

Πρώτες Βοήθειες στην Εργασία – Επείγοντα Περιστατικά και Αυτόματος Εξωτερικός Απινιδωτής

μάθε σήμερα
**Πρώτες
Βοήθειες**

KOMANETSI
training center

REGISTERED
Emergency First
Response Center

EMERGENCY
first response®

Ο σκοπός του σεμιναρίου είναι να μάθετε να παρέχετε επείγουσα φροντίδα ακολουθώντας τις ίδιες προτεραιότητες που εφαρμόζουν και οι επαγγελματίες στον τομέα της περίθαλψης .

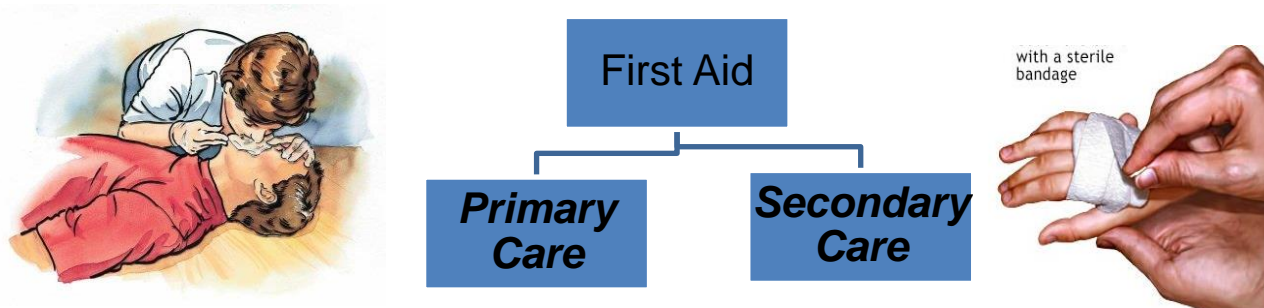
Τι είναι Πρώτη Βοήθεια ;

Πρώτη Βοήθεια είναι η άμεση και προσωρινή φροντίδα που παρέχεται στο θύμα ενός ατυχήματος ή σε κάποιον ασθενή μέχρι τη μεταφορά του στο νοσοκομείο ή μέχρι να αναλάβει εξειδικευμένο προσωπικό .

Σκοπός της είναι:

- η διατήρηση της ζωής
- η πρόληψη της επιδείνωσης της κατάστασης
- η ανακούφιση από τον πόνο
- η βοήθεια για ανάνηψη.

Σε πόσα μέρη χωρίζονται οι Πρώτες Βοήθειες ;



- Πρωτογενής φροντίδα(Primary care) :Για περιστατικά που απειλούν άμεσα τη ζωή του ασθενή.
- Δευτερογενής φροντίδα (Secondary care) : Για περιστατικά που δεν απειλούν άμεσα τη ζωή του ασθενή.

Ποιες δεξιότητες περιλαμβάνει η Πρωτογενής φροντίδα ;

1. Εκτίμηση επεισοδίου
2. Χρήση προστατευτικού
3. Πρωτογενής εκτίμηση
4. Κάρπα ενήλικου
5. Ενήλικας σε κατάσταση πνιγμού που διατηρεί ή όχι τις αισθήσεις του
6. Διαχείριση σοβαρής αιμορραγίας
7. Διαχείριση σοκ
8. Διαχείριση τραυματισμού της σπονδυλικής στήλης
9. Χρήση αυτόματου εξωτερικού απινιδωτή
10. Χρήση οξυγόνου



Συμβουλές εκμάθησης

- Μην εστιάζετε στην τελειότητα
- Μη φοβάστε να κάνετε λάθη
- Διασκεδάστε
- Πρώτα αποφασίζετε και μετά ενεργείτε
- Όλα επανέρχονται στη μνήμη σας

Γιατί ο χρόνος είναι κρίσιμος για κάποιον που χρειάζεται επείγουσα φροντίδα ;

Όταν ένα άτομο δεν αναπνέει μπορεί να πραγματοποιηθεί μη αναστρέψιμη βλάβη εντός μερικών λεπτών



Γιατί θα πρέπει να βοηθάτε κάποιον που σας έχει ανάγκη ;

- Μπορείτε να σώσετε ή να αποκαταστήσετε τη ζωή ενός ασθενή .
- Μπορείτε να βοηθήσετε στη μείωση του χρόνου ανάρρωσης
- Μπορείτε να κάνετε τη διαφορά μεταξύ ενός ασθενή με προσωρινή ή μόνιμη βλάβη .

Γιατί κάποιιοι διστάζουν να παρέχουν φροντίδα σε ένα ασθενή ;

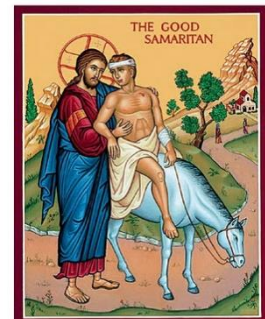
- Άγχος
- Ενοχή
- Φόβος ελλιπούς απόδοσης
- Ευθύνη

Νόμοι Καλού Σαμαρείτη

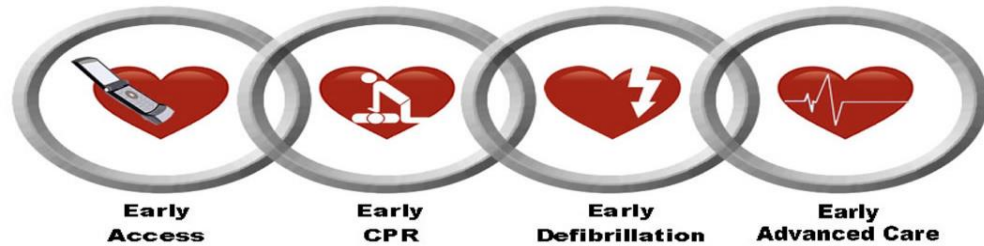
Οι Νόμοι του Καλού Σαμαρείτη θεσπίζονται ώστε να ενθαρρύνονται οι άνθρωποι να παρέχουν επείγουσα βοήθεια. Παρέχουν επίσης ασυλία έναντι οποιασδήποτε αστικής ευθύνης.

Για να καλύπτεται κάποιος Πρώτος Βοηθός από τους πιο πάνω νόμους θα πρέπει

- Να παρέχει βοήθεια μέσα στα πλαίσια της εκπαίδευσης του .
- Να ζητά άδεια από τον ασθενή πριν βοηθήσει .
- .Να ενεργεί καλόπιστα.
- Να **μην** είναι αμελής ή απρόσεκτος.
- Να ενεργεί συνετά.
- Να μην εγκαταλείψει τον ασθενή , όταν αρχίσει την παροχή βοήθειας.



Αλυσίδα επιβίωσης



Τα ABCD' S

- Apply barriers (Τοποθέτηση προστατευτικών)
- Assess scene (Εκτίμηση επεισοδίου)
- Airway open (Άνοιγμα αεραγωγού)
- Alert EMS (Ενεργοποίηση ΥΕΙΒ)
- Breathing check (Έλεγχος αναπνοής)
- Rescue breaths (Αναπνοές διάσωσης)
- Circulation (Έλεγχος κυκλοφορίας)
- Chest compressions (Θωρακικές συμπιέσεις)
- Defibrillation (Απινιδωτής)
- Shock management (Διαχείριση σοκ)
- Spinal injury management (Διαχείριση τραυματισμού στη σπονδυλική στήλη)
- Serious bleeding management (Διαχείριση σοβαρής αιμορραγίας)

Κινητοποίηση της ΥΕΙΒ (Υπηρεσία Έκτακτης Ιατρικής Βοήθειας)

- Πρέπει να γίνει άμεσα .
- Εάν ο ασθενής είναι ενήλικας , ισχύει η Προτεραιότητα κλήσης . Μόλις διαπιστωθεί ότι δεν αναπνέει , γίνεται η κλήση ασθενοφόρου και μετά παρέχεται φροντίδα .
- Εάν ο ασθενής είναι παιδί ή βρέφος ή ενήλικας που κινδυνεύει από πνιγμό , μόλις διαπιστωθεί ότι δεν αναπνέει παρέχεται φροντίδα (ΚΑΡΠΑ) για ένα λεπτό και μετά γίνεται η κλήση

Πώς ενεργοποιώ την ΥΕΙΒ (Υπηρεσία Έκτακτης Ιατρικής Βοήθειας)

Θα πρέπει στο τηλέφωνο να αναφέρω

- Πώς με λένε ;
- Πού βρίσκομαι ;
- Αριθμός τηλεφώνου .
- Κατάσταση θύματος .
- Σημείο συνάντησης.



Μην κλείνετε ποτέ πρώτοι το τηλέφωνο , όταν καλείτε για να ενεργοποιήσετε την ΥΕΙΒ

Προστατεύοντας τον εαυτό σας από παθογόνα του αίματος

Οι μολύνσεις που μεταφέρονται μέσω του αίματος ονομάζονται παθογόνα του αίματος . Τα τρία παθογόνα του αίματος που προκαλούν τη μεγαλύτερη ανησυχία είναι :

- Ο ιός της ηπατίτιδας Β
- Ο ιός της ηπατίτιδας Γ
- Ιός της ανθρώπινης ανοσολογικής ανεπάρκειας (HIV)

Για να προστατέψετε τον εαυτό σας , θα πρέπει να θεωρείτε το αίμα που έρχεστε σε επαφή πιθανόν μολυσματικό και:

- Να χρησιμοποιείτε γάντια
- Να χρησιμοποιείτε μάσκες αερισμού (rocket mask) ή προστατευτικά προσώπου όταν δίνετε αναπνοές διάσωσης
- Να χρησιμοποιείτε προστατευτικά ματιών ή προσώπου
- Να πλένετε πάντοτε τα χέρια σας προσεκτικά με αντιβακτηριδιακό σαπούνι ή να τα καθαρίζετε με αντιβακτηριδιακά μαντηλάκια ή αντιβακτηριδιακό υγρό



Πώς ελέγχω αντίδραση και ζητώ άδεια να βοηθήσω ;

- Τον αγγίζω στον ώμο και λέω:
«Είστε καλά ; Με λένε Είμαι πρώτος βοηθός . Μπορώ να σας βοηθήσω ;»

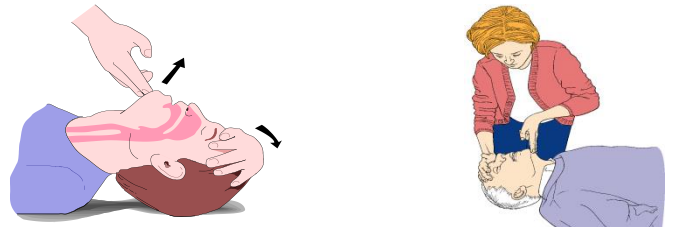


Γιατί πρέπει να ανοίξει η αεραγωγός ;

Όταν κάποιος χάσει τις αισθήσεις του, οι μύες της γλώσσας χαλαρώνουν και πολλές φορές μπλοκάρουν την αεραγωγό .Για να ελέγξουμε αν ο ασθενής αναπνέει θα πρέπει να ανοίξουμε την αεραγωγό . Επίσης η αεραγωγός θα πρέπει να παραμείνει ανοικτή όταν δίνουμε φουσημάτα .

Πώς ανοίγω την αεραγωγό ;

Υπερέκταση κεφαλής, ανύψωση κάτω γνάθου



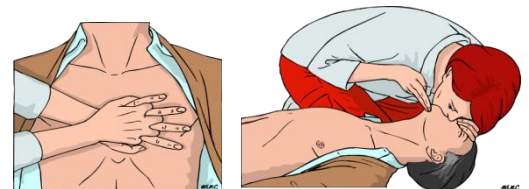
Πώς ελέγχω την αναπνοή ;

Βλέπω , ακούω , αισθάνομαι εάν το θύμα αναπνέει ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΑ



Τι σημαίνει ΚΑΡΠΑ ;

Κάρπα σημαίνει καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση. Είναι συνδυασμός μαλάξεων (θωρακικών συμπιέσεων) και φουσημάτων . 30 μαλάξεις και 2 αναπνοές

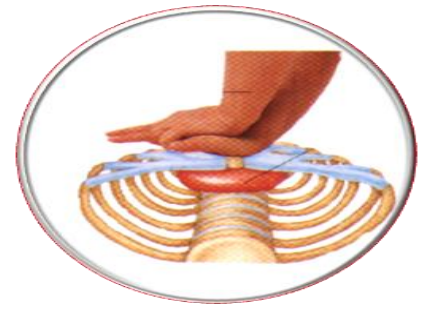
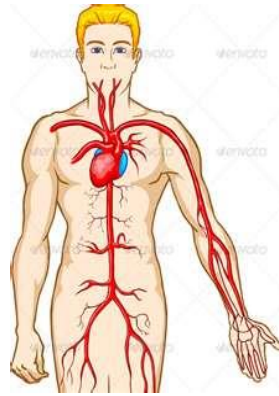


30

2

Γιατί οι θωρακικές συμπίεσεις είναι ευεργετικές ;

- Οι θωρακικές συμπίεσεις αναγκάζουν το αίμα να κατευθυνθεί από την καρδιά μέσω των αρτηριών στα ζωτικά όργανα μεταφέροντας οξυγόνο .
- Σε συνδυασμό δηλαδή με τις αναπνοές διάσωσης οξυγονώνουν τα ζωτικά όργανα παρέχοντας χρόνο στον ασθενή μέχρι να φτάσει ιατρική βοήθεια .



Αν ο ασθενής ΔΕΝ αναπνέει και ΔΕΝ κινείται , ξεκινήστε ΚΑΡΠΑ . Μην χάσετε χρόνο ψάχνοντάς για σφυγμό .

Πώς γίνονται οι θωρακικές συμπίεσεις ;

- Τοποθετήστε τη βάση της παλάμης του ενός χεριού στο κέντρο του θώρακα
- Τοποθετήστε το άλλο χέρι από πάνω
- Πλέξτε τα δάκτυλα
- Συμπίεστε το θώρακα με ρυθμό 100 συμπίεσεις το λεπτό , με βάθος τα 5 cm και με ίσο χρόνο συμπίεσης και χαλάρωσης

Είναι ικανοποιητικό το οξυγόνο της εκπνοής μας για να διατηρήσει κάποιον στη ζωή ;

- Ο αέρας που αναπνέουμε περιέχει 21% οξυγόνο.
- Ο οργανισμός μας καταναλώνει το 5%
- Η εκπνοή μας περιέχει 16 % οξυγόνο.
- Η ποσότητα αυτή είναι ικανοποιητική για να διατηρήσει κάποιον στη ζωή

Πώς γίνονται τα φύσηματα ;

- Κλείστε τη μύτη του ασθενή
- Πάρτε μια κανονική αναπνοή
- Σφραγίστε τα χείλη σας γύρω από το στόμα του θύματος (ή στη rocket mask)
- Εκπνεύστε μέχρι να ανυψωθεί ο θώρακάς του (περίπου 1 δευτερόλεπτο)
- Αφήστε το θώρακα να πέσει



Ποιές είναι οι δυο πιο συνηθισμένες αιτίες που ένα φύσημα δεν είναι πετυχημένο (δεν αναδηκώνει τον θώρακα) ;

- Η κακή τεχνική
- Το φράξιμο της αεραγωγού με ξένο αντικείμενο

Τι κάνω σε περίπτωση που το φύσημα μου δεν είναι πετυχημένο ;

- Προχωρώ στο επόμενο φύσημα βελτιώνοντας την τεχνική μου χωρίς να διακόψω την ΚΑΡΠΑ
- Ελέγχω την αεραγωγή , αν υποψιαστώ φράξιμο

Πότε διακόπτεται η ΚΑΡΠΑ ;

- Όταν φτάσει εξειδικευμένο προσωπικό και αναλάβει
- Όταν εμφανιστούν σημεία ζωής από το θύμα
- Όταν εξαντληθεί ο διασώστης

ΚΑΡΠΑ ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΕΣ

- Προτεραιότητα κλήσης
- Μαλάξεις με δυο χέρια (5cm)
- Αναπνοή διάσωσης για 1 δευτερόλεπτο που να ανασηκώνει το στήθος

ΚΑΡΠΑ ΣΕ ΠΑΙΔΙΑ

- Προτεραιότητα φροντίδας
- Προηγούνται 5 αναπνοές διάσωσης
- Μαλάξεις με ένα ή δυο χέρια (5cm)
- Αναπνοή διάσωσης **πιο ήπια** που να ανασηκώνει το στήθος

ΚΑΡΠΑ ΣΕ ΒΡΕΦΗ

- Προτεραιότητα φροντίδας
- Προηγούνται 5 αναπνοές διάσωσης
- Μαλάξεις με δυο δάκτυλα (4cm)
- Αναπνοή διάσωσης **πολύ πιο ήπια** που να ανασηκώνει το στήθος

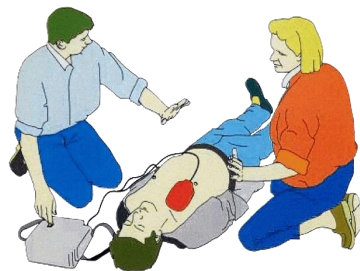
Τι είναι ο Αυτόματος Εξωτερικός Απινιδωτής (ΑΕΑ) ;

Είναι ένα εργαλείο που ελέγχει την καρδιά για κοιλιακή μαρμαρυγή και αν εντοπίσει χορηγεί ηλεκτρικό σοκ για να την επαναφέρει στην φυσιολογική της λειτουργία .



Πότε και γιατί είναι απαραίτητος ο ΑΕΑ ;

- Στην περίπτωση της κοιλιακής μαρμαρυγής η καρδιά κτυπά ακανόνιστα και δεν μπορεί να προωθήσει το αίμα στο σώμα
- Ο ακανόνιστος αυτός ρυθμός δε διορθώνεται με την ΚΑΡΠΑ
- Απαιτείται χρήση του Αυτόματου Εξωτερικού Απινιδωτή - Automated External Defibrillator -AED
- Ο απινιδωτής επιτυγχάνει ηλεκτρικό σοκ στην καρδιά διακόπτοντας τις ακανόνιστες συσπάσεις Μετά η καρδιά ξεκινά και συνήθως επαναφέρεται ο σωστός παλμός
- Η χορήγηση ηλεκτρικού σοκ ονομάζεται απινιδισμός



Πότε πρέπει να αποφεύγω να χρησιμοποιήσω ΑΕΑ ;

- Δεν είναι στεγνό το περιβάλλον
 - Υπάρχουν υγρά που αναφλέγονται
 - Υπάρχει βηματοδότης
- Ίσως χρειαστεί να ξυρίσετε το θώρακα του ασθενή για να χρησιμοποιήσετε ΑΕΑ .

Διαχείριση σοβαρής αιμορραγίας - Serious bleeding management

Ο ανθρώπινος οργανισμός περιέχει περίπου 6 λίτρα αίμα .
Η ταχεία απώλεια ενός λίτρου μπορεί να οδηγήσει σε θάνατο.

Αρτηριακή αιμορραγία	Φλεβική αιμορραγία	Αιμορραγία τριχοειδούς αγγείου
<ul style="list-style-type: none">• έντονο κόκκινο αίμα• αναβλύζει με το ρυθμό του καρδιακού παλμού.	<ul style="list-style-type: none">• σκούρο κόκκινο αίμα• αναβλύζει δίχως συγκεκριμένο ρυθμό.	<ul style="list-style-type: none">• το αίμα ρέει αργά από μια πληγή.

Με ποιους τρόπους μπορώ να ελεγχώ μια σοβαρή αιμορραγία ;

- Άμεση Πίεση
- Ανύψωση
- Ελαφρά πίεση στην κεντρική αρτηρία του μέλους
- Τοποθέτηση ελαστικού επίδεσμου με επίθεμα



Σε περίπτωση που ο επίδεσμος έχει εμποτιστεί με αίμα μην τον αφαιρείτε γιατί το αίμα που έχει πήξει στη γάζα βοηθά να σταματήσει η αιμορραγία.

- Προσθέστε νέο επίδεσμο πάνω από τον παλιό.
- Αν χρειαστεί τρίτος επίδεσμος , αφαιρέστε τους δυο προηγούμενους και ξεκινήστε από την αρχή .

Τι είναι το σοκ ;

Κάθε τραυματισμός ή ασθένεια που καταπονεί τον οργανισμό μπορεί να οδηγήσει σε καταπληξία (σοκ). Κατά την καταπληξία η παροχή αίματος στους περιφερειακούς ιστούς είναι ανεπαρκής για τις λειτουργίες του ανθρώπινου σώματος και συνήθως συνοδεύεται από ελαττωμένη περιφερειακή κυκλοφορία και πτώση της αρτηριακής πίεσης. Το σοκ μπορεί να αποβεί θανατηφόρο .

Ποιες είναι οι ενδείξεις του σοκ ;

- Γρήγορος και αδύνατος παλμός
- Γρήγορη και ρηχή αναπνοή
- Χλωμάδα
- Υγρό ιδρωμένο δέρμα
- Σύγχυση , ανησυχία , νευρικότητα
- Αλλοιωμένη συναίσθηση
- Ναυτία – εμετοί
- Δίψα
- Θαμπά μάτια , σαστισμένο βλέμμα

Πότε πρέπει να αντιμετωπίζω το σοκ ;

Κάθε φορά που εφαρμόζω ΚΑΡΠΑ , έχω σοβαρό τραυματισμό ή ασθένεια . Δε θα πρέπει να ψάχνω για συμπτώματα

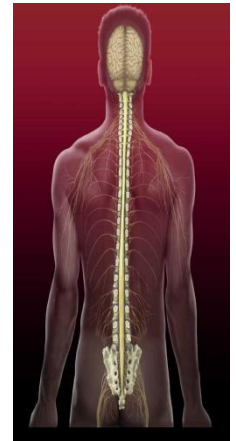
Πώς αντιμετωπίζω το σοκ ;

- Κρατήστε το κεφάλι του και ακινητοποιήστε το
- Διατηρήστε τη θερμοκρασία του σώματος . Σε κρύο περιβάλλον σκεπάστε με κουβέρτα . Σε ζεστό δημιουργήστε σκιά
- Ανασηκώστε τα πόδια 15-30 cm εκτός κι αν υπάρχει υποψία τραυματισμού στη σπονδυλική στήλη

Γιατί ο τραυματισμός της σπονδυλικής στήλης είναι πολύ σοβαρός ;

Μέσα στη σπονδυλική στήλη βρίσκεται ο νωτιαίος μυελός ο οποίος συνδέει τον εγκέφαλο με το υπόλοιπο σώμα μεταφέροντας οδηγίες από τον εγκέφαλο προς το σώμα ή αισθήσεις από το σώμα προς τον εγκέφαλο

- Ο τραυματισμός της σπονδυλικής στήλης και του νωτιαίου μυελού μπορεί να οδηγήσει σε παράλυση ή θάνατο
- Για αυτό ποτέ μη μετακινείτε κάποιον ασθενή παρά μόνο αν είναι απολύτως απαραίτητο



Πότε υποψιαζόμαστε τραυματισμό σπονδυλικής στήλης ;

- Οδικό ή αυτοκινητικό ατύχημα
- Πτώση από μηχανοκίνητο όχημα
- Πτώση από ύψος μεγαλύτερο από το ύψος του θύματος
- Σοβαρό κτύπημα στο κεφάλι , τον αυχένα ή την πλάτη
- Ατύχημα από κατακόρυφη βουτιά στην πισίνα
- Χτύπημα από αστραπή
- Σοβαρός τραυματισμός από πρόσκρουση

Ποιες ενδείξεις υποδηλώνουν τραυματισμό σπονδυλικής στήλης ;

- Αλλαγή στη συναίσθηση του ασθενή
- Δυσκολία στην αναπνοή
- Προβλήματα όρασης
- Μούδιασμα άκρων
- Έλλειψη ισορροπίας
- Δυσκολίες στην κίνηση
- Πονοκέφαλος
- Εμετός

Πώς αντιμετωπίζω τον τραυματισμό στη σπονδυλική στήλη ;

- Εάν υποψιάζεστε τραυματισμό της σπονδυλικής στήλης, συμβουλευτέ τον ασθενή να μείνει ακίνητος
- Σταθεροποιήστε το κεφάλι του
- Αν θα πρέπει να τον μετακινήσετε (κινδυνεύει η ασφάλειά του / δεν ανταποκρίνεται και θα πρέπει να ελέγξετε αναπνοή / χρειάζεται ΚΑΡΠΑ) μετακινήστε τον χρησιμοποιώντας το log roll



Πότε είναι απαραίτητο να μετακινηθεί θύμα με υποψία τραυματισμού στην σπονδυλική στήλη ;

ΚΙΝΔΥΝΕΥΕΙ Η ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΤΟΥ

- Βρίσκεται στο νερό
- Βρίσκεται κοντά σε αντικείμενο που καίγεται ή θα εκραγεί
- Βρίσκεται κοντά σε ασταθή κατασκευή
- Βρίσκεται σε δρόμο

ΑΝΑΓΚΗ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

- Δεν ανταποκρίνεται και θα πρέπει να ελέγξετε αναπνοή
- Χρειάζεται ΚΑΡΠΑ

Log roll

Ο σκοπός του είναι να γυρίσετε τον ασθενή ανάσκελα (αν τον βρείτε μπρούμυτα) χωρίς να περιστραφεί η σπονδυλική στήλη σε περίπτωση που θέλετε να ελέγξετε αναπνοή ή να παρέχετε ΚΑΡΠΑ

Πώς επιτυγχάνεται το Log roll ;

ΑΝ ΕΙΣΑΙ ΜΟΝΟΣ

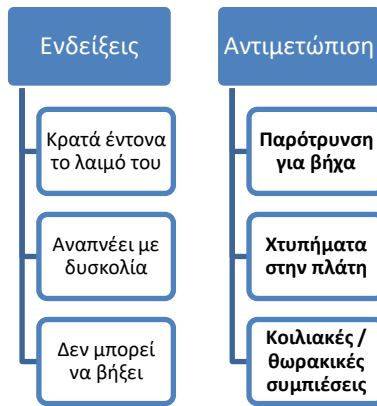
- Γονατίστε στο πλευρό του ασθενή
- Τεντώστε απαλά τα πόδια και τα χέρια του
- Ανασηκώστε το κεφάλι και το λαιμό με το χέρι σας
- Βάλτε το άλλο χέρι σας στο μακρινό του αγκώνα
- Γυρίστε τον ασθενή ως ενιαία μονάδα προς εσάς πλάγια και μετά ανάσκελα

ΑΝ ΕΧΕΙΣ ΒΟΗΘΕΙΑ

- Ο ένας σταθεροποιεί το κεφάλι του ασθενή με τα δυο χέρια και ακολουθεί την περιστροφική κίνηση του άλλου
- Ο άλλος τον γυρίζει ως ενιαία μονάδα κρατώντας με το ένα χέρι του τον αγκώνα του θύματος και με το άλλο το βραχίονα

Τι είναι η οξεία έμφραξη αεραγωγού (πνιγμονή) ;

Είναι η ασφυξία που προκαλείται λόγω έμφραξης των αναπνευστικών οδών από ξένο σώμα. Μπορεί να είναι θανατηφόρα .



Ήπια απόφραξη

- Παρότρυνση για βήχα

Σοβαρή απόφραξη

- Χτυπήματα στην πλάτη
- Κοιλιακές/θωρακικές συμπίεσεις
- Εναλλαγή



Οι ασθενείς που λαμβάνουν θεραπεία για πνιγμό θα πρέπει να αξιολογούνται ιατρικά

Χρήση ιατρικού οξυγόνου

ΠΟΤΕ;

- Εγκεφαλικό
- Καρδιακή προσβολή
- Αναφυλακτικό σοκ
- Δηλητηρίαση CO
- Καταδυτικά ατυχήματα

ΓΙΑΤΙ ;

- Οξυγονώνει τον εγκέφαλο

Ποιά είναι τα πλεονεκτήματα της θέσης ανάνηψης .

- ΑΝΟΙΚΤΟΣ ΑΕΡΑΓΩΓΟΣ
- ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΡΟΗ ΑΙΜΑΤΟΣ ΣΤΟΝ ΕΓΚΕΦΑΛΟ



- ΡΟΗ ΥΓΡΩΝ Η ΕΜΕΤΟΥ ΠΡΟΣ ΤΑ ΕΞΩ
- ΑΝΑΠΑΥΤΙΚΗ ΘΕΣΗ - ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Θα πρέπει ανά 30 λεπτά να αλλάζετε την πλευρά που βρίσκεται.

Ποια προβλήματα ενώ μπορεί να αποβούν θανατηφόρα , κάποιες φορές δεν αναγνωρίζονται;

- Καρδιακή προσβολή
- Καρδιακή ανακοπή
- Εγκεφαλικό
- Πνιγμονή

Τι είναι η καρδιακή προσβολή ;

- Η παροχή αίματος σε ένα τμήμα της καρδιάς διακόπτεται ή μειώνεται σημαντικά

Σημάδια / Συμπτώματα
<ul style="list-style-type: none"> • Θωρακικό άλγος • Ενοχλητική πίεση • Πόνος - Κάψιμο στο στήθος • Πόνος στις ωμοπλάτες , στο λαιμό , στα χέρια • Ναυτία • Δύσπνοια • Ίλιγγο • Ζαλάδα

Βοήθεια
<ul style="list-style-type: none"> • Τοποθέτηση του ασθενούς σε θέση W • Χαλάρωση ένδυσης • Χορήγηση φαρμάκων • Κλήση Ιατρικών Υπηρεσιών • Χορήγηση Οξυγόνου • ΚΑΡΠΑ

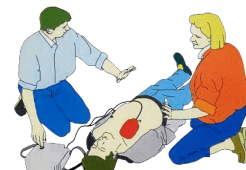


Τι είναι η καρδιακή ανακοπή ;

- Η καρδιά κτυπά ακανόνιστα και η παροχή αίματος στο σώμα δεν είναι αποτελεσματική

Σημάδια / Συμπτώματα
<ul style="list-style-type: none"> • Ο ασθενής δεν ανταποκρίνεται , δεν κινείται και δεν αναπνέει κανονικά .

Βοήθεια
<ul style="list-style-type: none"> • Τοποθέτηση του ασθενούς σε θέση W • Χαλάρωση ένδυσης • Κλήση Ιατρικών Υπηρεσιών • ΚΑΡΠΑ • Απινιδισμός







Τι είναι το εγκεφαλικό ;

- Ένα αιμοφόρο αγγείο στον εγκέφαλο φράζει ή σπάζει προκαλώντας νέκρωση κυττάρων λόγω έλλειψης οξυγόνου

Σημάδια / Συμπτώματα
<ul style="list-style-type: none"> • Μούδιασμα, παράλυση στο χέρι ή πόδι • Δυσκολίες στην ομιλία • «Κρέμασμα» του προσώπου • Ανεξήγητοι πονοκέφαλοι • Προβλήματα όρασης

Βοήθεια
<ul style="list-style-type: none"> • Κλήση Ιατρικών Υπηρεσιών • Χαλάρωση ενδυμασίας • Θέση ασφάλειας • Έλεγχος αναπνοής • Οξυγόνο • ΚΑΡΠΑ



	F ACE	Ask the person to smile. Does one side of the face droop?
	A RMS	Is one arm weak or numb? Ask the person to raise both arms. Does one arm drift downward?
	S PEECH	Is speech slurred? Ask the person to repeat a simple sentence. Is the sentence repeated correctly?
	T IME	If the person shows any of these symptoms, call 9-1-1 immediately.

Δεξιότητα Εκτίμηση επεισοδίου – Assess scene

- Τι προκάλεσε τον τραυματισμό ;
- Μπορώ να προσεγγίσω χωρίς να κινδυνέψω ;
- Πώς μπορώ να εξασφαλίσω την ασφάλειά μου ;

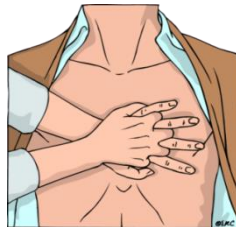
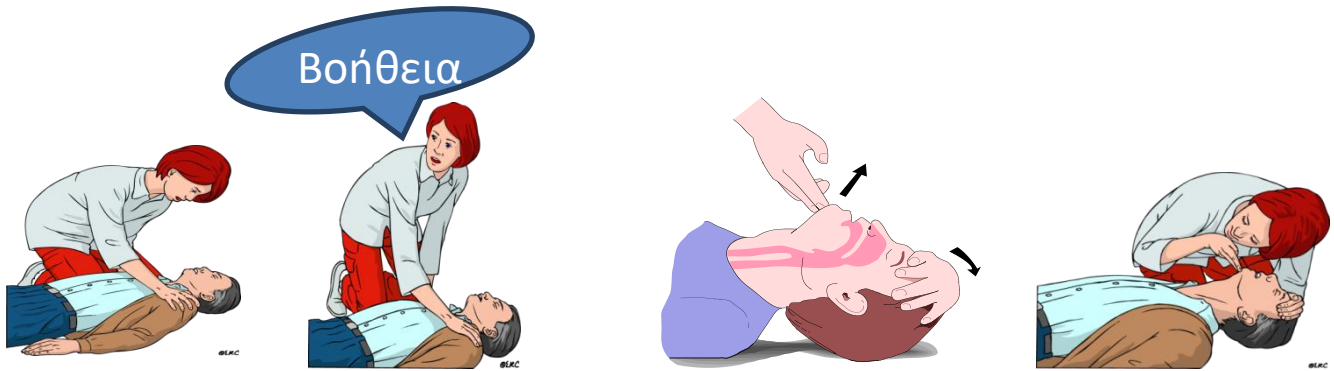
Δεξιότητα Χρήση προστατευτικού – Apply barriers

- Φουσκώστε για να ελέγξετε τα γάντια
- Αφαιρέστε αιχμηρά αντικείμενα από τα δάκτυλα
- Φορέστε τα γάντια προσεκτικά
- Τραβήξτε προσεκτικά χωρίς να σκίσετε ή τσακίσετε το εξωτερικό τμήμα του γαντιού στο ύψος του καρπού .
- Τοποθετήστε το στο εσωτερικό του άλλου γαντιού .
- Αφαιρέστε το δεύτερο γάντι βάζοντας το ελεύθερο χέρι κάτω από το γάντι στο ύψος του καρπού και βγάλτε το με τον ίδιο τρόπο γυρίζοντας το προς τα έξω και γύρω από το πρώτο γάντι .
- Απορρίψτε τα σε σακούλα βιολογικών αποβλήτων .
- Πλυθείτε με αντιβακτηριδιακό σαπούνι ή αντιβακτηριδιακό υγρό ή καθαριστείτε με αντιβακτηριδιακά μαντηλάκια .

Δεξιότητα ΚΑΡΠΑ

- Πλησιάστε με ασφάλεια/ Φορέστε προστατευτικά
- Ελέγξτε αντίδραση/Ζητήστε άδεια
- Φωνάξτε για βοήθεια
- Απελευθερώστε αεραγωγό
- Ελέγξτε για αναπνοή
- Καλέστε 112
- 30 θωρακικές συμπιέσεις
- 2 αναπνοές διάσωσης

- Αντικαταστήστε κάθε 2 λεπτά το διασώστη που εφαρμόζει ΚΑΡΠΑ, εφόσον είναι δυνατόν



Δεξιότητα Χρήση Αυτόματου Εξωτερικού Απινιδωτή .

- Μόλις σας φέρουν τον ΑΕΑ χωρίς να διακόψετε την ΚΑΡΠΑ τοποθετήστε τα ηλεκτρόδια στο θώρακα .
- Απομακρυνθείτε και απομακρύνετε
- Πατήστε το κουμπί για να γίνει έλεγχος
- Περιμένετε τον έλεγχο
- Αν σας δώσει εντολή για απινίδωση απομακρυνθείτε , απομακρύνετε
- Απινιδώστε
- Ακολουθήστε τις οδηγίες του ΑΕΑ



Δεξιότητα Διαχείριση σοβαρής αιμορραγίας-Serious bleeding management

- Εκτιμήστε το επεισόδιο
- Χρησιμοποιήστε προστατευτικά
- Ελέγξτε αντίδραση /Ζητήστε άδεια /Καλέστε 112
- Ασκήστε άμεση πίεση χρησιμοποιώντας ένα καθαρό πανί , μια αποστειρωμένη γάζα ή στιδήποτε έχετε στη διάθεσή σας
- Ανυψώστε
- Ασκήστε ελαφριά πίεση στην κεντρική αρτηρία , αν η αιμορραγία δεν ελέγχεται
- Επιδέστε με κυλινδρικό επίδεσμο



Δεξιότητα Διαχείριση σοκ - Shock management

- Κρατήστε το κεφάλι του και ακινητοποιήστε το



- Διατηρήστε τη θερμοκρασία του σώματος . Σε κρύο περιβάλλον σκεπάστε με κουβέρτα . Σε ζεστό δημιουργήστε σκιά
- Ανυψώστε τα πόδια 15-30 cm εκτός κι αν υπάρχει υποψία τραυματισμού στη σπονδυλική στήλη
- Μην ανασηκώσετε τα πόδια σε περίπτωση εγκεφαλικού

Δεξιότητα Διαχείριση τραυματισμού στη σπονδυλική στήλη -Spinal injury management

- Εκτιμήστε το επεισόδιο
- Χρησιμοποιήστε προστατευτικά
- Ελέγξτε αντίδραση /Ζητήστε άδεια /Καλέστε 112
- Κρατήστε το κεφάλι του και ακινητοποιήστε το
- Συμβουλευέστε τον να μείνει ακίνητος
- Αν είναι απαραίτητο να μετακινηθεί , χρησιμοποιήστε φορείο
- Αν χρειαστεί να γυρίσει ανάσκελα , χρησιμοποιήστε το log roll
- Αν πρέπει να ανοίξετε αεραγωγό , κάντε το με προσοχή χωρίς να κινηθεί το κεφάλι αριστερά δεξιά

Δεξιότητα Ενήλικας σε κατάσταση πνιγμού που έχει /δεν έχει τις αισθήσεις του

- Παροτρύνε τον ασθενή να βήξει
- Δώσε 5 κτυπήματα στην πλάτη και σε κάθε κτύπημα ελέγχε για το ξένο σώμα στην αεραγωγό
- Δώσε 5 κοιλιακές ή θωρακικές συμπίεσεις (σε εγκύους ή υπέρβαρα άτομα)
- Συνέχισε με κύκλους των 5 κτυπήματων στην πλάτη και 5 κοιλιακών συμπίεσεων μέχρι να ανοίξει η αεραγωγός

Αν χάσει τις αισθήσεις του ο ασθενής

- Ελέγξε αντίδραση/Ζητήστε άδεια
- Φωνάξε για βοήθεια
- Απελευθερώσε αεραγωγό
- Ελέγξε για αναπνοή
- Καλέσε 112
- 30 θωρακικές συμπίεσεις
- 2 αναπνοές διάσωσης/έλεγχος για ξένο σώμα

Δεξιότητα Χρήση οξυγόνου έκτακτης ανάγκης

- Συναρμολογήστε τη μονάδα
 - Ανοίξτε αργά τη βαλβίδα και βεβαιωθείτε ότι ρέει οξυγόνο στη μάσκα παίρνοντας μια αναπνοή
 - Ζητήστε άδεια για να χορηγήσετε το οξυγόνο . «Αυτό είναι οξυγόνο. Μπορεί να σας βοηθήσει . Να σας δώσω ; »
 - Τοποθετήστε τη μάσκα στο πρόσωπο του ασθενή και συμβουλευέστε τον να την κρατά
 - Ελέγχετε τακτικά την ποσότητα του οξυγόνου στη φιάλη και την ανταπόκριση του ασθενή
- Στην περίπτωση του ασθενή που δεν αναπνέει και χρειάζεται ΚΑΡΠΑ ενώστε το σωληνάκι με το οξυγόνο στην pocket mask