

PRVA POMOČ

ROMI CENCELJ, dr.med.

21.5.2010

ROMI CENCELJ



- **KRVAVITVE**
 - **RANE**
- **PODHLADITVE**
 - **OPEKLINE**
 - **TPO**



KRVAVITVE

- IZVOR
- VZROK
- LOKACIJO

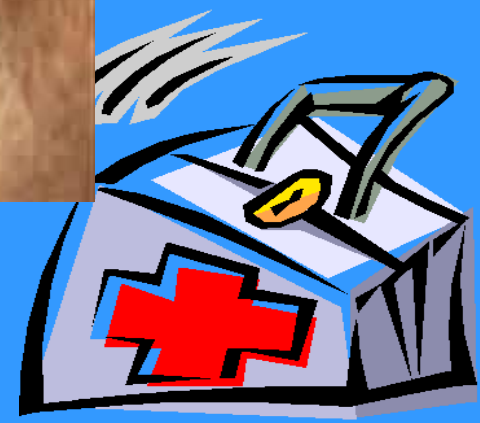


KRVAVITVE - izvor



21.5.2010

ROMI CENCELJ



KRVAVITVE - izvor



21.5.2010

ROMI CENCELJ



KRVAVITVE - izvor



21.5.2010

ROMI CENCELJ



KRVAVITVE

- LOKACIJO:
 - Notranje
 - Zunanje
- VZROK:
 - Bolezenske
 - Poškodbene



PRVA POMOČ PRI ZUNANJI KRVAVITVI

- KOMPRESIJSKA OBVEZA



Apply direct pressure on external wounds with sterile cloth or your hand, maintaining pressure until bleeding stops

ADAM.

After bleeding stops, bind wound with tight bandage and apply ice pack with direct pressure for 10 minutes



ADAM.



PRVA POMOČ PRI ZUNANJI KRVAVITVI

- **ESMARCHOVA PREVEZA**

- ~ le izjemoma, ko krvavitev ogroža življenje in je ne moramo ustaviti na drugačen način
- ~ pri amputacijah

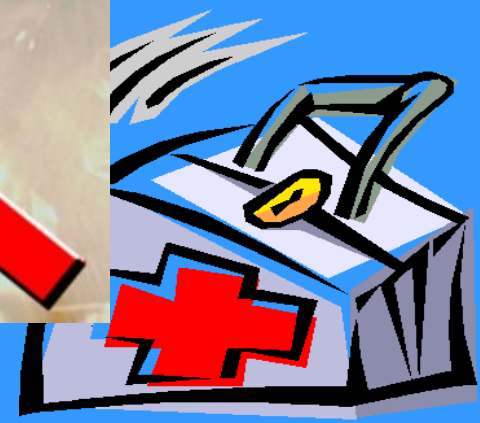


OSKRBA AMPUTIRANEGA DELA TELESA



21.5.201

KOMIČENSKI



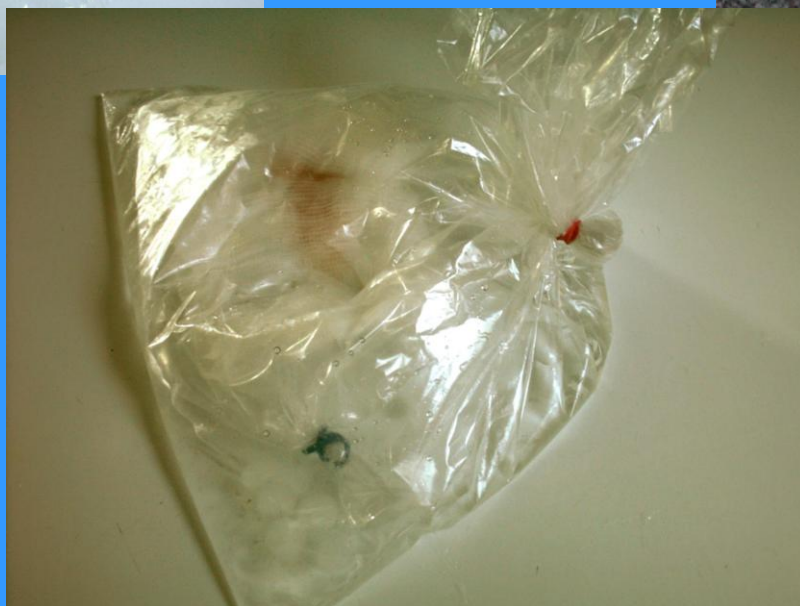
OSKRBA AMPUTIRANEGA DELA TELESA



21.5.2010

ROMI CENCELJ

OSKRBA AMPUTIRANEGA DELA TELESA



21.5.2010

ROMI CENCELJ





RANE

UDARNINE



RAZTRGANINE

06.19.2005



VBODNINE



UREZNINE

OSKRBA RAN

- krvavitev in nevarnost okužbe
- razlikujemo:



OSKRBA RAN

- **površinske:** IZPIRAMO z vodo
+ sterilna gaza ali obliž
- **globoke:** pregled poškodovanca in rane
+ zaustavitev krvavitve
+ sterilno povijemo & imobiliziramo ud



ROMI CENCELJ



Oskrba ugrizne rane

- rano moramo po ugrizu temeljito izprati z milom in vodo, nato ravnamo enako kot pri drugih ranah
- + v bolnišnico

Oskrba rane v kateri je tujek

- Tujkov v ranah ne odstranjujemo!!!
- Izjema le zelo površinsko ležeči manjši tujki
- + bolnišnica



PODHLADITEV



- padec $TT < 35^{\circ}\text{C}$
- **KDAJ?** \uparrow izguba kot proizvodnja toplote
- Veter in padavine pospešijo ohlajanje
- **KDO?** starejši ljudje, otroci, poškodovanci, utopljeni, bolniki



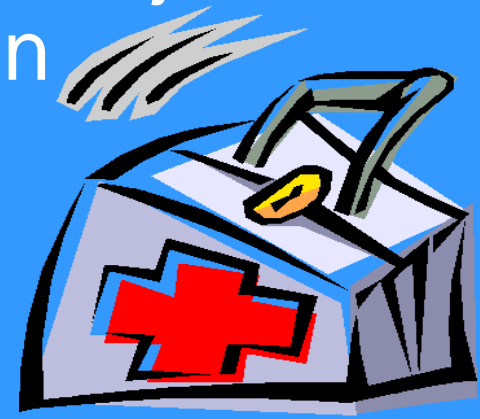
PODHLADITEV

- Razdelitev:

BLAGA: TT 35-32°C, jasna zavest, drgetanje in vznemirjenost, ↑ srčni utrip in dihanje.

ZMERNNA: TT 32-28°C, zaspan in otopel, drgetanje preneha, ↓ dihanje in bitje srca

HUDA: TT < 28°C, nezavesten, dihanje in bitje srca komaj zaznavna, plitva in neredna



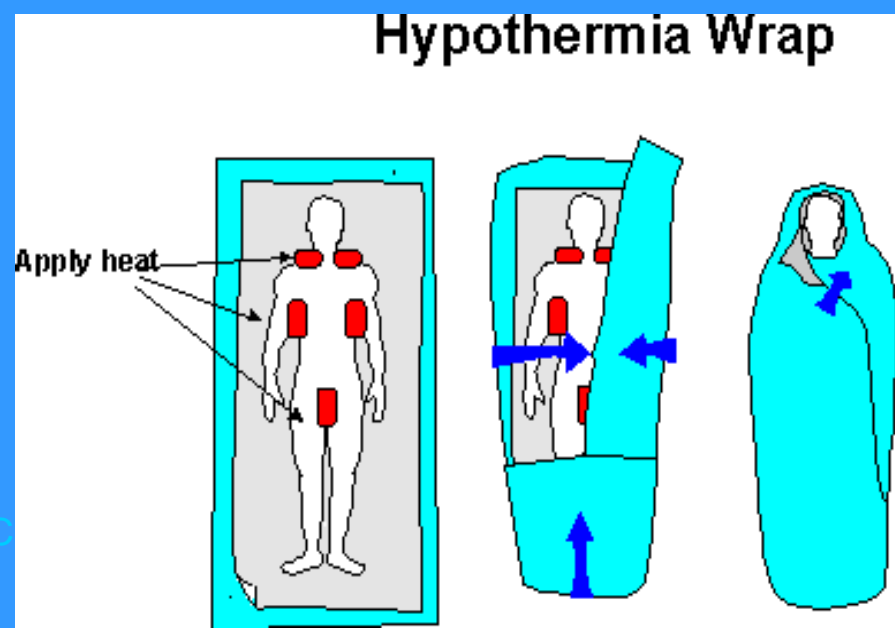
PRVA POMOČ PRI BLAGI PODHLADITVI

- ZAŠČITA PRED MRAZOM
 - + spodbujamo gibanje in telovadbo
 - + v kratkih požirkih pije vroč sladkan čaj

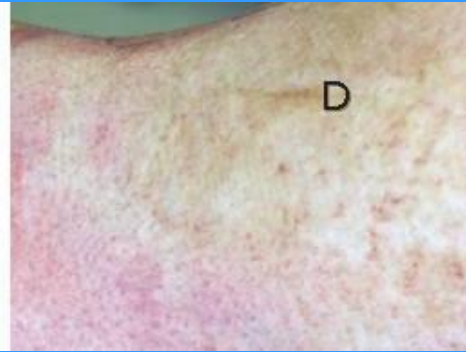
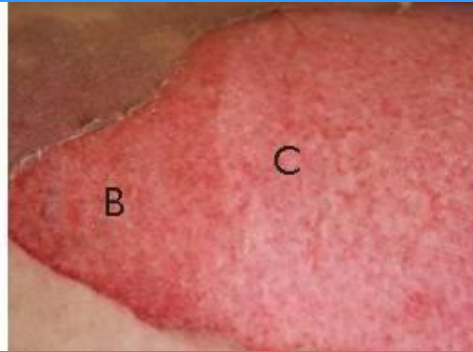


PRVA POMOČ PRI PODHLADITVI

- ZAŠČITA PRED MRAZOM:
 - najdemo zavetje pred vetrom
 - odstranimo mokro obleko
 - oblecimo topla in suha oblačila
 - trup ovijemo s folijo

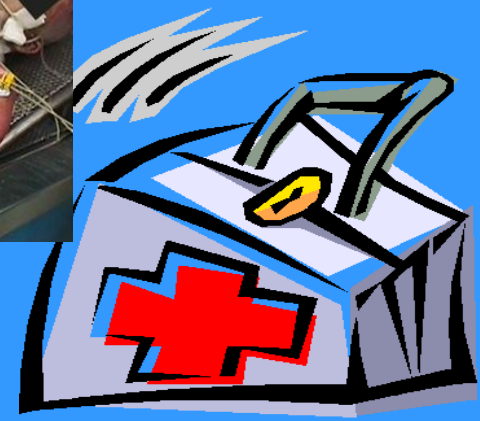


OPEKLINE



21.5.2010

ROMI CENCELJ



OSKRBA OPEKLIN

- Pri večjih opeklinah 112
- Preučimo mesto nezgode
- Odstranimo vir toplote
- Opečenca prenesmo na varno
- Pregled poškodovanca
- Odstanimo oblačila, ki niso prilepljena na rano
- Opekline **HLADIMO**



OSKRBA OPEKLIN

- ČISTA TEKOČA VODA
- TEM.VODE: 8-23 C
- PRAVILO **15**: hladimo v prvih 15min, vsaj 15 min z vodo 15 C
- **Otroci** hitreje izgubljajo toploto, krajše hlajenje
- **NE**: maži opekline, hladiti z ledom - podhladitev



Primer 1:

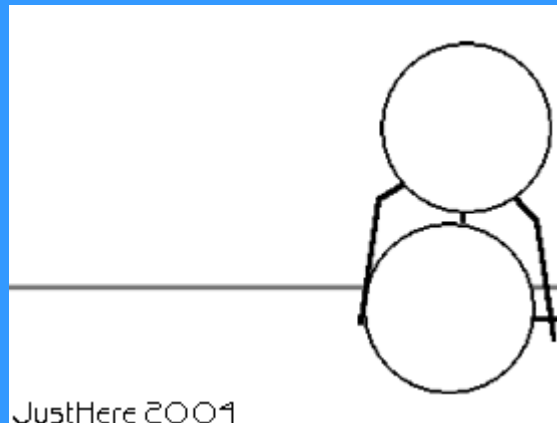
- IZPERI Z VODO
- STERILNI OBLIŽI



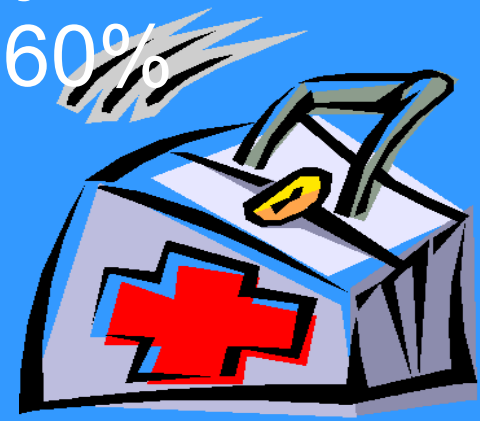
TPO

TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA:

- UMETNO DIHANJE
- MASAŽA SRCA



- 700 000 srčnih zastojev na leto v Evropi
- 2 000 srčnih zastojev na leto v Sloveniji
- zaradi nenadne srčne smrti v Sloveniji vsak dan umre 5 ljudi
- pravočasno oživljanje in defibrilacija povečata možnost preživetja nad 60%



nenadna ustavitev delovanja srca in
prenehanje dihanja



nezavest - po 15 sekundah



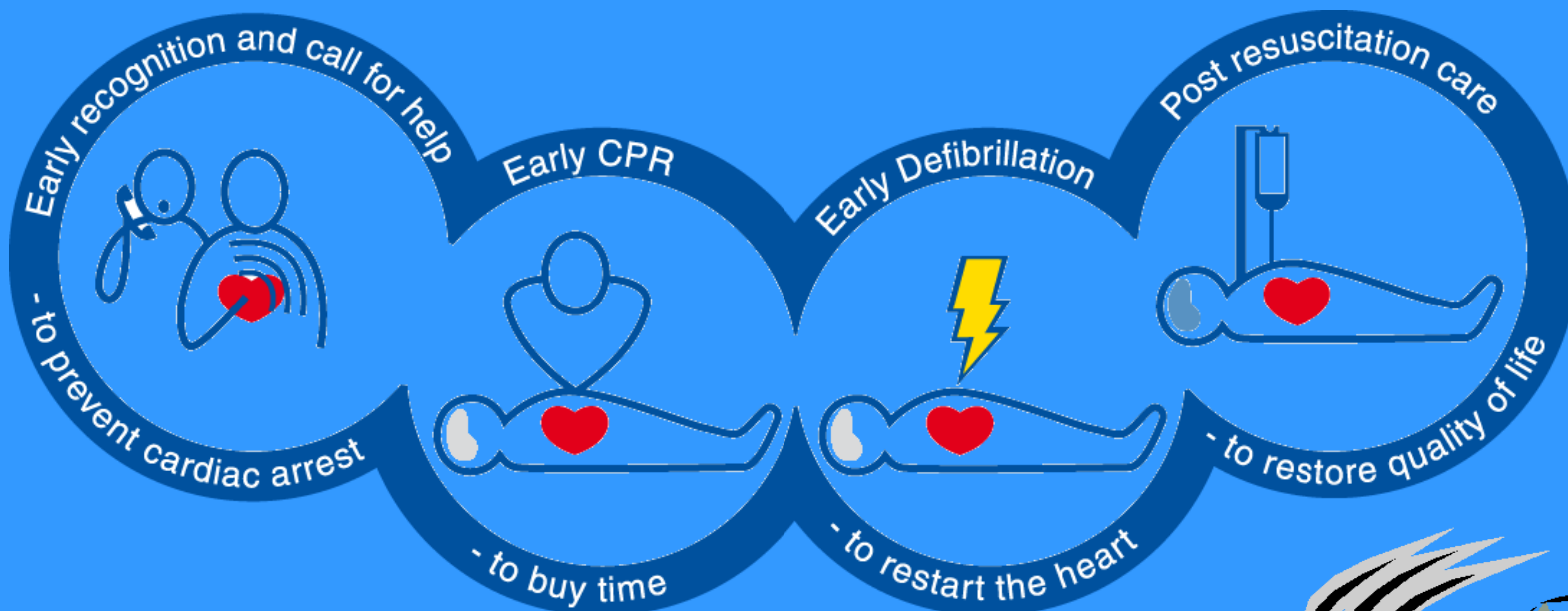
nepopravljiva poškodba možganov po 4
minutah, smrt po 10 minutah



NENADNA SMRT

- NUJNA STANJA, KI POVZROČAJO NENADNO SMRT:
 - ISHEMIČNA BOLEZEN SRCA 80%
 - MOŽGANSKA KAP
 - PROMETNE IN DRUGE NESREČE
 - HUDA DIHALNA STISKA (ASTMA, PLJUČBE B.)
 - ZADUŠITVE
 - UTOPITVE
 - ZASTRUPITVE
 - PODHLADITVE





Veriga preživetja

21.5.2010

ROMI CENCELJ



VARNOST

- lastna varnost
- varnost prizadetega



ZAVEST

- Nežno stresi in glasno vprašaj:
- *“Ali ste v redu?”*

Če se odzove ali premakne:

- pustimo v obstoječem položaju
- po potrebi pokličemo 112
- večkrat preverimo stanje

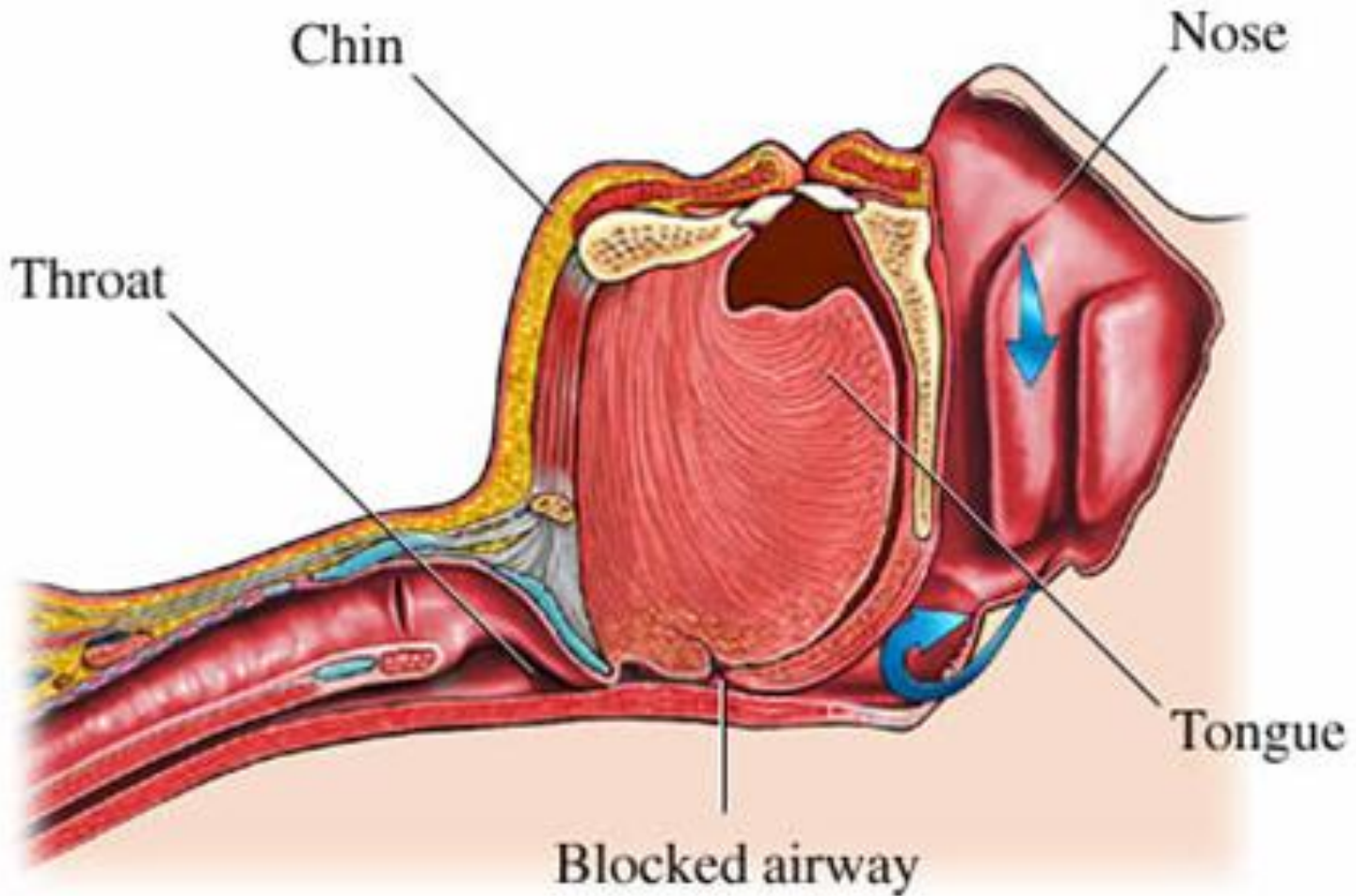


NI ODZIVA

- zakliči: **NA POMOČ!!!**
- Obrnemo ga na hrbet in razpremo zgornji del oblačil
- ABCDE

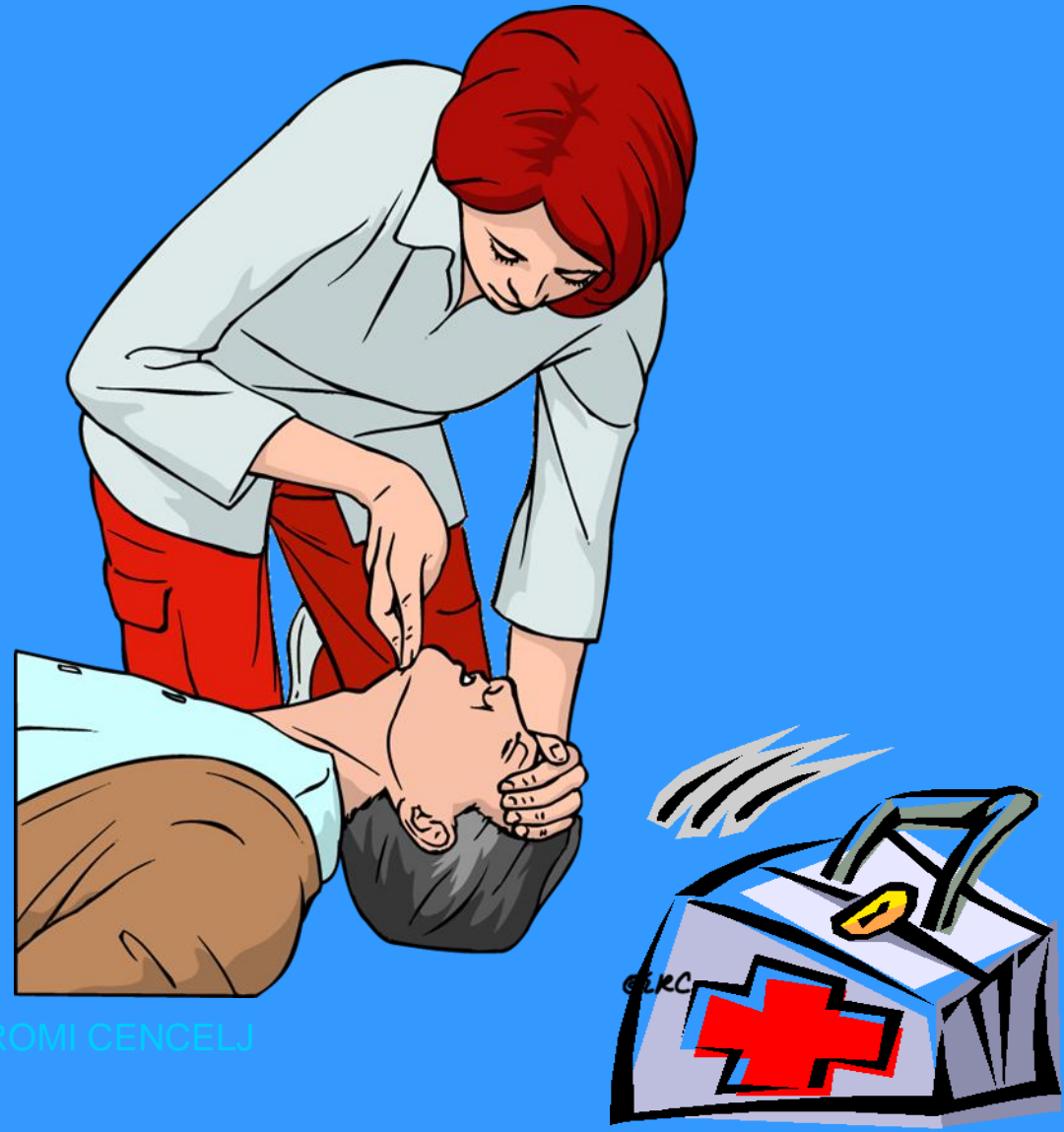


Airway (dihalna pot)



Airway (dihalna pot)

- Dlan položi na čelo in s pritiskom zvrni glavo nazaj.
- S konicama dveh prstov dvigni brado – izogibaj se pritisku na mehke dele vratu.
- Iz ustne votline odstrani le velike, vidne tujke.



Airway (dihalna pot) – trojni manevar

- v primeru, da obstaja **sum na poškodbo vratne hrbtenice** (padec z višine, prometna nesreča, poškodba glave, utopitev)
- Dlane položimo na lica s konicami prstov obojestransko primemo kot spodnje čeljusti
- Z obema rokama dvignemo spodnjo čeljust najprej in navzgor tako, da spodnji sekalci pridejo nad zgornje

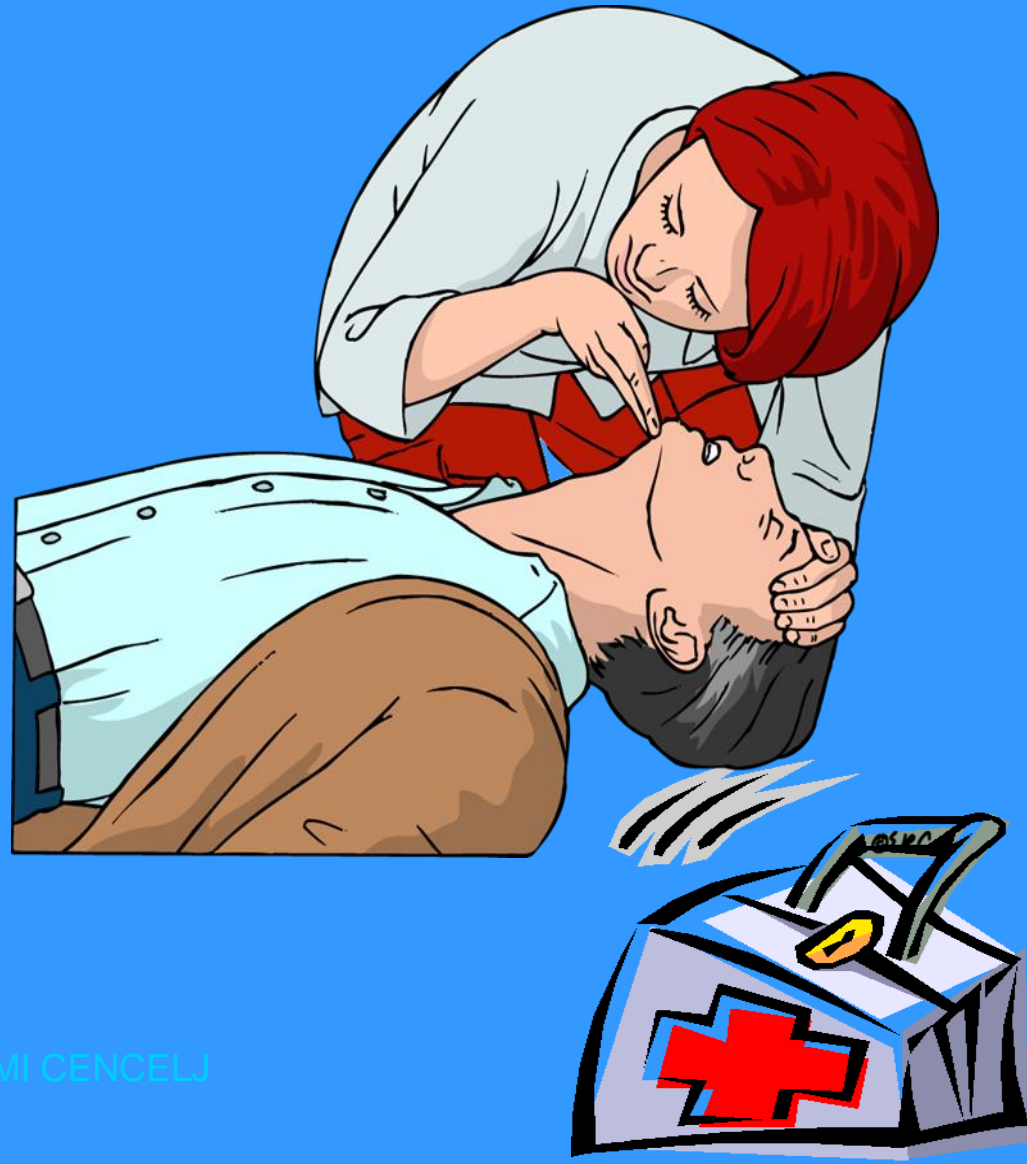


Airway (dihalna pot) – trojni manever



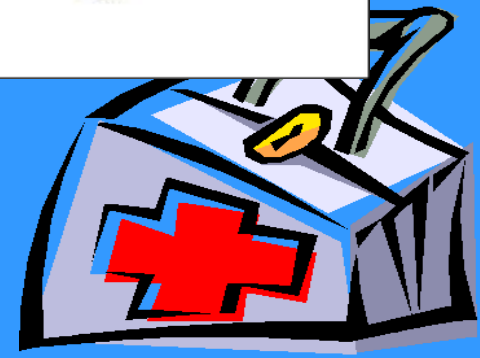
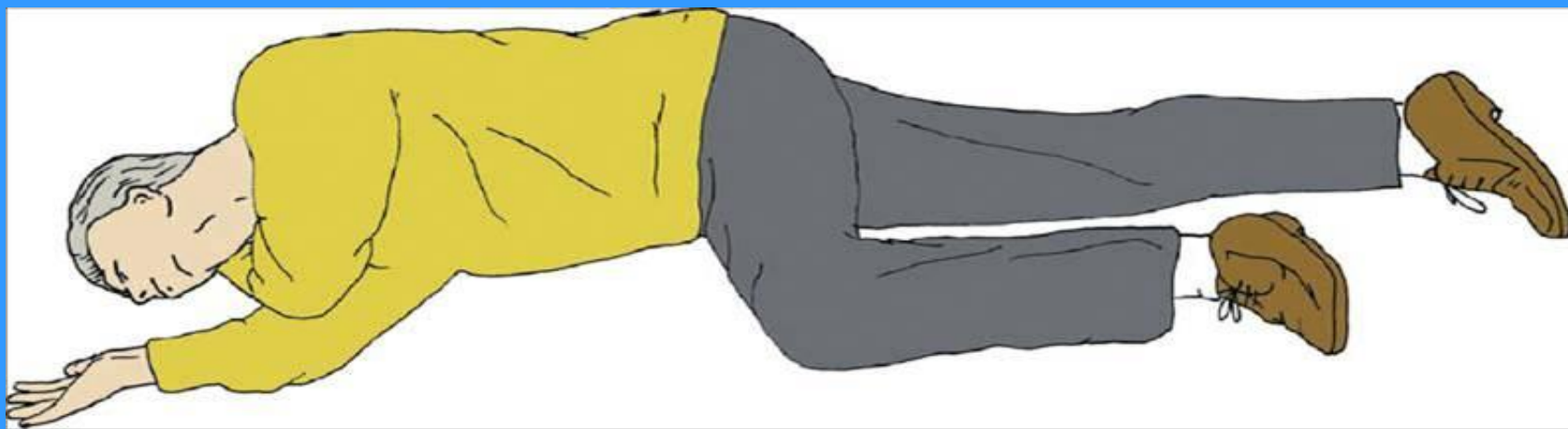
Breathing (dihanje)

- Glej, poslušaj, čuti dihanje:
- gibanje prsnega koša
- dihalni zvoki
- sapa na licu



Če zadovoljivo diha...

- daj osebo v **stabilni bočni položaj za nezavestnega** in počakaj na приход reševalcev
- redno preverjaj njegovo stanje – če še vedno diha!



Ne diha...

- če je dihanje komaj zaznavno, neredno
- Agonalni vdihi \neq dihanje
- ne porabi več kot **10 s** za preverjanje dihanja
- **Potem obravnavaj kot da oseba ne diha!**



KLIČI 112

21.5.2010

ROMI CENCELJ

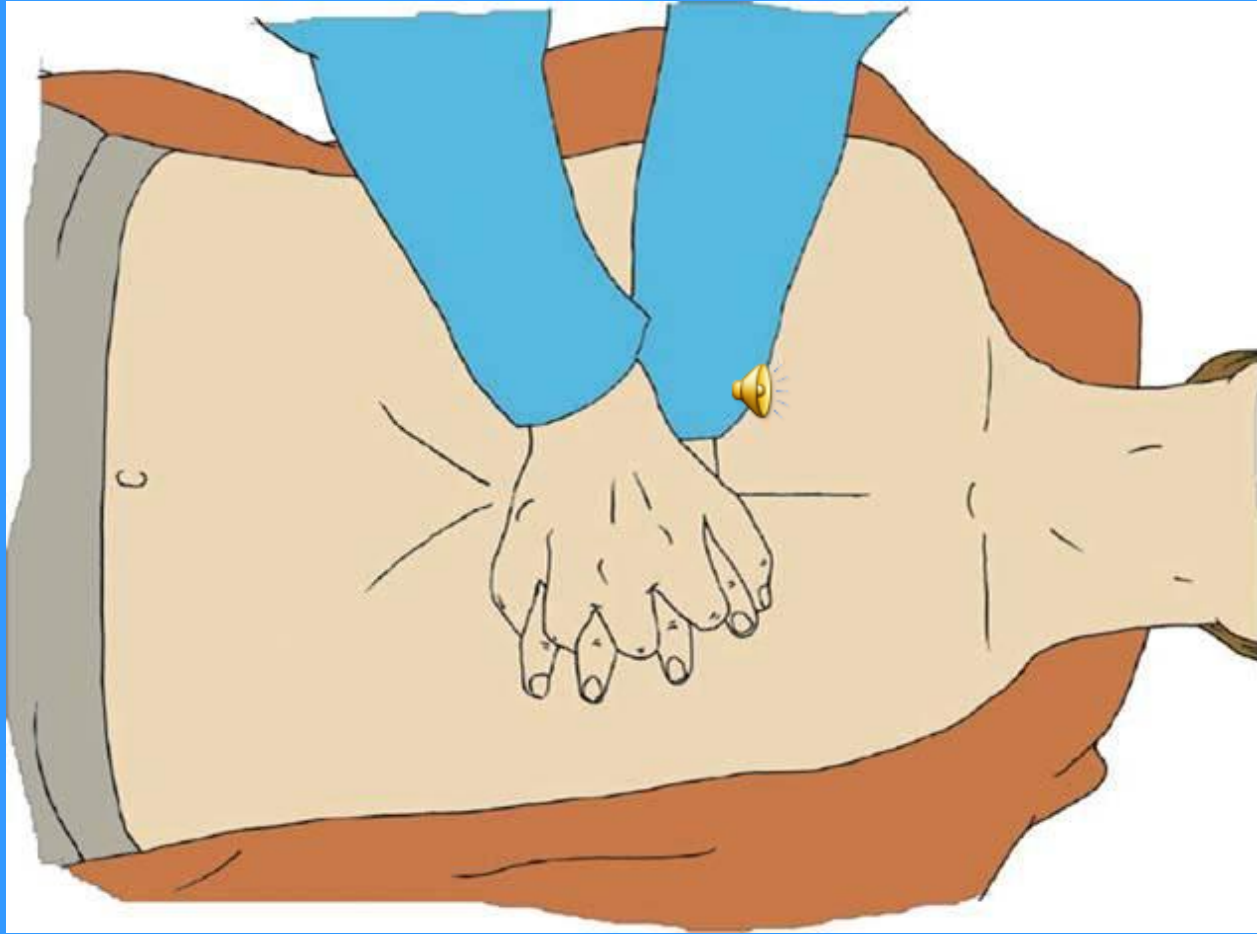


MASAŽA SRCA

- roki postavimo NA SREDINO prsnega koša
- globina pritiska je 4 – 5 cm
- frekvenca masaže 100/min
- iztegnjeni komolci!
- NE tipaj pulza!



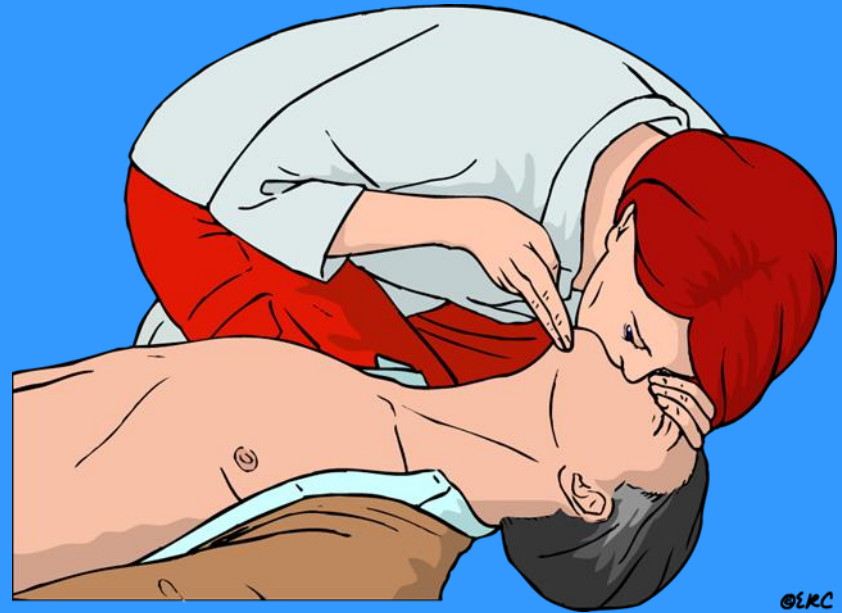
MASAŽA SRCA



21.5.2010

ROMI CENCELJ





30 : 2

21.5.2010

ROMI CENCELJ



Nadaljujemo z masažo srca in umetnim dihanjem dokler....

- ne pride služba NMP-ja
- prizadeti ne prične normalno dihati
- smo fizično zmožni
- ni na voljo AED-ja

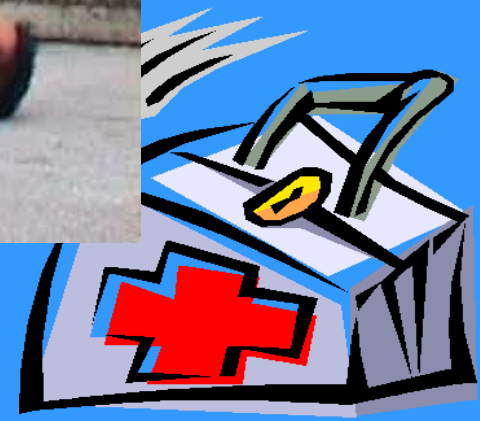


ALGORITEM TPO



21.5.2010

ROMI CENCELJ



Kdaj kličemo 112?

- Če je **en** sam reševalec pokliče **TAKOJ**, ko ugotovi neodzivnost in odsotno ali nenormalno dihanje
- **IZJEMI:**
 - OTROK
 - UTOPLJENEC

1 min izvaja TPO nato kliče 112!
+ pred masažo, da **5 vpihov**



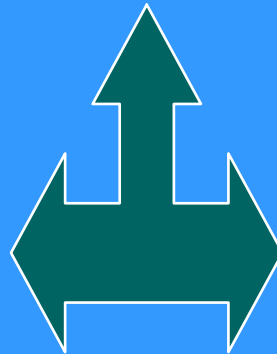
TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA (TPO)

PREVERI
ODZIVNOST

nežno stresi za
ramena in glasno
vprašaj: 'ALI STE V
REDU?'

ODZIVNOST
JE

ODZIVNOSTI
NI



nudi prvo pomoč
pokliči pomoč
nadziraj

SPROSTI
DIHALNO POT

GLASNO
ZAVPIJ
'NA
POMOČ'



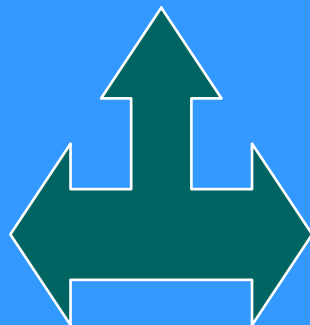
TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA (TPO)

PO SPROSTITVI
DIHALNE POTI PREVERI
DIHANJE

DIHANJE JE



stabilni bočni
položaj



DIHANJA NI
ALI NI
NORMALNO



KLIČI
112



ZAČNI ZUNANJO MASAŽO
SRCA IN UMETNO DIHANJE
UPORABI AED



HOW "WHAT A BEAUTIFUL VIEW" TRANSLATES IN:



(Amsterdam) Wie een
panorama van
grachtjes ziet



(Rome) Che
panorama meraviglioso!



(Paris)
vue ma



AED

Defibrillator



AED



21.5.2010

ROMI CENCELJ

