



**ROKIŠKIO RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS**

PIRMOJI PAGALBA NUKENTĖJUSIAM IKI MEDIKŲ ATVYKIMO

Visuomenės sveikatos specialistė

Alytė Sakalauskienė


2020 m

112



Kaip kviesti greitąją pagalbą?

- Surinkus numerį 112 ir atsiliepus GMP stoties darbuotojui, apibūdinti kvietimo priežastį: ligonio įvairius nusiskundimus (skauda galvą, širdį, pilvą; vėmimas, kraujavimas ir t.t.)
- Nukentėjusiojo sąmonės būklę
- Įvykio aplinkybės: autoįvykis, gaisras, įvairios traumos.
- Nukentėjusių skaičių.
- Įvykio vietą, tikslų adresą, durų kodą.
- Į visus GMP stoties darbuotojo pateiktus klausimus pageidautina atsakyti.
- Palaukite GMP darbuotojo patvirtinimo, kad pranešimas priimtas: kvietimas priimtas.
- Pasitikite greitosios medicinos pagalbos darbuotojus.



Geriausia, kai pagalbą sužeistiesiems ar ligoniams teikia kompetentingas medicinos personalas, tačiau labai dažnai, kol tokios kvalifikuotos pagalbos sulaukiama, nuo sužeidimo ar ligos pradžios praeina tam tikras laikas. Todėl svarbu, kad kiekvienas žmogus sugebėtų suteikti pirmąją pagalbą, kol atvyks medikai.

1.Saulės smūgis- perkaitimas

Požymiai:

- Staigus svaigulys.
- Pykinimas.
- Viduriavimas.
- Troškulys.
- Galvos skausmas.
- Sutrikusi orientacija.
- Netvirta eisena.
- Raumenų traukuliai.
- Sąmonės netekimas.



2. Apsinuodijimai:

Grybais

Požymiai:

- Pykinimas.
- Vėmimas.
- Kvėpavimo sutrikimai.





Pirmoji pagalba:

- Sukelkite vėmimą.
- Duokite gerti daug vandens.
- Duokite aktyvuotos anglies.
- Paverskite žmogų ant šono.
- Kvieskite greitąją pagalbą /Nr.112/

Alkoholiu

Požymiai:

- Vėmimas.
- Pykinimas.
- Sąmonės netekimas.





Pirmoji pagalba:

- Paverskite žmogų ant šono.
- Stebėkite jį.
- Kvieskite greitąją pagalbą./Nr.112/

Saugus buvimas prie vandens:

- Einant maudytis į upę, ežerą ar jūrą būtina įsitikinti ar saugu: ar nėra kokių duobių, akmenų, stiklų.
- Nesimaudyti neblaiviam.
- Sukaitus nešokti į šaltą vandenį – pirmiausia palaipsniui prisipratinti.
- Neriant į vandenį dažniausia ištinka kaklo traumas.

Skendimas

Pirmoji pagalba:

- Kuo greičiau ištraukti iš vandens.
- Išvalyti iš burnos ir nosies dumblą, purvą ir smėlį.
- Atverti kvėpavimo takus ir daryti išorinį širdies masažą ir dirbtinį kvėpavimą.
- Kvieskite greitąją pagalbą / Nr.112/

Traumos:

Elektros ir žaibo. Požymiai:

- Mėšlungiški raumenų traukuliai.
- Kvėpavimo nutrūkimas.
- Širdies sustojimas
- Ant žaibo nutrenkto nukentėjusiojo kūno atsiranda mėlynos spalvos medžio pavidalo piešinys.



Pirmoji pagalba:

- Atjunkite elektros šaltinį.
- Užgesinkite ugnį.
- Gaivinkite nukentėjusįjį.
- Atvėsinkite jį šaltu vandeniu.
- Aptvarstykite žaizdas.
- Kvieskite greitąją pagalbą. /Nr.112/

Stuburo traumas.

Pirmoji pagalba:

- Paguldykite sužeistą ant kieto pagrindo.
- Po juosmeniu padėkite nedidelį rūbų ritinėlį.
- Niekada nemėginkite ištiesi matomo stuburo išlinkimo.
- Kvieskite greitąją pagalbą. /Nr.112/

Kaklo traumos.

Pirmoji pagalba:

- Reikia kelti už drabužių.
- Du ar trys žmonės pakelia sužeistą kojas ir kūną laiko jį kaip galima tiesiau.
- Vienas žmogus prilaiko galvą. Suimkite galvą ir kelkite ją tolygiai su visu kūnu.
- Jei nukentėjęs nekvėpuoja, atidarykite kvėpavimo takus ir atlenkite galvą į natūralią padėtį, ir tada darykite dirbtinį kvėpavimą.
- Jei turi sąmonę niekada nemėginkite ištiesinti kaklo, paremkite galvą antklodėmis ar rūbais.
- Kvieskite greitąją pagalbą. /Nr.112/

Lūžiai

Požymiai:

- Netaisyklinga galūnės padėtis.
- Nenatūralus paslankumas.
- Sutrumpėjusi ranka ar koja.



Pirmoji pagalba:

- Jei yra žaizda, ją uždenkite ir sustabdykite kraujavimą.
- Nejudinkite sužeistos vietos.
- Kvieskite greitąją pagalbą. /Nr.112/

ŽAIZDOS

Žaizda - tai odos, gleivinės arba organų vientisumo pažeidimas. Kiekvienai žaizdai būdinga kraujavimas ir skausmas.

○ **Kodėl žaizdos pavojingos?**

1. Per žaizdą į audinius gali patekti infekcija.
2. Nukentėjusysis gali nukraujuoti.
3. Dėl žaizdos gali sutrikti kūno dalies ar organo funkcija.
4. Gali ištikti šokas.
5. Sužeistasis gali mirti ar likti invalidas.





Žaizdos gali būti pjautinės, kirstinės, durtinės, šautinės, kąstinės, plėštinės

- **1. Pjautinės žaizdos.**
Stipriai kraujuoja, nes aštriu daiktu perpjautos kraujagyslės lieka atviros.
- **2. Kirstinės žaizdos.**
Padaromos kertamaisias įrankiais. Gali būti gilios ir stipriai kraujuoti.

3. **Durtinės žaizdos**

- Durtinė žaizda nedidelė, bet gili. Giliai pažeidžiama stambios kraujagyslės, nervai, gyvybiškai svarbūs organai.
- Pavojingos, nes jos mažiau kraujuoja į išorę ir neišsiplauna, todėl galima infekcija.

4. **Šautinės žaizdos**

- Padaromos šautiniais ginklais. Gali būti viena arba dvi angos: įėjimo ir išėjimo.
- Visada pavojinga, nes yra giliai pažeidžiama stambios kraujagyslės, nervai, gyvybiškai svarbūs organai, patenka infekcija.

5. Muštinės žaizdos

- Padaromos kietais bukais daiktais.

6. Kąstinės žaizdos

Atsiranda įkandus gyvūnams.

Šios žaizdos beveik visada supūliuoja.

Įkandus pasiutusiam gyvūnui, galima susirgti pasiutlige.

- ## 7. Plėštinės žaizdos

Žaizda pavojinga, nes į ją visada patenka infekcija, blogai gyja.

Žaizdos

Pirmoji pagalba

1. Apnuoginkite sužeistą sritį, nustatykite, kokia yra žaizda.
2. Sustabdykite kraujavimą.
3. Sutvarstykite.
4. Malšinkite skausmą.
5. Jei žaizda pavojinga (arba įtariama, kad pavojinga), nukentėjusįjį skubiai gabenkite į gydymo įstaigą / Nr.112/



Kodėl kraujavimas pavojingas?

1. Nukraujavus gali sutrikti gyvybiškai svarbių organų veikla.
2. Gali ištikti šokas.
3. Netekęs daug kraujo žmogus gali mirti.

Kraujavimo rūšys.

Arterinis kraujavimas

1. Kraujas ryškiai raudonas
2. Kraujas trykšta čiurkšle.

Veninis kraujavimas

1. Kraujas tamsiai raudonas.
2. Kraujas teka silpna srove.

Kapiliarinis kraujavimas

Kraujas teka iš smulkių kraujagyslių ("rasoja")

Kraujavimas gali būti išorinis ir vidinis

Išorinis kraujavimas matomas.

Vidinis kraujavimas nematomas, kraujuoja į vidines kūno ertmes (pvz., pilvo ertmę, krūtinės ertmes, galvoje, tarp raumenų ir t.t.).

Nustatyti vidinį kraujavimą dažniausiai yra sudėtinga.

Pagrindiniai ūmaus vidinio kraujavimo požymiai yra šie:

- nerimas;
- silpnumas;
- troškulys;
- krečia drebulys, pila šaltas prakaitas;
- žmogus išblykšta;
- kvėpavimas dažnas, paviršutinis;
- pulsas dažnas, silpnas;
- žmogus gali prarasti sąmonę, kristi.

Kraujavimo stabdymo būdai

1. Užspaudimas pirštais, ranka:

Šis būdas taikomas kraujavimo stabdymo pradžioje. Taikant jį, kraujavimas sustabdomas greičiausiai. Tai laikinas būdas.

2. Galūnės pakėlimas:

Šis būdas tinka, jei kraujavimas yra nestiprus ir taikomas su kitais būdais įvairaus stiprumo kraujavimui stabdyti.

Žinotina :

Jeigu kraujuoja iš stambųjų galūnių venų, kad į kraujotaką nepatektų oro ir jis neužkimštų gyvybiškai svarbių kraujagyslių, pakelti galūnę galima tik užspaudus žaizdą.



3. Maksimalus galūnēs sulenkimas:

Rankos sulenkimas per alkūnēs sąnarij ir kojos sulenkimas per kelio sąnarij.

Šis būdas taikomas kraujavimo stabdymo pradžioje.

Visiškai sulenkus ranką per alkūnēs sąnarij, kraujavimas sustoja arba sumažēja, jeigu sužeistas dilbis arba plaštaka.

Visiškai sulenkus kojā per kelio sąnarij, jei sužeista pēda ar blauzda.

4. Tvarstis:

Naudojamas nestipriam (kapiliarinim, silpnam veniniam) kraujavimui stabdyti. Ant žaizdos dedamas sterilus tvarstis ir aprišamas marle, skarele, audinio atraiša.

Žinotina :

- Tvarstant ir rišant mazgą stipriai nespausti, kad audiniuose nesutriktų kraujotaka.
- Nerišti mazgo ant žaizdos.
- Baigus tvarstyti, jei tvarstis permirksta krauju, galima ranka jį prispausti prie žaizdos ir palaikyti 5-10 minučių

5. Spaudžiamasis tvarstis:

- Naudojamas stipresniam kraujavimui stabdyti (veniniam, arteriniam ar tuo atveju, jei paprastas tvarstis kraujavimo nesustabdo).

Žinotina :

Mazgą riškite virš ritinėlio.

Spaudžiamasis tvarstis yra geriausias kraujavimo stabdymo būdas, bet sutvarsčius netaisyklingai, gali sutrikti aplinkinių audinių kraujotaka, todėl būtina nustatyti, ar audiniai arba galūnė žemiau sutvarstymo vietos nebąla, nemėlynuoja, nešąla, netirpsta.



6. Timpa:

- Naudojama stipriam arteriniam kraujavimui stabdyti, kai spaudžiamuoju tvarščiu kraujavimo sustabdyti nepavyksta.
- Timpa dedama tik kraujuojant iš galūnių.
- Jei galūnė nutraukta, timpą būtina uždėti, net jeigu kraujuoja nežymiai ar visai nekraujuoja, nes po kurio laiko gali prasidėti stiprus arterinis kraujavimas



Žinotina:

Timpa galima naudoti tik tokiu atveju, jei visi taikyti būdai kraujavimo nesustabdo.

Negalima naudoti vielos, batų raištelių ir pan.

Suveržtos galūnės negalima uždengti (timpa turi būti gerai matoma).

Atskiri kraujavimo stabdymo atvejai

Galva.

Kraujavimo veido srityje stabdymas :

- Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, sutvarstykite, prispauskite ranką.
- Jei kraujavimas nesustoja, dėkite spaudžiamąjį tvarstį, spauskite ranka.
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą sėdimoje padėtyje /Nr.112/

Kraujavimo iš nosies stabdymas

- Sodinkte.
- Ant nosies dėkite šaltą kompresą (pvz, šaltu vandeniu sudrėkintą audinį).
- Jei kraujavimas nesustoja, į išorinę nosies landą įkiškite siaurą marlės juostą (pageidautina drėgną) ar minkšto audinio atraizą.
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą sėdimuoju padėtyje. /Nr.112/

Kraujavimas iš galvos

Kraujavimo iš plaukuotosios galvos dalies stabdymas:

- Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, sutvarstykite, prispauskite ranka.
- Jei kraujavimas nesustoja, dėkite spaudžiamąjį tvarstį, spauskite ranka.
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą sėdimuoju padėtyje.

Kaklas

Nedidelio kraujavimo iš kaklo minkštųjų audinių stabdymas :

- Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, prispauskite ranka.
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą sėdimoje padėtyje. Rankos neatleiskite ./Nr.112/

Kraujavimo iš stambiųjų kaklo kraujagyslių stabdymas.

- Skubiai prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną!!!
- Tik akimirką atleidę ranką, ant žaizdos dėkite didelį standų sterilų tvarstį ir vėl skubiai prispauskite ranka!!! /Nr.112/
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą gulimoje padėtyje. Rankos neatleiskite!!! Spauskite!!!

Krūtinė.

Išorinio kraujavimo iš krūtinės stabdymas:

- Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, sutvarstykite, prispauskite ranka.
- Jei kraujavimas nesustoja, dėkite spaudžiamąjį tvarstį, spauskite ranka.
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą.

Kraujavimo į krūtinės ąstos ertmę stabdymas.

- Pasodinkite!
- Ant tos srities, kurioje galimas kraujavimas, dėkite šaltą kompresą, pūslę su ledais ar šaltu vandeniu.
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą sėdimoje padėtyje!!!/Nr.112/

Pilvas.

- Išorinio kraujavimo iš pilvo srities stabdymas
- Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, sutvarstykite, prispauskite ranka.
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą gulimoje padėtyje.

Kraujavimo į pilvo ertmę stabdymas.

- Paguldykite!
- Ant pilvo dėkite šaltą kompresą, pūslelę su ledais ar šaltu vandeniu.
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą gulimoje padėtyje!!!

Ranka.

- Kraujavimo iš pirštų ir plaštakos stabdymas
- Prie kraujuojančios vietos prispauskite piršus arba delną.
- Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, sutvarstykite, prispauskite ranka.
- Sužeistą ranką sulenkite per alkūnę arba pakelkite.
- Jei kraujavimas nesustoja, ant plaštakos dėkite spaudžiamąjį tvarstį (spauskite ranka, pakelkite, sulenkite).
- Imobilizuokite. Jei sužeidimas didelis, vežkite į gydymo įstaigą.

Kraujavimo iš dilbio stabdymas.

- Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, sutvarstykite, prispauskite ranka.
- Sužeistą ranką sulenkite per alkūnę arba pakelkite.
- Jei kraujavimas nesustoja, dėkite spaudžiamąjį tvarstį, (spauskite ranka, pakelkite, sulenkite).

-
- Jei kraujavimas vis tiek nesustoja, naudokite timpą.
 - Imobilizuokite.
 - Skubiai vežkite į gydymo įstaigą. Jei transportavimas užtrunka ilgai, po 1 val. timpą atleiskite 1-2 min., spausdami žaizdą.

Žinotina :

- Jei ranka nutraukta, timpos atleisti negalima

Kraujavimo iš pažasties stabdymas.

- Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, ant jo - standų ritinėlį, prispauskite žastą prie sužeistojo krūtinės ir sutvarstykite.
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą sėdimoje padėtyje. /Nr.112/

Kraujavimo iš peties stabdymas.

- Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, prispauskite ranka.
- Skubiai vežkite į gydymo įstaigą sėdimuoju padėtyje. Rankos neatleiskite.

/Nr.112/

Koja.

Kraujavimo iš pėdos stabdymas :

- o Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- o Paguldykite, koją pakelkite.
- o Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, sutvarstykite, prispauskite ranka.
- o Sužeistą koją sulenkite per kelį arba pakelkite.
- o Jei kraujavimas nesustoja, dėkite spaudžiamąjį tvarstį (spauskite ranka, pakelkite, sulenkite).
- o Jei sužeidimas didelis, imobilizuokite ir vežkite į gydymo įstaigą /Nr.112/

-
- Jei kraujavimas nesustoja, dėkite spaudžiamąjį tvarstį (spauskite ranka, pakelkite, sulenkite).
 - Jei kraujavimas vis tiek nesustoja, naudokite timpą.
 - Imobilizuokite.
 - Skubiai vežkite į gydymo įstaigą. Jei transportavimas užtrunka ilgai, po 1 val. timpą atleiskite 1-2 min., spausdami žaizdą.

Žinotina:

- Jei koja nutraukta, timpos atleisti negalima

Kraujavimo iš pakinklio ir šlaunies stabdymas.

- o Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- o Paguldykite, koją pakelkite.
- o Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, sutvarstykite, prispauskite ranka.
- o Jei kraujavimas nesustoja, dėkite spaudžiamąjį tvarstį (spauskite ranka, pakelkite, sulenkite).
- o Jei kraujavimas vis tiek nesustoja, naudokite timpą.
- o Imobilizuokite.

Skubiai vežkite į gydymo įstaigą!!!

Jeif transportavimas užtrunka ilgai, po 1 val. timpą atleiskite 10-20 sekundžių, spausdami žaizdą. /Nr.112/

Žinotina :

- o Jei koja nutraukta, timpos atleisti negalima.

Kraujavimo iš blauzdos stabdymas.

- o Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- o Paguldykite, koją pakelkite.
- o Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, sutvarstykite, prispauskite ranka.
- o Sužeistą koją sulenkite per kelį arba pakelkite.

Kraujavimo iš kirkšnies kraujagyslių stabdymas.

o Prie kraujuojančios vietos skubiai prispauskite pirštus arba delną!!!

o Tik akimirką atleidę, ant žaizdos dėkite didelį stambų sterilų tvarstį ir vėl skubiai prispauskite ranka!!!

o Skubiai vežkite į gydymo įstaigą gulimoje padėtyje. /Nr.112/

Rankos neatleiskite !!! Spauskite!!!

Kraujavimo iš tarpvietės ir sėdmenų stabdymas.

- o Prie kraujuojančios vietos prispauskite pirštus arba delną.
- o Ant žaizdos dėkite sterilų tvarstį, prispauskite ranka.
- o Skubiai vežkite į gydymo įstaigą gulimoje padėtyje. Rankos neatleiskite.

7. Užspringimas.

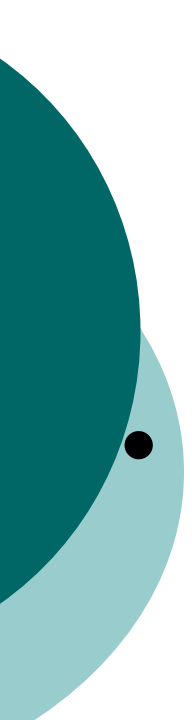
Suaugę dažniausiai užspringsta valgydami, o vaikai – dar žaisdami ar įsidėję ką nors į burną.

Požymiai:

- Staiga tampa sunku kalbėti ar kvėpuoti, neretai griebiamasi rankomis už gerklės arba rodoma į ją.
- Kosulys.
- Dusulys

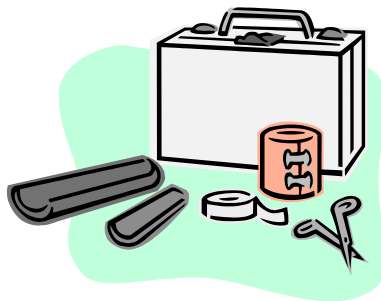
Pirmoji pagalba:

- Pašalinkite bet kokius matomus svetimkūnius iš nukentėjusio burnos.
- Nukentėjusysis kuo labiau pasilenkia į priekį, o kitas žmogus atsistoja už jo ir stipriai pliaukšteli kelis kartus per nugarą tarp menčių.
- Jei pliaukštelėjimai nepadeda, atsistoję už nukentėjusio, apkabinkite jį viena ranka ir, sugniaužę kumštį, pridėkite jį nykščiu nukentėjusiam prie viršutinės pilvo dalies vos žemiau šonkaulių. Kita ranka suimkite savo kumštį ir 5 kartus stipriai paspauskite ir atleiskite.

- 
-
- Jei nukentėjęs nesąmoningas – derinti aukščiau aprašytus veiksmus su dirbtiniu kvėpavimu.
 - Kvieskite greitąją pagalbą ir kartokite aukščiau išvardytus veiksmus. /Nr.112/



Padēk sau ir išgelbēk drauga



AČIU UŽ DĒMESĪ

