



UNIWERSYTET  
EKONOMICZNY  
W POZNANIU

# Bezpieczeństwo i Higiena Pracy

## Pierwsza pomoc

### Część II



# Plan prezentacji

- 1. Cel prezentacji**
- 2. Definicja pierwszej pomocy**
- 3. Czynności w zakresie pierwszej pomocy**
- 4. Krwawienie**
- 5. Postępowanie podczas ataku astmy**
- 6. Postępowanie przy ataku drgawek**
- 7. Postępowanie przy oparzeniu**
- 8. Postępowanie przy omdleniu**
- 9. Pierwsza pomoc - resuscytacja**



## **2. Cel prezentacji**

**Prezentacja ukazuje jakie należy wykonać czynności i w jakiej kolejności podczas udzielania pierwszej pomocy, podczas ataku astmy, drgawek, przy oparzeniu, omdleniu oraz resuscytacji.**



## **2. Definicja pierwszej pomocy**

**Na miejscu wypadku często pierwsze minuty decydują o życiu poszkodowanego, każdy z nas może być poszkodowanym lub też przyczynić się do uratowania życia ludzkiego.**



## **2. Definicja pierwszej pomocy**

- to zespół czynności wykonywanych w razie wypadku, urazu bądź też nagłego ataku choroby w celu ochrony życia lub zdrowia poszkodowanego oraz zminimalizowania niekorzystnych następstw, zanim możliwe będzie udzielenie specjalistycznej pomocy medycznej.**



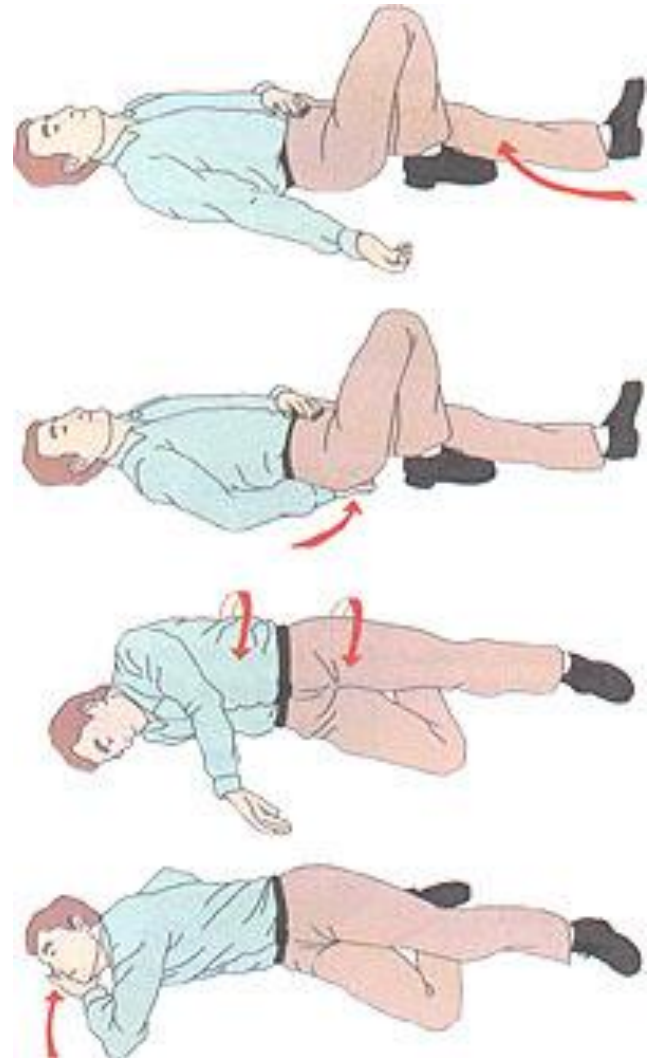
# 3. Czynności w zakresie pierwszej pomocy

**W zakres pierwszej pomocy wchodzi takie czynności jak:**

1. zabezpieczenie miejsca wypadku,
2. sprawdzenie stanu poszkodowanego (podstawowych funkcji życiowych – krążenia, oddechu i świadomości, zlokalizowanie odniesionych urazów) oraz zapewnienie komfortu psychicznego poszkodowanego,
3. zapewnienie sobie pomocy, wezwanie pogotowia ratunkowego lub innych specjalistycznych służb ratowniczych,
4. jeśli jest konieczne prowadzenie resuscytacji krążeniowo-oddechowej, zatamowanie krwotoków i działanie przeciwwstrząsowe,
5. wykonanie pozostałych/innych czynności ratunkowych zależnych od stanu poszkodowanego,
6. ułożenie poszkodowanego w pozycji bezpiecznej (jedynie jeżeli poszkodowany jest nieprzytomny).

### 3. Czynności w zakresie pierwszej pomocy

- Na boku
- Usta stanowią najniższy punkt ciała
- Tchawica przebiega skośnie w dół
- Należy odciągnąć szyję i odgiąć głowę





### 3. Czynności w zakresie pierwszej pomocy

- Na wznak z lekko uniesioną głową – pozycja relaksowa
- Na wznak z wałkiem pod kolanami – przy urazie (ból) brzucha
- Z uniesionymi nogami (30-40 cm) – pozycja przeciwwstrząsowa (lub całe ciało głową w dół – 10-15°)
- Z uniesionym tułowiem – urazy czaszkowo-mózgowe, lekka duszność
- Pozycja półsiedząca (z podparciem rękami) – znaczna duszność, uraz klatki piersiowej
- Płasko na wznak – uraz kręgosłupa





# 3. Czynności w zakresie pierwszej pomocy

1. miejsce zdarzenia
2. rodzaj zdarzenia (wypadek drogowy, wypadek w pracy, etc.)
3. liczbę poszkodowanych
4. stan poszkodowanych
5. imię i nazwisko wzywającego pomocy
6. numer telefonu, z którego dzwoniemy

Po podaniu wszystkich informacji należy poczekać na dodatkowe pytania dyspozytora i potwierdzenie przyjęcia zgłoszenia.



### 3. Czynności w zakresie pierwszej pomocy

- Chorego należy wygodnie posadzić (nie wolno kłaść),
- Pochylić głowę do przodu
- Na nos, czoło i kark położyć zimny kompres.
- Nie należy łykać krwi (może o wywołać wymioty)



## 3. Czynności w zakresie pierwszej pomocy

- Krwotok płucny charakteryzuje się wypływaniem z ust krwi żywoczerwonej, pianistej.
  - Chorego należy umieścić w pozycji półleżącej, na klatkę piersiową położyć worek z lodem.
- Krwotok żołądkowy objawia się wymiotami krwawymi, przy czym krew jest zwykle ciemna, czasem przypomina fusy od kawy.
  - Chorego należy ułożyć wygodnie z lekko uniesionym tułowiem, na okolicę żołądka położyć zimny okład.



## 4. Krwawienie z ust

- Krwotok płucny charakteryzuje się wypływaniem z ust krwi żywoczerwonej, pianistej.
  - Chorego należy umieścić w pozycji półleżącej, na klatkę piersiową położyć worek z lodem.
- Krwotok żołądkowy objawia się wymiotami krwawymi, przy czym krew jest zwykle ciemna, czasem przypomina fusy od kawy.
  - Chorego należy ułożyć wygodnie z lekko uniesionym tułowiem, na okolicę żołądka położyć zimny okład.



## 5. Postępowanie podczas ataku astmy

- duszność wydechowa o charakterze napadowym
- tachypnoe – przyspieszenie oddechu
- ortopnoe – uruchomienie dodatkowych mięśni oddechowych spowodowane wzmożonym wysiłkiem oddechowym
- przedłużony wydech z towarzyszącym świstem
- tachykardia – przyspieszenie czynności serca
- sinica
- brak bólu w klatce piersiowej w trakcie ataku



## 5. Postępowanie podczas ataku astmy

1. Posadzić poszkodowanego. Dzięki temu łatwiej będzie mu oddychać
2. Zapewnić dostęp świeżego powietrza
3. Podać choremu leki wziewne – jeśli zażywał je wcześniej i są dostępne podczas ataku
4. Zawiadomić pogotowie ratunkowe
5. Oceniać regularnie podstawowe funkcje życiowe



## 6. Postępowanie przy ataku drgawek

- Sprowadza się do zapewnienia poszkodowanemu warunków ograniczających możliwość dalszych obrażeń:
- zabezpieczenie przed upadkiem i urazami
- udrożnienie dróg oddechowych, przytrzymywanie głowy
- nie zaleca się wkładania w usta poszkodowanego jakichkolwiek przedmiotów
- nie zaleca się silnego krępowania ciała poszkodowanego
- ułożenie w pozycji bezpiecznej po zakończeniu napadu drgawkowego
- kontrola drożności dróg oddechowych i funkcji życiowych
- wezwanie pomocy medycznej w przypadku gdy:
  - drgawki trwają dłużej niż 5 minut
  - drgawki powracają
  - w wyniku napadu doszło do urazu
  - poszkodowany nieprzytomny lub splątany powyżej 5 minut po ustaniu napadu



# 7. Postępowanie przy oparzeniu

- Odsunięcie poszkodowanego do źródła ciepła.
- Ugaszenie odzieży. Przyczepiony do ubrania palący się materiał musi zostać usunięty, podczas gdy przyczepiony do skóry powinien tam pozostać.
- Zabezpieczenie drożności dróg oddechowych (należy usunąć oparzonego z pomieszczenia zadymionego)
- Natychmiastowe schładzanie zimną wodą oparzonej powierzchni przez kilkanaście minut (zmniejsza to stopień oparzenia, ponieważ zimna woda odbiera oparzonej skórze ciepło, działa przeciwobrzękowo a ponadto uśmierza ból). Należy pamiętać, że woda powinna być czysta i mieć temperaturę ok. 20°C. Można zanurzyć poszkodowanego w wannie, na co najmniej 20 minut.
- Przy oparzeniach w obrębie jamy ustnej i gardła poszkodowany powinien płukać gardło zimną wodą albo ssać kawałki lodu.
- Trzeba koniecznie zdjąć obrączki, pierścionki, krawat itp. – ze względu na szybko pojawiający się obrzęk.
- W celu uniknięcia zakażenia należy zaopatrzyć ranę jałowym opatrunkiem.
- W przypadku stwierdzenia objawów wstrząsu należy ułożyć poszkodowanego w pozycji przeciw wstrząsowej.
- Należy przewieźć oparzonego do szpitala.





## 7. Postępowanie przy oparzeniu

### Czego nie wolno robić:

- Po oparzeniu nie wolno zrywać ubrania, które przykleiło się do skóry, należy ostrożnie ściągać pozostałą odzież.
- W przypadku oparzeń o dużej powierzchni, ciało należy schładzać tylko wilgotnymi chustami, nie wolno polewać bieżącą zimną wodą!
- Nie wolno stosować na świeże oparzenie żadnych maści, kremów lub innych powszechnie stosowanych okładów np. z kwaśnego mleka.
- Nie wolno neutralizować kwasów zasadami i odwrotnie, jedynym i najlepszym środkiem leczniczym jest woda (trzeba pamiętać, że woda również wchodzi w reakcje- z poparzeniami chemicznymi najlepiej poczekać na pomoc lekarską).



## 8. Postępowanie przy omdleniu

1. Ułożenie poszkodowanego na plecach
2. Zastosowanie pozycji czterokończynowej, tj. jednoczesne uniesienie kończyn górnych i dolnych.

U kobiety w zaawansowanej ciąży, zamiast w/w pozycji należy zastosować ułożenie na lewym boku (bądź podłożenie poduszki lub koca pod prawy bok w pozycji na plecach)

1. Zapewnienie dostępu świeżego powietrza
2. Poluznienie krawata, rozpięcie kołnierzyka
3. Do momentu odzyskania przytomności – kontrola parametrów życiowych
4. Jeśli po kilku minutach świadomość nie powraca – wezwanie pogotowia.

### **Nie wolno:**

- cucić poszkodowanego przez uderzenia w twarz
- wlewać mu do ust zimnej wody (ryzyko zakrztuszenia!)

# 9. Pierwsza pomoc – resuscytacja

## Schemat postępowania, działanie krok po kroku

