта и към близкостоящата до Вас буза на пострадалия.
- Сгънете в коляното и повдигнете далечният от Вас крак като влачите стъпалото му по земята.
- След което хванете срещуположното му от Вас рамо и таза и го превъртете настрани, докато коляното му не докосне земята. Поставете този крак под прав ъгъл към другият крака, както и под прав ъгъл в колянната става.
- Отведете главата назад и отворете устата на пострадалия!

Задушаване:

Пострадалият хрипти, дави се, понякога може и да не издава въобще звук.

- Направете 5 силни потупвания между плешките на гърба.
- Направете пет притискания на предната коремна стена с двете ръце през кръста на пострадалия /маньовър на Хаймлих/.
- Редувайте периодично 5-те потупвания по гърба с 5 маньовъра на Хаймлих, като след всеки цикъл проверявайте в устата дали чуждото тяло не се вижда и може да бъде отстранено с ръка.
- Ако пострадалият междувременно загуби съзнание, внимателно го поставете на земята и почнете да правите извънгръдни притискания на сърцето.

- Продължавайте да оказвате помощ до пристигането на спешната медицински служби!

Техника за провеждане на маньовъра на Хаймлих:

- Застанете малко в страни и отзад на пострадалия.
- Наведете го леко напред, като придържате с едната си ръка предната му гръдна стена.
- Обгърнете го с двете си ръце около талията му. Поставете единият юмрук на ръката си между пъпа и долната част на гръдната му кост. Обгърнете с другата си ръка свитият юмрук на първата и притиснете силно в посока към Вас и нагоре. Повторете това движение 5 пъти!

Масивно кръвотечение:

- Избягвайте директен контакт с кръвта на пострадалия, поставете еднократни ръкавици!
- Притиснете мястото с пръста на ръката си или го притиснете с чиста марля, бинт или кърпа.
- Поставете пострадалия в хоризонтално положение или седнал.
- Направете с помощта на ролка от бинт притискаща превръзка.
- Повдигнете засегнатият крайник над нивото на сърцето.
- Ако кръвотечението продължава, направете надвързка, т.е. втора превръзка върху първата.
- Ако и тогава раната продължава да кръвотече, свалете и двете превръзки и направете нова по-стегнато.

Изгаряне:

- Поставете изгореният участък под хладка течаща вода в продължение на 10-15 минути.
- Повдигнете крайника, за да се намали отока!
- Покрийте изгореното място с чиста марля бинт или друга чиста тъкан!