Zespół Szkół Technicznych
w Mielcu

mgr Andrzej Wyzga

Materiał pomocniczy dla młodzieży uczestniczącej w szkoleniu w zakresie PODSTAW PODTRZYMYWANIA ŻYCIA (BLS) ORAZ AUTOMATYCZNEJ DEFIBRYLACJI ZEWNĘTRZNEJ (AED)

w ramach akcji

Ferie w ZST – Zimowa Szkoła Pierwszej Pomocy 2009/2010

Mielec, 15-17.02. 2010 r.

Przebieg szkolenia:

1. Wstępne czynności organizacyjne związane ze szkoleniem.
2. Ocena sytuacji i zapewnienie bezpieczeństwa na miejscu zdarzenia:
    - ćwiczenie nr 1 str. 3
3. Badanie podstawowych funkcji życiowych poszkodowanego:
    - ćwiczenie nr 1 str. 3
4. Wyszukiwanie obrażeń u poszkodowanego:
    - ćwiczenie nr 2 str. 3
5. Postępowanie ratownicze w przypadku osoby nieprzytomnej z zachowanym oddechem:
    - ćwiczenie nr 3 str. 4
    - ćwiczenie nr 4 str. 5
    - ćwiczenie nr 5 str. 6
6. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa osoby dorosłej:
    - ćwiczenie nr 6 str. 7
7. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa dziecka:
    - ćwiczenie nr 7 str. 9
8. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa niemowlęcia:
    - ćwiczenie nr 8 str. 9
9. Pierwsza pomoc przy zakrztuszeniu:
    - ćwiczenie nr 9 str. 10
10. Zastosowanie automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED):
    - ćwiczenie nr 10 str. 12
11. Zakończenie szkolenia – podsumowanie i wnioski.

Ćwiczenie 1: Ocena bezpieczeństwa oraz badanie podstawowych funkcji życiowych (poszkodowany leży na wznak).

Oceń sytuację, zadbaj o bezpieczeństwo:

↓

Zbadaj przytomność

↓

Nie reaguje (jest nieprzytomny):

↓

- Jeśli jesteś sam wołaj o pomoc
- Jeśli na miejscu są osoby postronne zapewnij sobie pomoc jednej z nich

↓

Udrożnij drogi oddechowe:
Sprawdź jamę ustną, odchyl głowę do tyłu

↓

Badaj oddech (10 sek.)

↓

Poszkodowany oddycha

Ćwiczenie 2: Wyszukiwanie obrażeń (badanie systemowe) - poszkodowany leży na wznak.

Oceń sytuację, zadbaj o bezpieczeństwo:

↓

Zbadaj przytomność

↓

Nie reaguje (jest nieprzytomny):

↓

- Jeśli jesteś sam wołaj o pomoc
- Jeśli na miejscu są osoby postronne zapewnij sobie pomoc jednej z nich

↓

Udrożnij drogi oddechowe:
Sprawdź jamę ustną, odchyl głowę do tyłu

↓

Badaj oddech (10 sek.)

↓

Poszkodowany oddycha

↓

Wyszukaj obrażenia ciała (badanie systemowe)

Ćwiczenie 3: Pełny tok postępowania w przypadku osoby nieprzytomnej, z zachowanym oddechem, bez obrażeń (poszkodowany leży na plecach).

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych.
Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne.

Oceń sytuację, zadbaj o bezpieczeństwo:
↓
Zbadaj przytomność
↓
Nie reaguje (jest nieprzytomny):
↓
- Jeśli jesteś sam wołaj o pomoc
- Jeśli na miejscu są osoby postronne zapewnij sobie pomoc jednej z nich

↓
Udrożnij drogi oddechowe:
Sprawdź jamę ustną, odchyl głowę do tyłu
↓
Badaj oddech (10 sek.)
↓
Poszkodowany oddycha
↓
Poszukuj obrażeń ciała (badanie systemowe)
↓
Brak obrażeń
↓
- Jeśli na miejscu są osoby postronne –

poproś wcześniej wybraną przez Ciebie osobę, aby powiadomiła pogotowie (powiedz jej, co ma zrobić)
↓
Ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej
↓
Ponownie udrożnij drogi oddechowe i zbadaj oddech (10 sek.)
↓
Chroń poszkodowanego przed utratą ciepła
↓
- Jeśli na miejscu zdarzenia jesteś sam – teraz zadzwoń po pogotowie

Pamiętaj:
- U osoby nieprzytomnej badaj oddech, co około 1 minutę.
- Jeśli pogotowie nie przyjechało w ciągu 20-30 minut, po upływie tego czasu poszkodowanego obróć na drugą stronę.

Ćwiczenie 4: Pełny tok postępowania w przypadku osoby nieprzytomnej, z zachowanym oddechem, bez obrażeń, którą znaleziono leżącą na boku.

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych.
Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne.

Oceń sytuację, zadbaj o bezpieczeństwo:
↓
Zbadaj przytomność w pozycji zastanej
↓
Nie reaguje (jest nieprzytomny):
↓
- Jeśli jesteś sam wołaj o pomoc
- Jeśli na miejscu są osoby postronne zapewnij sobie pomoc jednej z nich

↓
Udrożnij drogi oddechowe w pozycji zastanej:
Sprawdź jamę ustną, odchyl głowę do tyłu
↓
Badaj oddech (10 sek.)
↓
Poszkodowany oddycha
↓
Poszukuj obrażeń ciała w pozycji zastanej (badanie systemowe)
↓
Brak obrażeń
↓
- Jeśli na miejscu są osoby postronne –

poproś wcześniej wybraną przez Ciebie osobę, aby powiadomiła pogotowie (powiedz jej, co ma zrobić)
↓
Ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej
↓
Ponownie udrożnij drogi oddechowe i zbadaj oddech (10 sek.)
↓
Chroń poszkodowanego przed utratą ciepła
↓
- Jeśli na miejscu zdarzenia jesteś sam – teraz zadzwoń po pogotowie

<u>Pamiętaj:</u>
- U osoby nieprzytomnej badaj oddech, co około 1 minutę.
- Jeśli pogotowie nie przyjechało w ciągu 20-30 minut, po upływie tego czasu poszkodowanego obróć na drugą stronę.

Ćwiczenie 5: Pełny tok postępowania w przypadku osoby nieprzytomnej, leżącej w pozycji uniemożliwiającej skuteczne udrożnienie dróg oddechowych i zbadanie oddechu.

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych.
Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne.

Oceń sytuację, zadbaj o bezpieczeństwo:

↓

Zbadaj przytomność w pozycji zastanej

↓

Nie reaguje (jest nieprzytomny):

↓

- Jeśli jesteś sam wołaj o pomoc,

a następnie w celu skutecznego udrożnienia dróg oddechowych i zbadania oddechu, odpowiednią technika obróć poszkodowanego na plecy

- Jeśli na miejscu są osoby postronne zapewnij sobie pomoc jednej z nich i w celu skutecznego udrożnienia dróg oddechowych i zbadania oddechu, odpowiednią technika obróćcie razem poszkodowanego na plecy

↓

Udrożnij drogi oddechowe u poszkodowanego leżącego na plecach:
Sprawdź jamę ustną, odchyl głowę do tyłu

↓

Badaj oddech (10 sek.)

↓

Poszkodowany oddycha

↓

Poszukuj obrażeń ciała (badanie systemowe)

↓

Brak obrażeń

↓

- Jeśli na miejscu są osoby postronne –

poproś wcześniej wybraną przez Ciebie osobę, aby powiadomiła pogotowie (powiedz jej, co ma zrobić)

↓

Ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej

↓

Ponownie udrożnij drogi oddechowe i zbadaj oddech (10 sek.)

↓

Chroń poszkodowanego przed utratą ciepła

↓

- Jeśli na miejscu zdarzenia jesteś sam – teraz zadzwoń po pogotowie

Pamiętaj:

- U osoby nieprzytomnej badaj oddech, co około 1 minutę.
- Jeśli pogotowie nie przyjechało w ciągu 20-30 minut, po upływie tego czasu poszkodowanego obróć na drugą stronę.

Ćwiczenie 6: Resuscytacja krążeniowo oddechowa osób dorosłych.

Wariant A: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne.
Wariant B: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych.

RKO U DOROSŁYCH:

Oceń sytuację, zadbaj o bezpieczeństwo:
↓
Zbadaj przytomność
↓
Nie reaguje (jest nieprzytomny):
↓
- Jeśli jesteś sam wołaj o pomoc
- Jeśli na miejscu są osoby postronne zapewnij sobie pomoc jednej z nich

↓
Udrożnij drogi oddechowe:
Sprawdź jamę ustną, odchyl głowę do tyłu
↓
Badaj oddech (10 sek.)
↓
BRAK ODDECHU LUB BRAK PRAWIDŁOWEGO ODDECHU
↓
- Jeśli jesteś sam zadzwoń pod 112 lub 999
- Jeśli na miejscu są osoby postronne – pomoc telefonicznie (nr 999 lub 112) wzywa osoba wcześniej przez Ciebie wybrana (powiedz jej co ma zrobić)

↓
Wykonaj: 30 uciśnięć klatki piersiowej,
Następnie: 2 oddechy ratownicze
itd.

RKO wykonuj nieprzerwanie do:

- Przyjazdu pogotowia
- Wyczerpania sił własnych
- Powrotu samoistnego oddechu (jeśli oddech powróci - sprawdź, czy poszkodowany posiada obrażenia, jeśli nie – ułóż go w pozycji bezpiecznej i chroń przed utratą ciepła)
- Momentu wystąpienia nagłego, nieprzewidzianego zagrożenia

European Resuscitation Council

www.erc.edu
info@erc.edu

www.prc.krakow.pl

Podstawowe Zabiegi Resuscytacyjne



---> Oceń stan świadomości

- Delikatnie potrząśnij
- Głośno wołaj o pomoc



---> Jeśli nie reaguje

Udrożnij drogi oddechowe
Sprawdź oddech

- Odchyl głowę i unieś żuchwę
- Patrz
- Słuchaj
- Wyczuj
- Nie dłużej niż 10 sek.



Jeśli reaguje

- Obserwuj
- W razie konieczności sprowadź pomoc



---> Jeśli nie oddycha prawidłowo

Zadzwoń 112 lub 999
Wykonaj 30 uciśnięć klatki piersiowej



Połóż ręce na środku klatki piersiowej

Wykonaj 2 wdechy



- Przyłóż szczelnie usta wokół ust poszkodowanego
- Wdmuchuj powietrze, aż klatka piersiowa się uniesie
- Wykonaj następny oddech gdy klatka opadnie

---> Kontynuuj RKO 30:2 do przyjazdu pogotowia ratunkowego

Jeśli oddycha prawidłowo

- Ułóż w pozycji bezpiecznej
- Sprowadź pomoc
- Ponownie oceń oddech



Opublikowano Maj 2009 przez Europejską Radę Resuscytacji Organizacja non-profit (European Resuscitation Council npo), Drie Eikenstraat 661, 2650 Edegem, Belgium
Product reference: POSTER-05-BLS-01-01-POL Prawa autorskie: European Resuscitation Council

©ERC

Źródło: www.prc.krakow.pl
www.erc.edu

Ćwiczenie 7 i 8: Resuscytacja krążeniowo oddechowa dzieci i niemowląt.
Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych.
Wariant B: Na miejscu zdarzenia są osoby postronne.

RKO U NIEMOWLĄT I DZIECI:

Oceń sytuację, zadbaj o bezpieczeństwo

↓

Zbadaj przytomność

↓

Nie reaguje (osoba nieprzytomna)

↓

- Jeśli jesteś sam wołaj o pomoc
- Jeśli na miejscu są inne osoby zapewnij sobie pomoc jednej z nich – niech wzywa telefonicznie – nr 999 lub 112) pomoc (powiedz jej co ma zrobić)

↓

Udrożnij drogi oddechowe i sprawdź oddech

↓

NIE ODDYCHA PRAWIDŁOWO

↓

5 oddechów ratowniczych

↓

30 uciśnięć klatki piersiowej
2 oddechy ratownicze

↓

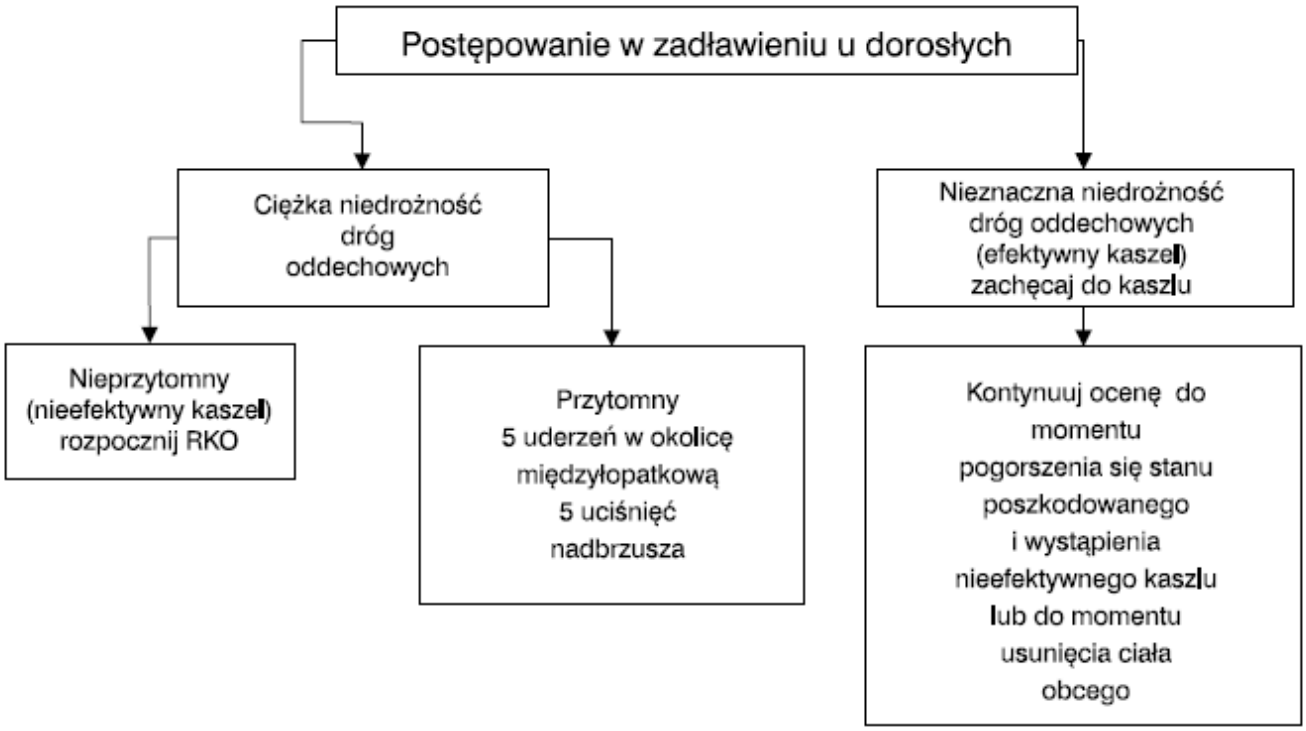
- gdy jesteś sam po 1 min. RKO
  zadzwoń na 112 lub 999
  itd.

RKO wykonuj nieprzerwanie do:

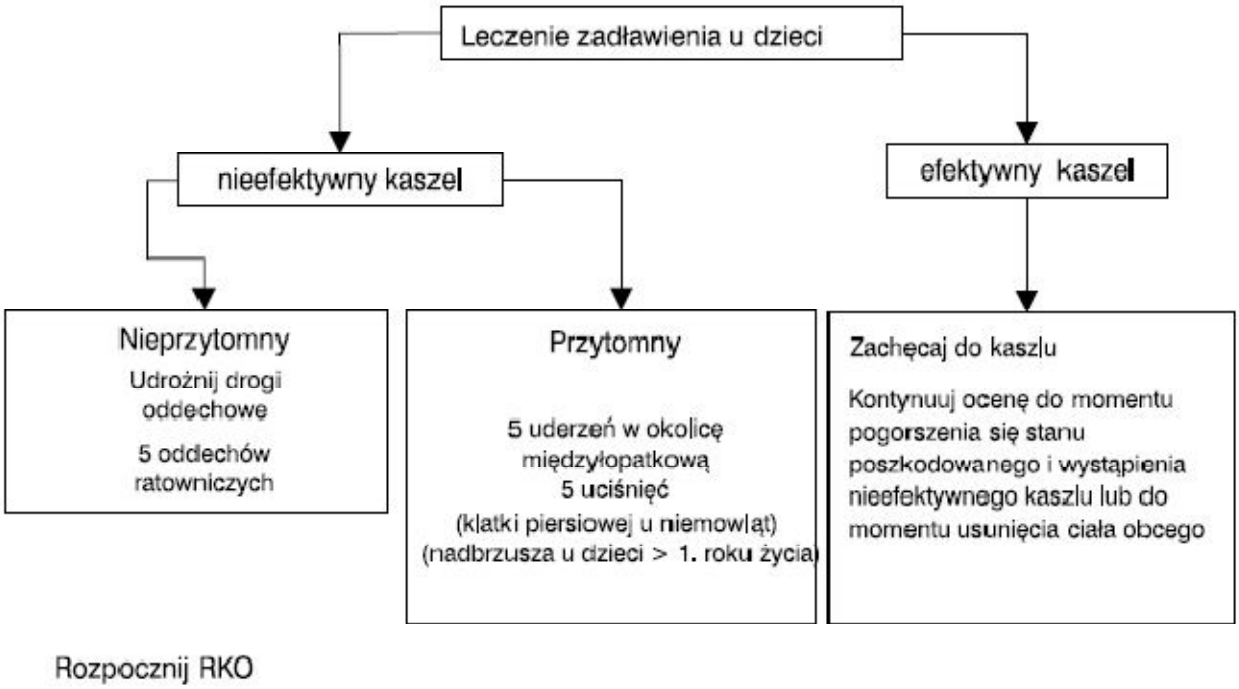
- Przyjazdu pogotowia
- Wyczerpania sił własnych
- Powrotu samoistnego oddechu (jeśli oddech powróci - sprawdź, czy poszkodowany posiada obrażenia, jeśli nie – ułóż go w pozycji bezpiecznej i chroń przed utratą ciepła)
- Momentu wystąpienia nagłego, nieprzewidzianego zagrożenia

Ćwiczenie 9: Pierwsza pomoc przy zakrztuszeniu.

Wariant A: w przypadku osoby dorosłej.
Wariant B: w przypadku niemowlęcia.



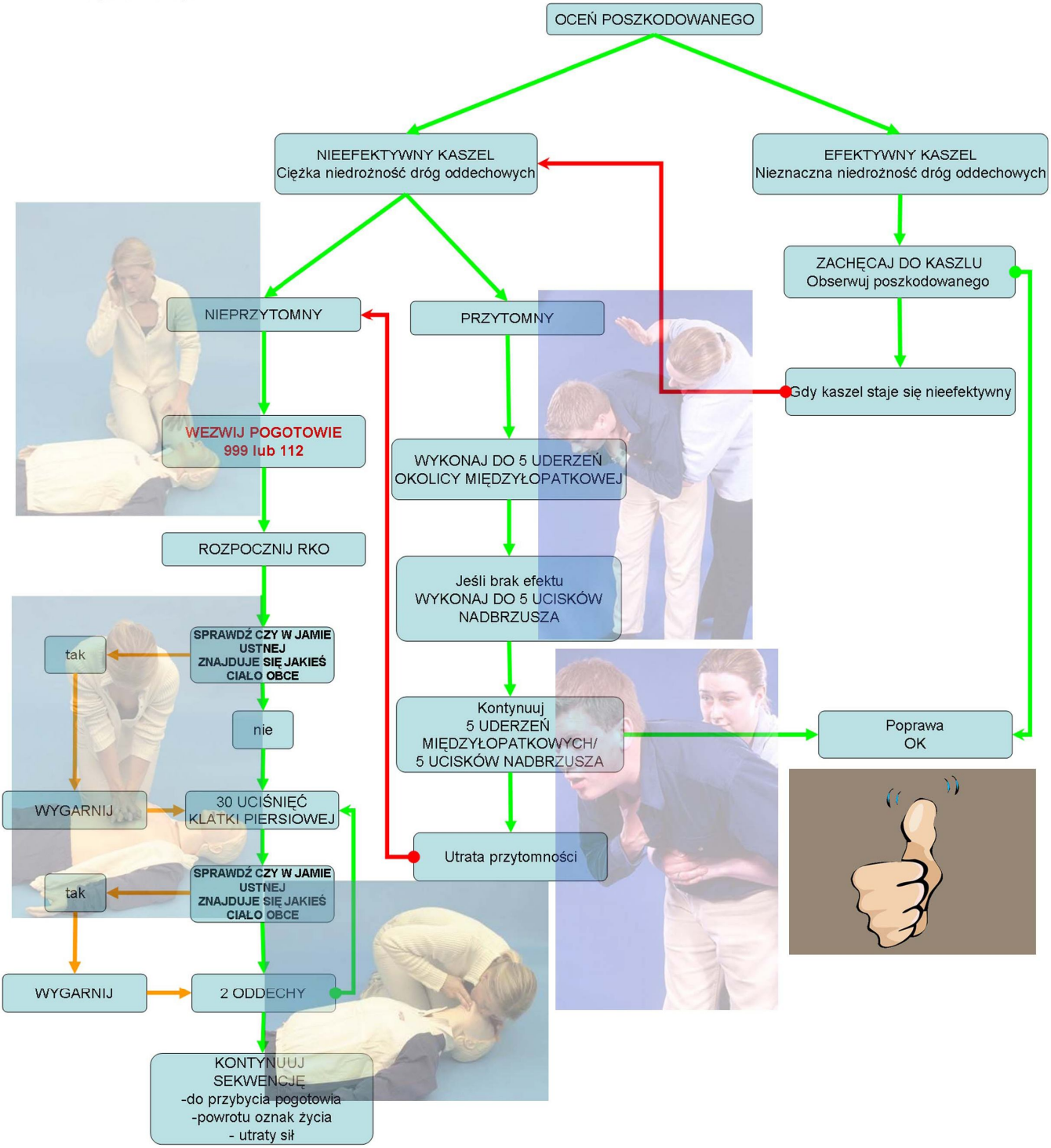
Źródło: **www.prc.krakow.pl**
www.erc.edu



Źródło: **www.prc.krakow.pl**
www.erc.edu

Algorytm postępowania przy zakrztuszeniu:

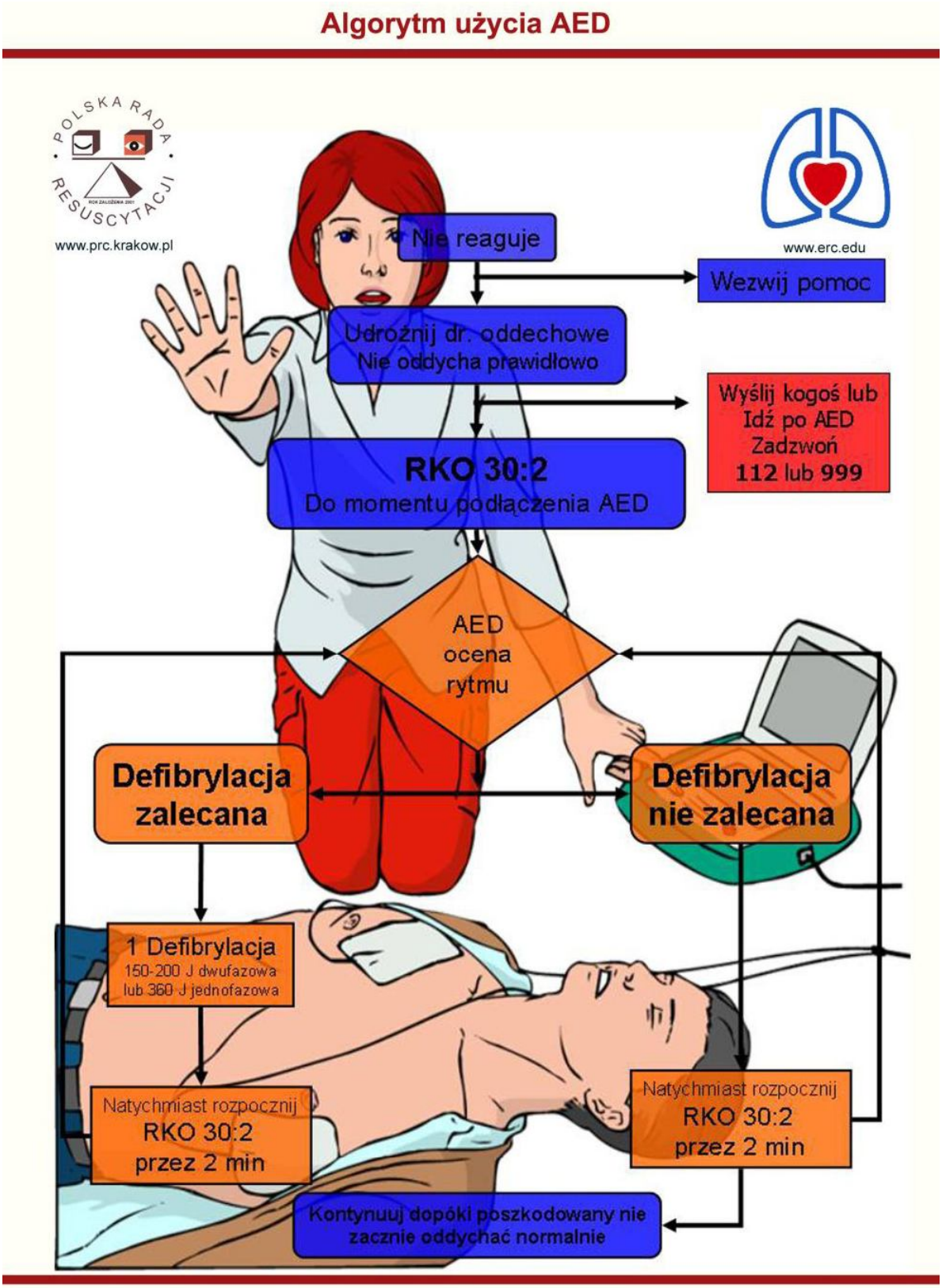
www.prc.krakow.pl



Źródło: **www.prc.krakow.pl**

Ćwiczenie 10: Zastosowanie automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED).

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych.
Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne.



Źródło: **www.prc.krakow.pl**
www.erc.edu

European Resuscitation Council

www.erc.edu
info@erc.edu

Automatyczna Defibrylacja Zewnętrzna

www.prc.krakow.pl

Oceń stan świadomości - Udrożnij drogi oddechowe - Sprawdź oddech - Zadzwoń 112 lub 999



Włącz AED

Postępuj zgodnie z poleceniami defibrylatora unikając niepotrzebnych przerw.



Przyklej elektrody

Przyklej jedną elektrodę pod lewą pachą.
Przyklej drugą elektrodę pod prawym obojczykiem, obok mostka.



Odsunąć się

Upewnij się by nikt nie dotykał poszkodowanego gdy AED analizuje rytm serca.



Wykonaj defibrylację

Potwierdź, że nikt nie dotyka poszkodowanego.



Natychmiast rozpocznij RKO

Połóż ręce na środku klatki piersiowej.
Wykonaj 30 uciśnięć klatki piersiowej.

Przyłóż szczelnie usta wokół ust poszkodowanego.
Wdmuchuj powietrze, aż klatka piersiowa się uniesie.
Wykonaj następny oddech gdy klatka opadnie.

Kontynuuj RKO.

30:2

Postępuj zgodnie z poleceniami defibrylatora unikając niepotrzebnych przerw.



Przerwij RKO jeśli poszkodowany zacznie prawidłowo oddychać.
Ułóż w pozycji bezpiecznej jeśli wciąż jest nieprzytomny.

Opublikowano Maj 2009 przez Europejską Radę Resuscytacji Organizacja non-profit (European Resuscitation Council npo), Drie Eikenstraat 661, 2650 Edegem, Belgium
Product reference: POSTER-05-AED01-01-POL Prawa autorskie: European Resuscitation Council

Źródło: www.prc.krakow.pl
www.erc.edu

Materiał opracował:

mgr Andrzej Wyzga

Źródła ilustracji:

1. Polska Rada Resuscytacji (www.prc.krakow.pl)
2. Europejska Rada Resuscytacji (www.erc.edu)