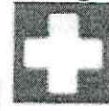




INSTRUKCJA UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY

Głogów, 25.05.2023 r.



art.162 § 1 Kodeksu Karnego:

„Kto człowiekowi znajdującemu się w położeniu grożącym bezpośrednim niebezpieczeństwem utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu nie udziela pomocy, mogąc jej udzielić bez narażenia siebie i innej osoby na niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.”

Pracownik, który zauważył wypadek lub dowiedział się o nim obowiązany jest natychmiast udzielić pierwszej pomocy poszkodowanemu i zawiadomić o wypadku przełożonego oraz służbę bhp.

Centrum Powiadamiania Ratunkowego	112	
Pogotowie Ratunkowe	999	
Policja	997	
Straż Pożarna	998	

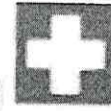
Kolejność podawania informacji przy wzywaniu pomocy:

1. Przedstaw się – podaj imię nazwisko
2. Podaj adres gdzie miało miejsce zdarzenie (jeśli nie znamy adresu podajemy charakterystyczne punkty, element krajobrazu który nas otacza)
3. Podaj co się stało: ile poszkodowanych i w jakim są stanie, czy poszkodowani oddychają czy są przytomni i jakie mają obrażenia.
4. Podaj inne ważne informacje o zdarzeniu.

NIE NALEŻY JAKO PIERWSZY ODKŁADAC SŁUCHAWKI, PONIEWAŻ DYSPOZYTOR MOŻE MIEĆ JAKIEŚ DODATKOWE PYTANIA DO NAS.

f

INSTRUKCJA UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY



OCENIĆ BEZPIECZEŃSTWO

Ocena obejmuje m.in. zabezpieczenie przed kontaktem z płynami ustrojowymi, ocena ewentualnych zagrożeń, ocena czy poszkodowani nadal znajdują się w niebezpieczeństwie.



OCENIĆ PRZYTOMNOŚĆ

Podejdź ostrożnie do poszkodowanego, delikatnie potrząśnij za ramiona i głośno zapytaj: „Czy wszystko porządku?”



Jeśli nie reaguje, jest nieprzytomny

Jeśli reaguje, jest przytomny zostaw poszkodowanego w pozycji zastanej (jeżeli nic mu nie zagraża!) Dowiedz się w jakim jest stanie oceń, czy nie występują u poszkodowanego krwotoki. Dzwonij po pomoc.

WOŁAJ POMOC

DZWOŃ 112 lub 999



UDROŹNIJ DROGI ODDECHOWE

Położ jedną rękę na czole poszkodowanego i delikatnie odegnij jego głowę do tyłu. Drugą rękę połóż na częściach kostnych brody poszkodowanego i odchyl w ten sposób głowę poszkodowanego do tyłu.

Utrzymuj drożność dróg oddechowych, oceń prawidłowość oddechu wzrokiem, słuchem i czuciem. Pochyl się nad poszkodowanym tak, by wyczuć ruch wydychanego powietrza z ust poszkodowanego na swoim policzku, staraj się usłyszeć szmer wydechowy poszkodowanego, jednocześnie obserwuj czy unosi się klatka piersiowa. Oceny dokonuj 10 sekund.

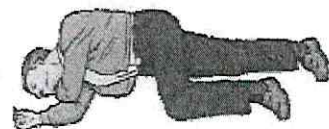
OCENIĆ ODDECH

Widzę,
słyszę,
czuję

Jeśli poszkodowany oddycha – oddech jest prawidłowy oceń czy nie występują u poszkodowanego krwotoki.

Jeśli poszkodowany nie oddycha lub masz wątpliwości czy oddech jest prawidłowy – natychmiast wezwij pomoc! Przejdź do resuscytacji krążeniowej

Pozycja boczna ustalona



RESUSCYTACJA KRĄŻENIOWA

UCIŚNIĘCIA MOSTKA KLATKI PIERSIOWEJ



Poszkodowany podczas resuscytacji powinien leżeć płasko na plecach na twardym podłożu

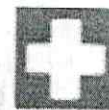
Wykonaj uciśnięcia klatki piersiowej – splecione, wyprostowane w łokciach ręce ulóż na środku klatki piersiowej. Uciskaj tak, aby klatka piersiowa ugięła się na głębokości 4-5 cm w rytmie 100 uciśnięć na minutę

Co 60 sekund kontroluj czy nie powrócił oddech

P



INSTRUKCJA UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY



PIERWSZA POMOC PRZY SKALECZENIACH I ZRANIENIACH



Postępowanie:

1. Oczyszczyć okolice rany, poczynając od jej brzegów. Zmieniając tampon waty przy każdym kolejnym ruchu.
2. Wszelkie środki odkażające stosuj za pośrednictwem tamponu, nigdy bezpośrednio na ranę. Przykryć ranę jałowym opatrunkiem lub ściągnąć brzegi rany paskami plastra chirurgicznego



Uwaga: tężec!

Przy wszelkich skaleczeniach, zwłaszcza głębokich i zanieczyszczonych ziemią istnieje niebezpieczeństwo zachorowania na tężec. Jest to ciężka choroba wywoływana beztlenowymi bakteriami (laseczkami tężca), które są bardzo powszechne w przyrodzie, występują głównie w ziemi. Wytwarzają toksynę wywołującą poważne objawy neurologiczne. Choroba często kończy się śmiercią

CIAŁO OBCE W RANIE

Ciała tkwiących w ranie nie usuwa się!!!

Postępowanie:

- przykryć ranę jałowym opatrunkiem,
- zabezpieczyć wbite ciało obce przed przemieszczaniem się w ranie obkładając z obu stron zwiniętymi rolkami bandaża i delikatnie przymocować plasterem

PIERWSZA POMOC PRZY ZŁAMANIACH, SKRECENIACH I ZWICHNIECIACH



Postępowanie:

1. Usunąć odzież z nad miejsca uszkodzenia (można rozciąć)
2. Jeśli są obecne rany – przykryć jałowym opatrunkiem
3. Przy pojawieniu się krwawienia - zatamować
4. Unieruchomić uszkodzoną kończynę poprzez unieruchomienie w pozycji, w jakiej się znajduje
5. Zapewnić pomoc medyczną

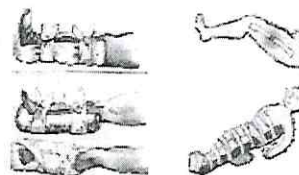
Uwaga!!

Nastawienie kończyny może spowodować dodatkowe powikłania między innymi nasilenie krwawienia, uszkodzenie naczyń i nerwów oraz – przy złamaniach zamkniętych – możliwość spowodowania złamania otwartego!

Zasada unieruchomienia:

- przy złamaniach – unieruchamia się dwa sąsiadujące stawy
- przy uszkodzeniach stawu – unieruchamia się staw i sąsiadujące z nim kości
- przy złamaniach kończyn – palce ZAWSZE muszą być widoczne dla zapewnienia kontroli prawidłowego ukrwienia kończyny!

Jeśli na miejscu zdarzenia nie ma materiału do unieruchomienia to: - przy złamaniu kończyny górnej można ją unieruchomić, mocując do tułowia, a przy złamaniu kończyny dolnej można ją unieruchomić razem z drugą kończyną dolną.

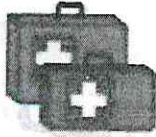


URAZY GŁOWY

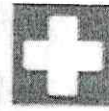
Każdy uraz głowy (skaleczenie) należy zabezpieczyć podobnie jak inne urazy oraz jak najpilniej zapewnić poszkodowanemu pomoc lekarską

Postępowanie: Osobę przytomną z raną głowy należy ułożyć w pozycji półsiedzącej podpartej (z uniesionym o 30 stopni wezgłowiem) – pozycja ta ułatwia odpływ krwi z mózgu. Ranę osłonić jałową gazą. Nie wolno uciskać rany, ponieważ grozi to uszkodzeniem mózgu.





INSTRUKCJA UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY



ZAWAŁ SERCA



Objawy: Zawał serca objawia się przede wszystkim bardzo silnym, długotrwałym (z reguły ponad 20 min.) bólem **zamostkowym**. Pacjent opisuje ten ból jako rozpierający, ściskający, duszący. Wystąpienie zawału często jest spowodowane dużym wysiłkiem fizycznym (ciężka praca fizyczna, szybkie chodzenie, wchodzenie po schodach itp.) lub sytuacją stresową. Zamiast bólu można również odczuwać duszność (subiektywne uczucie braku tchu) i uczucie ciężaru na klatce piersiowej. Zawałowi często towarzyszy znaczne osłabienie, które może prowadzić do zasłabnięcia i utraty przytomności. Większość chorych odczuwają silny lęk i są "złani" zimnym potem. Ciśnienie tętnicze krwi może być normalne, niskie lub podwyższone. Tętno z reguły jest przyspieszone, może być jednak zwolnione

Postępowanie:

1. Ułóż poszkodowanego w pozycji siedzącej lub półsiedzącej – pozycja ta zmniejsza powrót krwi żyłnej obwodowej do serca i obniża jego obciążenie.
2. Ogranicz ruchy poszkodowanego. Wysiłek zwiększa zapotrzebowanie na tlen także w obrębie nie dotlenionego obszaru serca – powiększenie zmian martwiczych.
3. Zapewnij komfort psychiczny – stres zwiększa zapotrzebowanie na tlen.
4. Rozluźnij ubranie.
5. Udostępnij dostęp do świeżego powietrza.
6. Wezwij pomoc.
7. Kontroluj stan poszkodowanego z uwagi na możliwość gwałtownego pogorszenia się.
8. W przypadku zatrzymania oddechu i krążenia – wykonaj resuscytację krążeniową.



POSTĘPOWANIE W PRZYPADKU ZAGROŻENIA SZKODLIWYM CZYNNIKIEM BIOLOGICZNYM

Postępowanie:

1. W przypadku zakłucia:
 - umyć ręce pod bieżącą wodą z płynnym mydłem (przy braku wody można odkazić ręce preparatem antyseptycznym do higienicznego odkażania rąk), nie tamować upływu krwi (a nawet spowodować bardziej intensywne krwawienie), dużą ranę należy odkazić 3% roztworem wody utlenionej, małą odkazić roztworem alkoholowym (preparatem antyseptycznym do odkażania rąk), założyć jałowy opatrunek, niezwłocznie skonsultować się z lekarzem, najlepiej specjalistą od chorób zakaźnych, poinformować o zaistniałej sytuacji osobę przełożoną.
2. W przypadku zabrudzenia skóry materiałem skażonym szkodliwymi czynnikami biologicznymi:
 - usunąć materiał zakaźny z powierzchni skóry przy użyciu gazy lub innego materiału nasączonego środkiem antyseptycznym do odkażania rąk, miejsce ekspozycji umyć i zdezynfekować preparatem antyseptycznym.
3. W przypadku gdy materiał skażony szkodliwymi czynnikami biologicznymi dostanie się do oczu:
 - należy przepłukać i przemyć oczy jałowym roztworem soli fizjologicznej lub czystą wodą przy otwartych powiekach.
4. W przypadku gdy materiał skażony szkodliwymi czynnikami biologicznymi dostanie się do jamy ustnej:
 - należy wypluć materiał zakaźny, przepłukać jamę ustną wodą kilkanaście razy.

OPRACOWAŁ

SPECJALISTA ds. BHP
INSPEKTOR ds. P.Poż.

mgr inż. Dariusz Szczaniecki

ZATWIERDZIŁ

REKTOR

Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej
w Głogowie

dr Katarzyna Rusak