

# PRVA POMOČ

ROMI CENCELJ-ARNEŽ, dr.med.

28.5.2014

ROMI CENCELJ-ARNEŽ



- KRVAVITVE
  - RANE
- PODHLADITVE
  - OPEKLINE
  - TPO

28.5.2014

ROMI CENCELJ-ARNEŽ



# KRVAVITVE

- IZVOR
- VZROK
- LOKACIJO

28.5.2014

ROMI CENCELI-ARNET

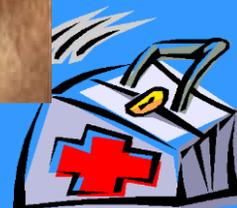


## KRVAVITVE - izvor



28.5.2014

ROMI CENCELI-ARNET



## KRVAVITVE - izvor



28.5.2014

ROMI CENCELI-ARNEZ



## KRVAVITVE

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

28.5.2014

ROMI CENCELI-ARNEZ



# 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

28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEZ



# PRVA POMOČ PRI ZUNANJI KRVAVITVI

## • ESMARCHOVA PREVEZA

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

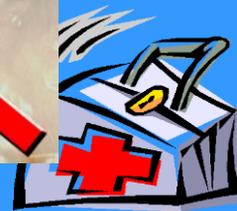


28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEZ



# OSKRBA AMPUTIRANEGA DELA TELESA



# OSKRBA AMPUTIRANEGA DELA TELESA



28.5.2014

POVI DENCELI-ARNE

# OSKRBA AMPUTIRANEGA DELA TELESA



28.5.2014

ROMI CERCELJ-ARNET



UDARNINE

## RANE



RAZTRGANINE

08.19.2005



VBODNINE



UREZNINE

## OSKRBA RAN

- krvavitev in nevarnost okužbe
- razlikujemo:



28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEZ



## OSKRBA RAN

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



ROMI CENCEL-JARNEZ

ADAM



## 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



28.5.2014

ROMI CENCEL-ARNEZ

## PODHLADITEV

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



28.5.2014

ROMI CENCEL-ARNEZ

## 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



28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEZ

## PRVA POMOČ PRI BLAGI PODHLADITVI

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

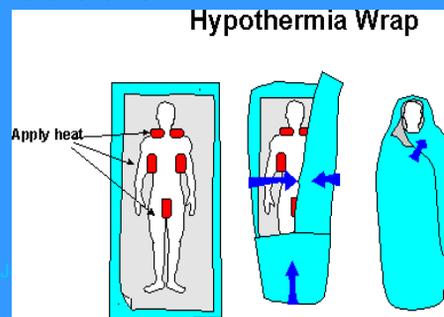


28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEZ

# PRVA POMOČ PRI PODHLADITVI

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



28.5.2014

ROMI CENCEL

# OPEKLINE



28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEZ

## OSKRBA OPEKLIN

- Pri večjih opeklinah 112
- Preučimo in zavarujemo mesto nezgode
- Odstranimo škodljiv vpliv – toplota, kemična snov, elektrika
- Opečenca prenesmo na varno
- Pregled poškodovanca
- Odstanimo oblačila, ki niso prilepljena na rano
- Opeklino **HLADIMO**

28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ



## 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

28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ



## Primer 1:

- IZPERI Z **VODO**
- STERILNI OBLIŽI



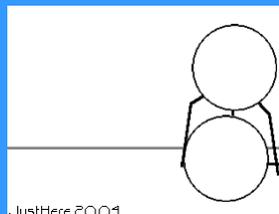
28.5.2014

ROMI CENCELJ-ARNEZ

## TPO

### TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA:

- UMETNO DIHANJE
- MASAŽA SRCA



JustHere 2004



28.5.2014

ROMI CENCELJ-ARNEZ

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

28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ



nenadna ustavitev delovanja srca in  
prenehanje dihanja



nezavest - po 15 sekundah



nepopravljiva poškodba možganov po 4  
minutah, smrt po 10 minutah

28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ



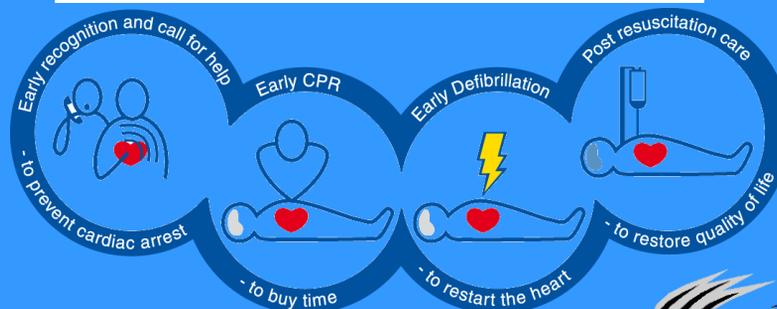
# NENADNA SMRT

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



28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNET



## Veriga preživetja

28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNET



## VARNOST

- lastna varnost
- varnost prizadetega



28.5.2014

ROMI DENCELI-ARNET



## 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



28.5.2014

ROMI DENCELI-ARNET



## NI ODZIVA

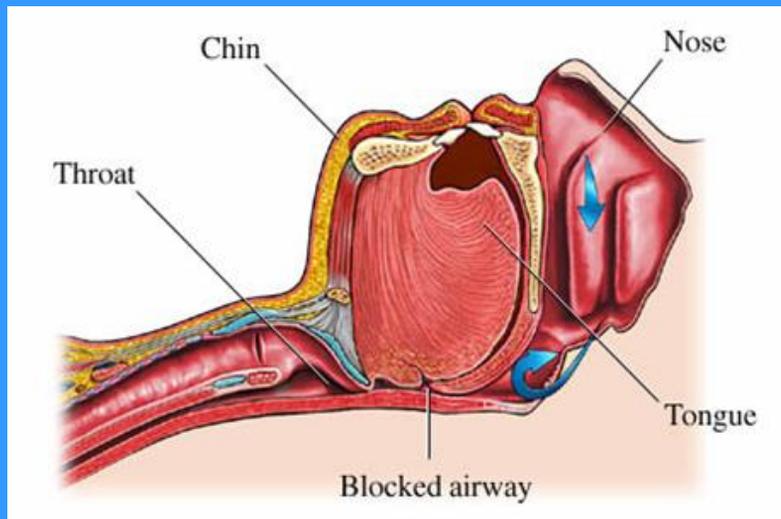
- zakliči: **NA POMOČ!!!**
- Obrnemo ga na hrbet in razpremo zgornji del oblačil
- ABCDE



28.5.2014

ROMI DENCELI-ARNET

## Airway (dihalna pot)



28.5.2014

ROMI DENCELI-ARNET



## 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.



28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ

## Airway (dihalna pot) – trojni manever

- v primeru, da obstaja **sum na poškodbo vratne hrbtenice** (padec z višine, prometna nesreča, poškodba glave, utopitev)
- Dlani 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



28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ

## Airway (dihalna pot) – trojni manever



28.5.2014

ROMI DENCELJARNIČ



## Breathing (dihanje)

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



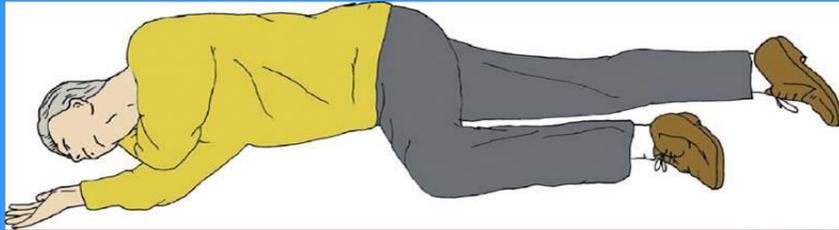
28.5.2014

ROMI DENCELJARNIČ



## Če zadovoljivo diha...

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



28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ



## 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!**

28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ



# KLIČI 112

28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ



## MASAŽA SRCA

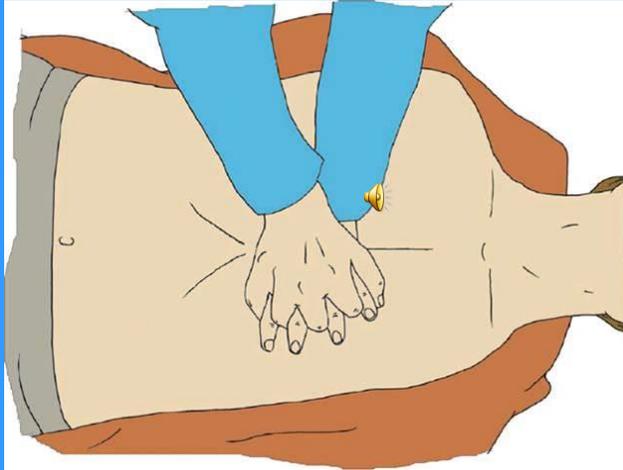
- roki postavimo NA SREDINO prsnega koša
- globina pritiska je 4 – 5 cm
- frekvenca masaže 100/min
- iztegnjeni komolci!
- NE tipaj pulza!

28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ



# MASAŽA SRCA



28.5.2014

ROMI DENCELI-ARNET



30 : 2

28.5.2014

ROMI DENCELI-ARNET



## 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



28.5.2014

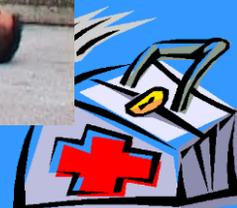
ROMI CENCEL-JARNEZ

## ALGORITEM TPO



28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEZ



## Kdaj kličemo 112?

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

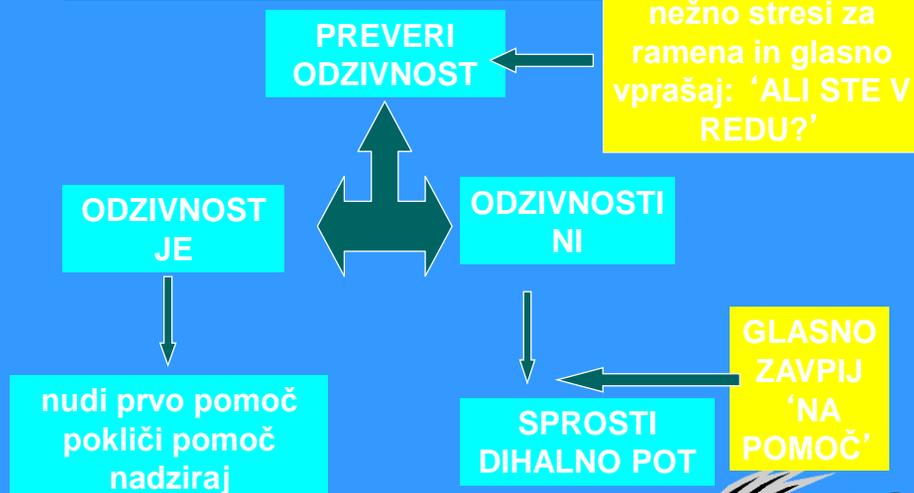
**1 min izvaja** TPO nato kliče 112!  
+ pred masažo, da **5 vpihov**



28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ

### TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA (TPO)



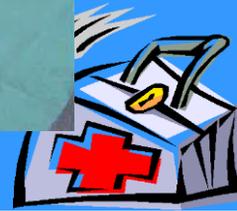
28.5.2014

ROMI CENCEL-JARNEŽ





# AED



08.5.2014

ROMI GENCLER-ARNEZ