

Pierwsza pomoc w urazowych i nieurazowych stanach zagrożenia życia

Krzysztof Kaczmarek RM, instr. AHA, PHTLS

Poznań 2017

(na podstawie wytycznych Europejskiej Rady Resuscytacji (ERC)
i Amerykańskiego Towarzystwa Kardiologicznego (AHA) 2015)



Krwotok

Jest gwałtowną utratą krwi na skutek choroby lub urazu

- przyłóż opatrunek do miejsca krwawienia
- silnie uciśnij miejsce krwawienia

Jeśli nie dysponujesz opatrunkiem, do tamowania krwawienia wykorzystaj odzież poszkodowanego lub inny czysty materiał



Wstrząs krwotoczny

Objawy:

- blada, spocona skóra
- szybki, płycony oddech
- zmiany świadomości – od pobudzenia do utraty przytomności



Wstrząs krwotoczny - postępowanie

- tamowanie krwotoków
- ułożenie na plecach
- okrycie kocem
- jeśli poszkodowany przestanie oddychać – podejmij RKO (dostarcz AED)



Krwotok z nosa - postępowanie

- posadź poszkodowanego z głową pochyloną do przodu
- poinformuj chorego, aby oddychał ustami
- poproś poszkodowanego o delikatne wydmuchanie nosa
- uciśnij mocno płatki nosa
- daj poszkodowanemu chusteczkę, lub gazę ręcznik, aby przyłożył ją do nosa
- utrzymuj ucisk przez 20 minut



Złamania

Zamknięte

- unieruchomić kończynę

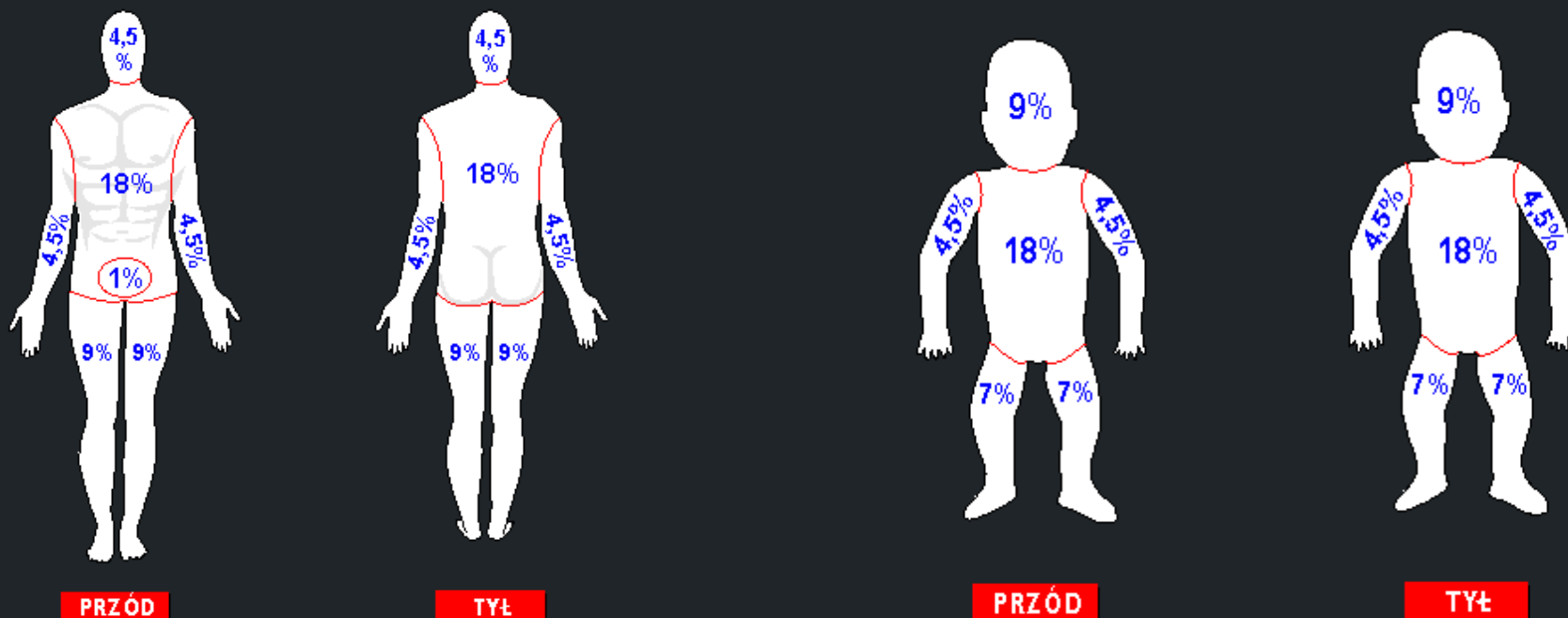
Otwarte

- kość i ranę zabezpieczyć opatrunkiem (nie wpychać kości do rany)
- unieruchomić kończynę
- to samo postępowanie dotyczy ciała obcego w ranie



Oparzenia

Powierzchnia oparzenia ma większe znaczenie niż jego głębokość



Zagrażające życiu są oparzenia głębokie > 20% powierzchni u dorosłych i >10% u dzieci do 10. lat.

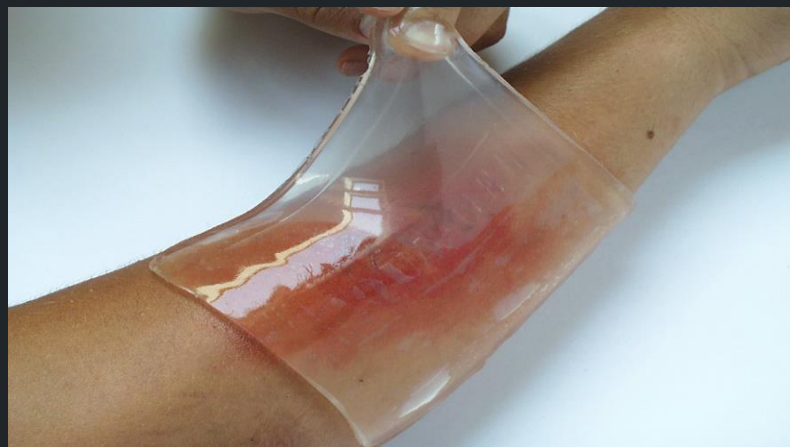


Oparzenia - postępowanie

- niewielkie oparzenia (do 10% powierzchni ciała) polewaj bieżącą chłodną wodą przez co najmniej 10 minut
- załóż wilgotny/luźny opatrunek
- zwróć uwagę na objawy sugerujące oparzenie dróg oddechowych – osmalona twarz, oparzenia wokół nosa i warg, opalone rzęsy, brwi, włoski w nosie, chrypka i problemy z połykaniem
- nie przekłuwaj pęcherzy, niczym nie smaruj, nie zrywaj odzieży (jeśli przywarła do skóry/rany)
- do opatrywania ran nie używaj „kłaczących” materiałów (np. waty)



Oparzenia - postępowanie



Oparzenia chemiczne

Przy oparzeniach chemicznych należy (jeśli to możliwe) najpierw mechanicznie oczyścić ciało ze środka chemicznego, a dopiero później zmywać dużą ilością wody.

W przeciwnym razie pod wpływem wody może nastąpić reakcja chemiczna, wyzwalamąca duże ilości ciepła.

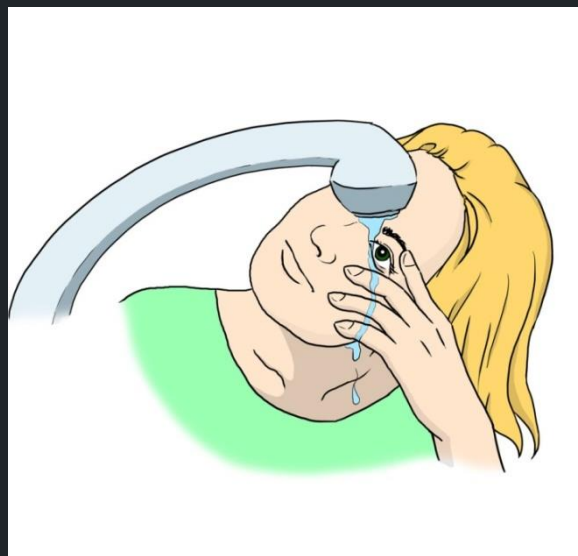
Spowoduje to nie tylko oparzenie chemiczne, ale i ciepłe.



Oparzenia chemiczne – oko

W przypadku urazu oka spowodowanego działaniem substancji chemicznej należy jak najszybciej przepłukać oko ciągłym strumieniem czystej wody w dużej objętości.

Założyć opatrunek na oko oparzone i zdrowe.



Porażenie prądem/piorunem

- zadbaj o bezpieczeństwo własne i poszkodowanego – odłącz źródło prądu
- poszukaj śladów oparzenia
- porażeniu prądem często towarzyszą inne urazy
- postępowanie z ranami podobne jak przy oparzeniu
- wszystkie przypadki porażenia prądem wymagają obserwacji szpitalnej



Upadek z wysokości

- zadbaj o własne bezpieczeństwo
- sprawdź czy poszkodowany jest przytomny i oddycha
- jeśli oddycha – ogranicz ruchomość kręgosłupa, poszukaj ran, krwawień i deformacji kończyn. Postępuj adekwatnie do zastanego stanu.
- jeśli nie oddycha – połóż poszkodowanego na plecach, delikatnie i powoli odchyl głowę do tyłu – jeśli poczujesz opór, to nie pokonuj go, dalsze postępowanie – jak w RKO



Zasłabnięcie/omdlenie

Zasłabnięcie – chwilowe zaburzenie świadomości bez jej pełnej utraty

Omdlenie – nagła, krótkotrwała utrata przytomności spowodowana przejściowym niedotlenieniem mózgu



Zastąpienie/omdlenie - postępowanie

- połóż poszkodowanego na plecach
- unieś kończyny na około 1 minutę
- po odzyskaniu świadomości nie pozwól wykonywać choremu gwałtownych ruchów
- zapytaj, co się stało, czy na coś choruje, jakiej potrzebuje pomocy

UWAGA

Jeśli chory nie odzyskuje przytomności – sprawdź czy oddycha.

Jeśli tak – ułóż go w pozycji bocznej,

jeśli nie – rozpocznij RKO.



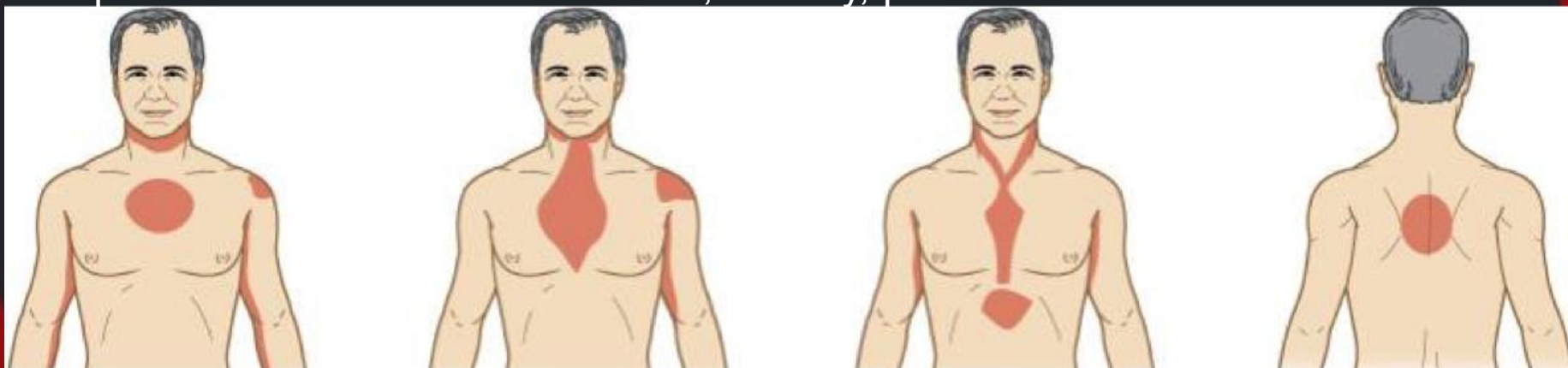
Ból w klatce piersiowej

Objawy sugerujące problem kardiologiczny:

1. Nagły ból za mostkiem trwający powyżej 15 minut.

2. Ból lub uczucie ucisku/rozpierania, połączone z:

- dusznością
- zlewnymi potami
- nudnościami/wymiotami
- zasinieniem lub bladością twarzy
- uczuciem „kołatania serca”, niemiarowej pracy
- promieniowaniem bólu do barków, żuchwy, pleców



Ból w klatce piersiowej - postępowanie

- pomóż choremu znaleźć najbardziej komfortową dla niego pozycję (najczęściej siedząca)
- nie kładź chorego na plecach
- nie pozwalaj na wysiłek fizyczny
- zapewnij dostęp świeżego powietrza; rozepnij koszulę, ściągnij krawat
- wspieraj i uspokajaj
- jeśli straci przytomność i nie oddycha – rozpocznij RKO

(Jeśli w pobliżu jest AED – dostarcz je i uruchom)



Udar mózgu

Objawy (Test FAST: **F**ace, **A**rm, **S**peech, **T**ime)

- **F**ace: asymetria twarzy
- **A**rm: osłabienie siły kończyny/kończyn (niedowład)
- **S**peech: zaburzenia mowy
- **T**ime: czas wystąpienia objawów



Wg przedszpitalnej skali oceny udaru Cincinnati (CPSS), jeśli **jeden z objawów jest zauważalny**, prawdopodobieństwo udaru wynosi 72%.



Udar mózgu - postępowanie

- pomóż choremu usiąść wygodnie, jeśli nie może, połóż go – jeśli to możliwe z uniesieniem tułowia
- staraj się dowiedzieć, od kiedy występują objawy
- jeśli straci przytomność i oddycha – ułóż go w pozycji bocznej
- jeśli straci przytomność i nie oddycha – rozpocznij RKO (dostarcz AED)



Cukrzyca - postępowanie

- jeśli chory może połykać – podaj mu kilka szklanek osłodzonej wody, soku, coli lub miód, ewentualnie coś słodkiego (czekolada, batonik itp.)
- jeśli stan się poprawi – podaj chleb, aby ustabilizować poziom glukozy
- jeśli masz możliwość i potrafisz to zrobić – zbadaj poziom cukru we krwi
- jeśli chory straci przytomność i oddycha – ułóż go na boku
- jeśli chory straci przytomność i nie oddycha – rozpocznij RKO (dostarcz AED)



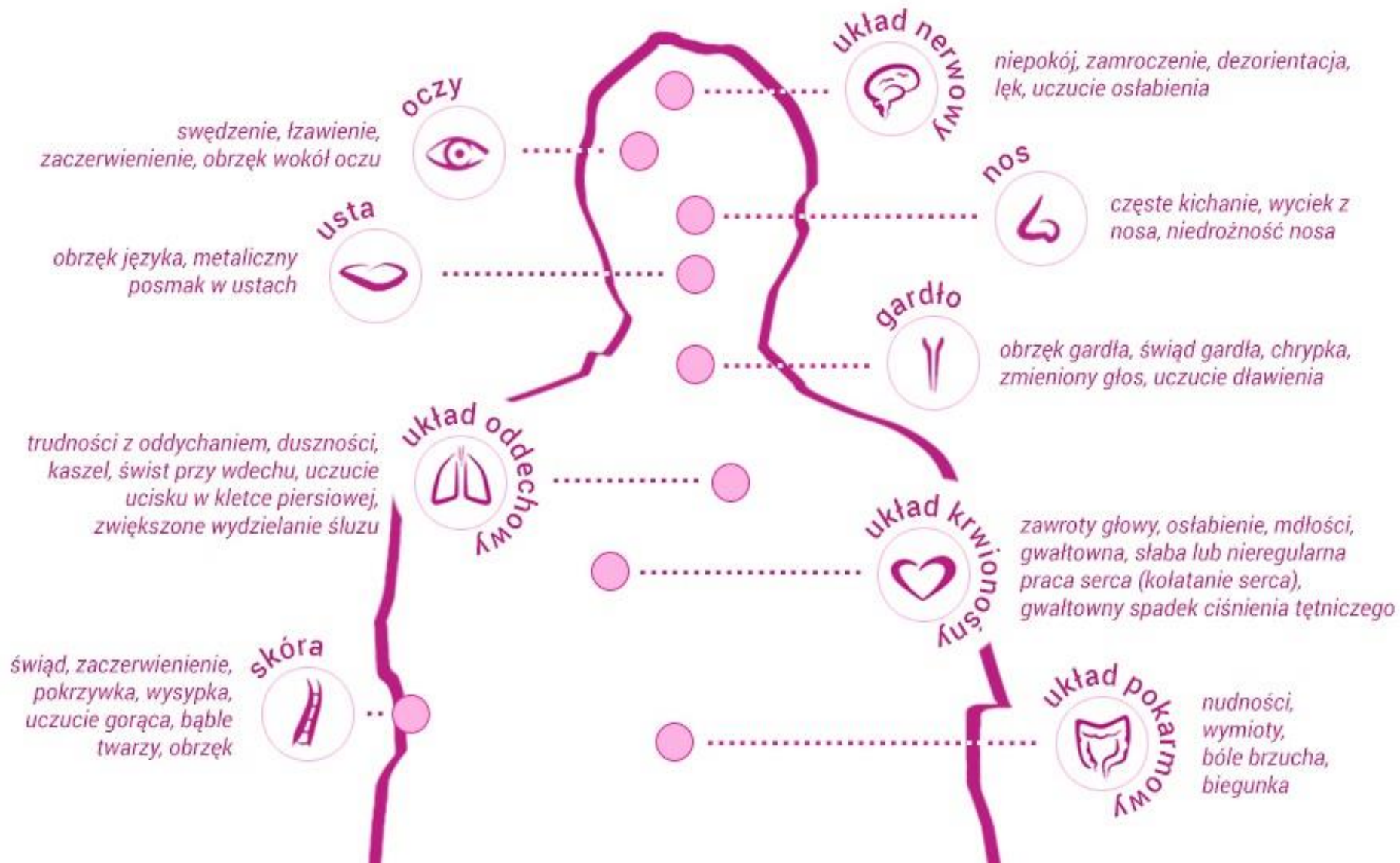
Alergia

Do reakcji alergicznej mogą prowadzić:

- ukąszenie przez owady, węże
- niektóre rodzaje pożywienia (np.: orzechy, owoce morza, jajka)
- niektóre leki (np.: aspiryna, leki przeciwzapalne, antybiotyki, środki znieczulające)
- alergeny wziewne (pyłki roślin, sierść zwierząt, roztocza kurzu)



Wstrząs anafilaktyczny



Wstrząs anafilaktyczny

Konsekwencje:

- ostra niewydolność oddechowa
- spadek ciśnienia tętniczego krwi
- rozszerzenie naczyń włosniczkowych i gwałtowna utrata efektywnej objętości krwi krążącej
- spadek rzutu serca

Nagłe Zatrzymanie Krążenia



Anafilaksja - postępowanie

- jeśli to możliwe – przerwij działanie alergenu (jeśli został ukąszony przez owada – usuń żądło, przemyj miejsce ukąszenia wodą z mydłem i zrób zimny okład na 20 minut)
- przy zaburzeniach oddechu – posadź poszkodowanego i zapewnij dostęp świeżego powietrza
- jeśli słabnie lub straci przytomność i oddycha – połóż i okryj go oraz unieś mu nogi
- jeśli zaczyna wymiotować – połóż go na boku
- obserwuj stan poszkodowanego
- jeśli przestanie oddychać, natychmiast rozpocznij RKO (dostarcz AED)



Zatrucia

- nie prowokować wymiotów
- nie podawać jedzenia ani picia
- zapamiętać i podać nazwę spożytej substancji

Tlenek węgla/TŚP

- opuścić jak najszybciej miejsce pozostawiając nieprzytomnych w środku



Gorączka u dziecka

- chłodne, ale nie lodowate okłady w pachwinach i na czoło
- kąpiel w letniej wodzie



Drgawki

- asekuruj głowę, by poszkodowany nie doznał dodatkowych urazów
- podłóż coś miękkiego pod głowę poszkodowanego
- po zakończeniu drgawek – sprawdź czy oddycha, jeśli tak – ułóż go na boku



Duszność

- upewnij się co do przyczyny objawów (wyklucz anafilaksję i zakrztuszenie),
- poleć rozpięcie ubrania, otworzenie okna, przyjęcie pozycji siedzącej,
- uspokój poszkodowanego i pozostań z nim,
- jeśli straci przytomność – sprawdź oddech i w razie konieczności rozpocznij RKO



Hipotermia (wychłodzenie)

- położyć poszkodowanego
- zabezpieczyć poszkodowanego przed dalszym wychłodzeniem; zdejmij mokre ubrania, owiń suchym kocem, jeśli to możliwe przenieś poszkodowanego do ciepłego pomieszczenia
- podaj ciepłe osłodzone bezalkoholowe płyny – jeśli poszkodowany jest przytomny, nie ma problemów z oddychaniem i widocznych obrażeń
- pilnuj, żeby poszkodowany nie wykonywał żadnych ruchów lub wykonywał jak najmniej
- odmrożeń nie wolno nacierać śniegiem ani lodem, nie można ich ogrzewać jeśli chory nie jest ogrzany; nie można dopuścić do ponownej ekspozycji na niską temperaturę



Dziękuję za uwagę

