PIRMOJI PAGALBA

PRADINIS GAIVINIMAS

Jei nukentėjusysis neturi sąmonės ir nėra normalaus kvėpavimo, šaukitės aplinkinių pagalbos ir pradėkite pradinį gaivinimą.

Atlikite 30 krūtinės ląstos paspaudimų ir 2 įpūtimus.

Kvieskite greitosios medicinos pagalbą (GMP).

Tęskite gaivinimo ciklus, kol nukentėjusysis atsigaus ar atvyks medikai.

Jei yra šalia defibriliatorius, jį atsineškite ir sekite jo instrukciją.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

KAUNAS

Daugiau informacijos:
www.kaunovsb.lt

PIRMOJI PAGALBA SKĘSTANČIAJAM

- Pasistenkite ištraukti skęstantįjį iš vandens nelipant į jį (ištieskite lazdą, šaką ar numeskite virvę su plūduru).
- Skęstantįjį iš vandens traukite tik kraštutiniu atveju, jei esate įsitikinęs, kad tai yra saugu jums (tai reikėtų daryti pasiėmus plūdurą, gelbėjimo ratą ar valtį).
- Ištraukus iš vandens nukentėjusįjį, jo galvą laikykite žemiau negu visas kūnas.
- Jei nėra sąmonės ir normalaus kvėpavimo, atlikite pradinį gaivinimą. Pradinį gaivinimą pradėkite 2 įpūtimais.
- Kvieskite greitosios medicinos pagalbą (GMP).
- Tęskite gaivinimo ciklus. Krūtinės ląstos paspaudimai ir įpūtimai 30:2, kol nukentėjusysis atsigaus ar atvyks medikai.
- Jei žmogus pradeda kvėpuoti, jį paverskite ant šono saugodami stuburą ir kaklą, šiltai apklokite.

PIRMOJI PAGALBA ESANT ŠILUMOS SMŪGIUI

- Kvieskite GMP.
- Patraukite žmogų į pavėsį ar gerai vėdinamą patalpą.
- Paguldykite į tokią padėtį, kurioje žmogaus kojos būtų aukščiau nei jo galva.
- Nuvilkite rūbus ir įvyniokite kūną į šaltu vandeniu suvilgytą audeklą. Dėkite šaltus kompresus kirkšnies, pažastų, kaklo srityse.
- Jei žmogus sąmoningas ir nevemia, duokite atsigerti šalto vandens.
- Niekur nesitraukite, kol atvyks GMP.

PIRMOJI PAGALBA PERKAITUS SAULĖJE

- Pasitraukite į pavėsį ar gerai vėdinamą patalpą.
- Nusivilkite ar bent jau atlaisvinkite viršutinius rūbus.
- Gerkite daug mineralinio vandens ar kitų nealkoholinių gėrimų be kofeino.
- Vėsinkitės šaltu dušu arba šaltais kompresais.
- Jei visos šios priemonės nepadėjo pasijusti geriau, kreipkitės į medikus.

PIRMOJI PAGALBA UŽSPRINGUSIAJAM

- Jei žmogus kosėja, skatinti kosulį, nes kosulys gali išstumti svetimkūnį iš kvėpavimo takų.
- Jei žmogus kalbėti negali, nėra kosulio garso, plaštaka stipriai 5 k. trenkite į tarpumentį.
- Jei šie veiksmai neefektyvūs, atlikite 5 Heimlicho stūmius (krūtinės apačios paspaudimus).
- Jei veiksmai nepadėjo ir žmogus neteko sąmonės, kvieskite GMP.
- Pradėkite pradinį gaivinimą (prieš pradedant įsitikinkite ar burnoje nėra svetimkūnių).

PIRMOJI PAGALBA ĮGĖLUS VABZDŽIUI

- Geluonį pašalinkite palei odą nubraukiant nagu ar buku daiktu.
- Geluonies negalima spaudyti, traukti pincetu.
- Įkandimo vietą nuplaukite tekančių vandens srove, ją dezinfekuokite.
- Ant įkastos vietos galima uždėti šaltą kompresą ar ledą, kuris įvyniotas į servetėlę.
- Jei vabzdys įgėlė į pirštą, plaštaką, būtina nuimti žiedus, apyrankes, laikrodžius.
- Padėkite sugeltam žmogui patogiai atsigulti ar atsisėsti.
- Jei žmogus ima dūsti, jį pasodinkite taip, kad būtų lengviau kvėpuoti. Jeigu jaučia silpnumą, svaigsta galva, paguldykite ir pakelkite kojas aukščiau už galvą.
- Pasijutus prasčiau, pasunkėjus kvėpavimui ar įgėlimui esant burnos srityje, ar liežuvyje - reikia skubiai kreiptis į medikus.