

# Suaugusiųjų pradinis gaivinimas

RODYMAIS PAGRĮSTOS MEDICINOS CENTRAS

- 1** Įsitinkinkite, kad Jūs ir nukentėjęs žmogus esate saugūs



## Atidarykite kvėpavimo takus

- ◆ Paverskite žmogų ant nugaros
- ◆ Padėję delną ant kaktos, atloškite galvą
- ◆ Pirštais suėmę už nukentėjusiojo smakro ir pakeldami žandikaulį atverkite kvėpavimo takus

**2**



## Ar žmogus sąmoningas?

- ◆ Į ausį šuktelkite „ar viskas gerai?“
- ◆ Papurtykite už pečių
- ◆ Jeigu žmogus reaguoja, išsiaiškinkite, kas įvyko, pastoviai sekite būklę ir suteikite reikalingą pagalbą.
- ◆ Jeigu nereaguoja, kvieskitės pagalbos iš netoliese esančių žmonių.

**4**



## Įvertinkite kvėpavimą (ne ilgiau 10s)

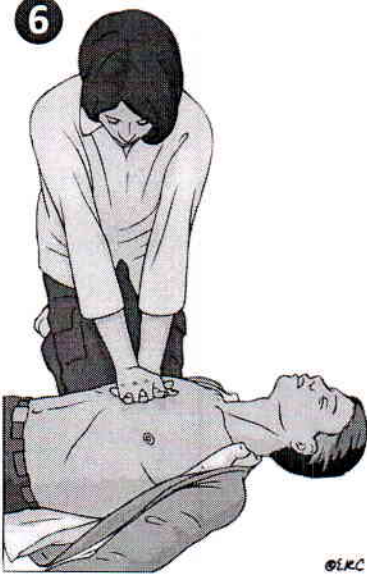
- ◆ Pridėję ausį prie burnos, klausykite kvėpavimo garsų
- ◆ Stebėkite krūtinės judesius
- ◆ Jauskite oro srovę ant skruosto
- ◆ Lėtas, nereguliarus ar triukšmingas kvėpavimas yra nenormalus

**5**

- Jeigu kvėpavimas normalus, paverskite žmogų ant nugaros, kvieskite greitąją pagalbą ir pastoviai sekite jo būklę.

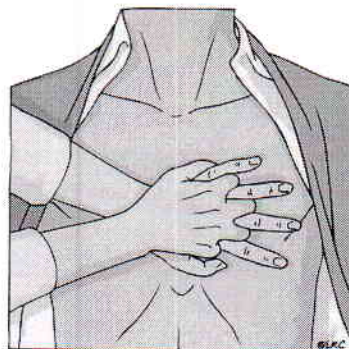
Jeigu žmogus nekvėpuoja arba kvėpavimas nenormalus, pasiųskite pagalbinišką iškvieisti greitąją pagalbą ir nedelsdami pradėkite krūtinės paspaudimus.

**6**



## Pradėkite krūtinės paspaudimus

- ◆ Delnas ant krūtinės centro
- ◆ 30 įspaudimų
- ◆ Dažnis 100 - 120 per minutę
- ◆ Įspaudimo gylys 5 - 6 cm



**7**



## Atlikite 2 įpūtimus

- ◆ Laikykite kvėpavimo takus ativirus pagal aukščiau nurodytas instrukcijas
- ◆ Užniauškite nosį
- ◆ Per burną įpūskite orą, iki kol pakils krūtinė
- ◆ Krūtinei nusileidus, atlikite antrąjį įpūtimą

**8**

## Iki GMP atvykimo tęskite gaivinimą 30:2 (krūtinės paspaudimai : įpūtimai) santykiu

- ◆ Nedarykite jokių pauzių
- ◆ Jeigu įmanoma, kas 2min keiskitės su kitu gaivinančiuoju, kad palaikytumėte efektyvius paspaudimus



ĮRŪDYMŲ PAGRĮSTOS MEDICINOS CENTRAS

# NUDEGIMAI

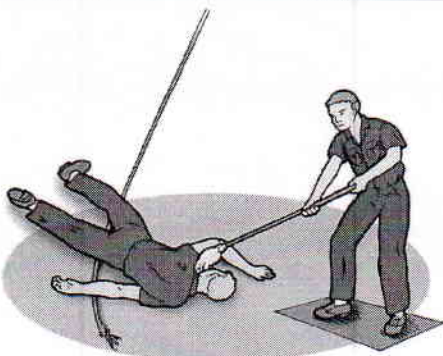
Nudegintą vietą kuo greičiau vėsinkite vandeniu (ne labai šaltu – 10-25°C) bent 10 min arba kol atslūgs skausmas. Vėsinimui nenaudokite ledo.

Nuimkite šalia nudegimo esančius drabužius ir papuošalus. Jeigu prilipę ir nenusiima, neplėškite, o palikite vietoje.

Rankų ir kojų nudegimus uždenkite švaria maistine plėvele arba celofanu, jei nėra – nepūkuotu audiniu ar tvarsčiu. Pūslės turi likti nepažeistos. Netepkite jokiais kremais ar tepalais.

Jei nukentėjęs nekvėpuoja, pradėkite gaivinimą (žr. pradinio gaivinimo plakata).

Užtikrinkite, kad nukentėjusiajam nebūtų šalta, užklokite.

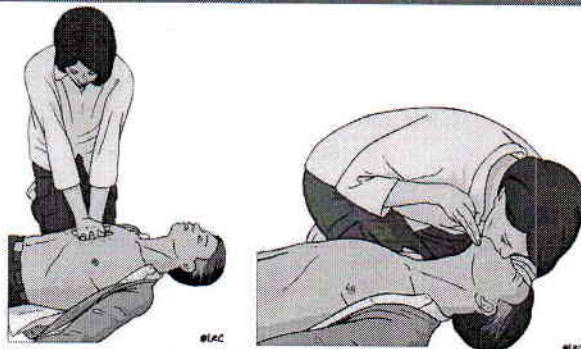
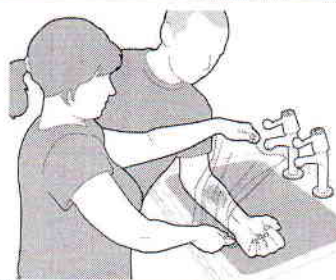
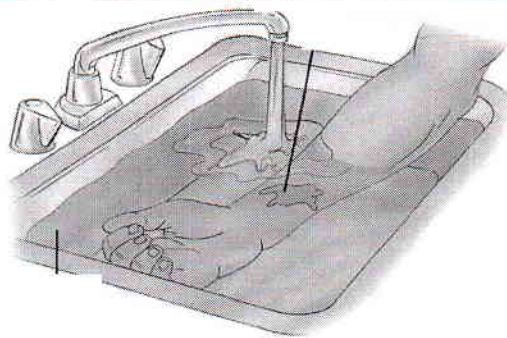


#### Ilustracijos:

[www.firstaid.lastingaid.co.za](http://www.firstaid.lastingaid.co.za)  
[www.blogs.redcross.org.uk](http://www.blogs.redcross.org.uk)  
[www.erc.edu](http://www.erc.edu)  
[www.ars.usda.gov](http://www.ars.usda.gov)  
[www.anatomyatlases.org](http://www.anatomyatlases.org)

#### Informacija:

NHS First Aid 2014  
IFRC International first aid and resuscitation guidelines 2011



Nusideginus rūgštimis ar šarmais, sausus chemikalus pirmiausia nubraukite nuo odos. Nudegimo vietą gausiai plaukite vandeniu bent 10 min.

Jei nukentėjęs nudegė nutrenktas stiprios elektros srove, skubiai kvieskite greitąją pagalbą telefonu 112. Prieš imdamiesi bet kokių veiksmų, įsitikinkite savo saugumu ir kad pats nebūsite nutrenktas elektra – stovėkite ant elektrai nelaidaus paviršiaus (pvz., knygos).

Jei įmanoma, išjunkite elektros šaltinį. Jei tai neįmanoma, nukentėjusį atskirkite nuo elektros šaltinio nelaidžiu nemetaliniu daiktu, pvz., mediniu šluotos kotu.

*Sudarė Agnė Ulytė*



ĮRODYMAIS PAGRĮSTOS MEDICINOS CENTRAS

# KRAUJAVIMAS

Jei kraujavimas gausus, skubiai kvieskite greitąją pagalbą telefonu 112 ir nedelsiant pradėkite kraujavimo stabdymą.

Jei turite, užsimaukite vienkartinės apsaugines pirštines.

Uždenkite žaizdą švarių tvarščiu, jį stipriai prispauskite ranka, kad nustotų kraujuoti, ir tvirtai apvyniokite kitu tvarščiu.

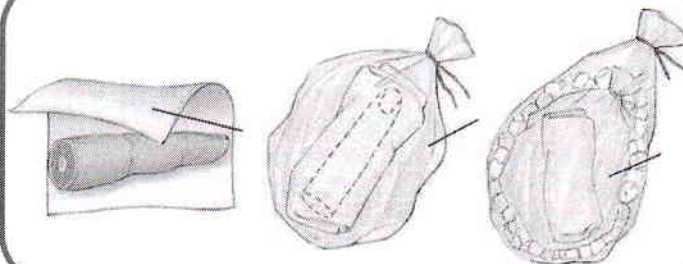
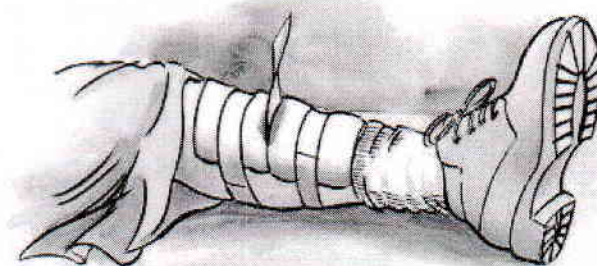
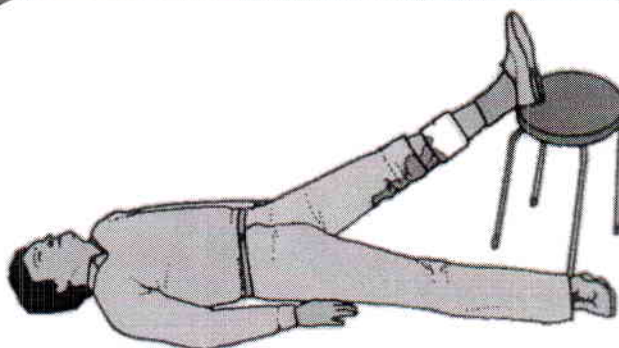
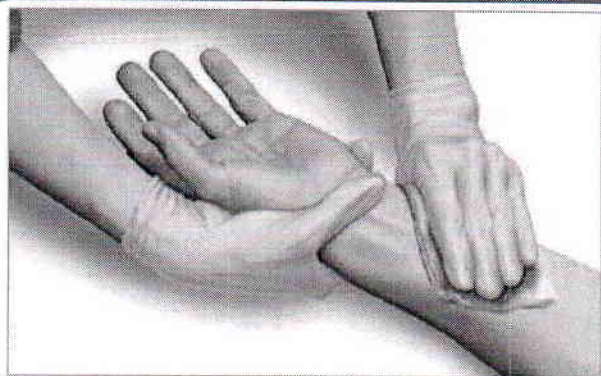
Jei kraujas sunkiasi toliau, ant viršaus prispauskite dar vieną tvarstį ir vėl stipriai apvyniokite. Anksčiau uždėto tvarščio nenuiminkite.

Jei žaizda galūnėje, kuri nėra lūžusi, galite ją pakelti, kad kraujavimas sumažėtų. Pačios galūnės stenkitės nejudinti, nelankstyti.

Nebandykite iš žaizdos išimti skeveldrų, nuolaužų ar kitų įstrigusių objektų. Spauskite šalia, o ne tiesiai į žaizdoje esantį objektą. Uždėkite daugiau tvarščių aplink, kad tvarstydami objekto neįspaustumėte giliau į žaizdą.

Nutrauktą pirštą ar kitą kūno dalį įvyniokite į plastikinį maišelį ar plėvelę, tada į minkštą audinį ir laikykite šaltai, geriausia – apdėtą ledu. Išsaugotą galūnę dar gali būti galima prisiūti.

Jei žaizda nedidelė, nuplaukite po tekančiu vandeniu ir uždenkite švarių tvarščiu.



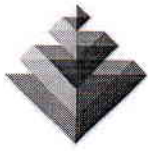
## Ilustracijos:

[www.firstaidreference.com](http://www.firstaidreference.com)  
[www.hometreatment.net](http://www.hometreatment.net)  
[www.fhealth.howstuffworks.com](http://www.fhealth.howstuffworks.com)  
[www.firstaid.lastingaid.co.za](http://www.firstaid.lastingaid.co.za)

## Informacija:

NHS First Aid 2014  
IFRC International first aid  
and resuscitation  
guidelines 2011

*Sudarė Agnė Ulytė*



ĮRODYMAIS PAGRISTOS MEDICINOS CENTRAS

# KAULŲ LŪŽIAI

Kaulų lūžius pastebėti kartais sunku. Jei nesate tikras, elkitės lyg kaulas būtų lūžęs.

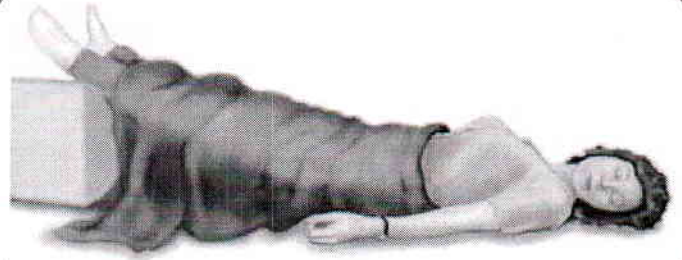
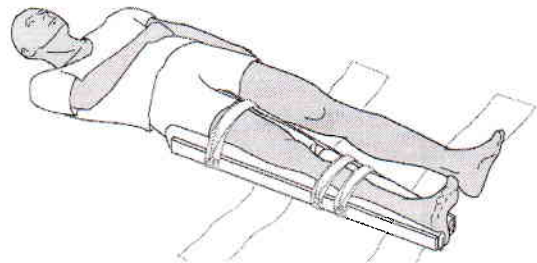
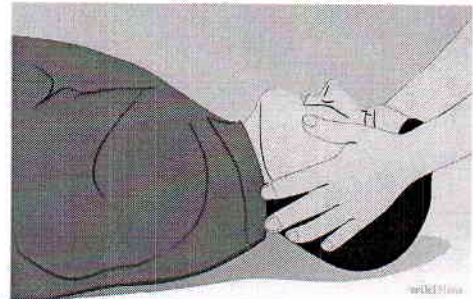
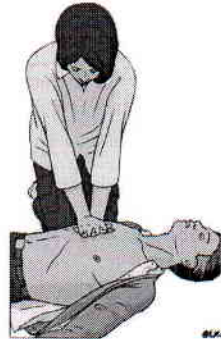
Pirmiausia įsitikinkite, kad žmogus kvėpuoja ir stipriai nekraujuoja. Stebėkite kvėpavimą – jei nutrūksta, pradėkite gaivinimą (žr. gaivinimo plakatą).

Lūžusios galūnės nejudinkite, kol pasieksite ligoninę arba atvyks greitoji pagalba. Jei įtariate stuburo lūžį, nukentėjusiojo nejudinkite visai. Kaklą, kad nejudėtų, stabiliai prilaikykite rankomis.

Lūžus kojai, nukentėjusio nejudinkite, lūžusią koją įtvirtinkite paremdami antklodėmis, drabužiais ar kitais daiktais.

Jei žmogus išblyškęs, šaltas, prakaituoja, jaučiasi silpnai, kvėpuoja greitai, negiliai ir jo pulsas silpnas – jam gali būti šokas. Skubiai kvieskite greitąją pagalbą telefonu 112. Nukentėjusįjį paguldykite, atlaisvinkite spaudžiančius drabužius, jei kojos nesužeistos – pakelkite jas aukščiau širdies lygio, pakišdami suvyniotą antklodę ar pagalvių. Užklokite, kad nesušaltų.

Neduokite nieko gerti ar valgyti, nes ligoninėje nukentėjusįjį gali tekti operuoti.



## Ilustracijos:

[www.erc.edu](http://www.erc.edu)

[www.adam.com](http://www.adam.com)

[www.wikihow.com](http://www.wikihow.com)

[www2.aofoundation.org](http://www2.aofoundation.org)

## Informacija:

NHS First Aid 2014;

IFRC International first aid and resuscitation guidelines 2011

*Sudarė Agnė Ulytė*