Nelaimingo atsitikimo atpažinimas

Dažniausios išorinės mirties priežastys yra eismo įvykiai, skendimas, apsinuodijimas alkoholiu, sušalimas, nukritimai.

1 Gyvybės grandinė:
Atpažinkite ir įvertinkite aplinką

Garsas:
- Rėkimas, dejonė arba pagalbos šauksmas
- Stiklo dūžis, metalo girgždesys
- Staigus ir didelis neatpažįstamas garsas
- Neįprasta tyla

Vaizdas:
- Kelkraštyje sustojęs automobilis
- Sudužęs stiklas
- Išversti puodai virtuvėje
- Išberti vaistai
- Kibirkštys, dūmai ar ugnis

Kvapas:
Stipresni negu įprasta, sunkiai atpažįstami, naujai atsiradę, neįprasti toje aplinkoje kvapai yra įtartini ir gali rodyti, kad būklė yra pavojinga. Labai svarbu pirmiausia pasirūpinti savo paties saugumu, kadangi įvairios dujos, garai, dūmai yra pavojingi ir nuodingi.

2 Atpažinkite, kad žmogui gresia pavojus
Požymiai, rodantys, kad būklė gali būti pavojinga:
- Nesąmoningumas
- Dusulys
- Žmogus susiėmęs krūtinę ar kaklą
- Prakaitavimas be aiškios priežasties
- Neįprasta odos spalva
- Žmogus negali pajudinti kūno dalies

3 Pasitikėkite profesionalais
Iškvieskite greitąją medicinos pagalbą, nurodykite visą situaciją ir vykdykite nurodymus, kol atvyks pagalba.

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS
Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt
www.kaunovsb.lt

Veiksmai prieš teikiant pirmąją pagalbą

1

Pirmiausia išsiaiškinkite nelaimingo atsitikimo situaciją ir įvertinkite nukentėjusiojo būklę. Prieš teikiant pirmąją pagalbą, **įsitikinkite, kad tai yra saugu.** Jei situacija pavojinga Jūsų gyvybei, teikti pirmąją pagalbą draudžiama.

2

Esant sąlygoms, imkitės priemonių pavojingai situacijai pakeisti (kvieskite pagalbą, naudokite apsaugos priemones ir t.t.). Nenaudokite priemonių, kurios gali pabloginti situaciją. Nebloginkite nukentėjusio būklės (jei įtariamas stuburo lūžis – nejudinkite jo iš pradinės pozicijos). Nukentėjusį rekomenduojama judinti, jei tai reikalinga siekiant atitraukti jį nuo pavojaus arba atgaivinti. Tai darykite labai atsargiai.

3

Pirmąją medicinos pagalbą teikite kuo skubiau. Pradėkite nuo to sužalojimo, kuris pavojingiausias gyvybei. Stiprų kraujavimą stabdykite tuojau pat, nelaimingo atsitikimo vietoje. Jei žmogus sužalotas keliose vietose, pirmąją pagalbą pradėkite nuo to sužeidimo, kuris pavojingiausias gyvybei. Galite taisyklingai sutvarstyti lūžusią koją, tačiau nukentėjusysis žus, jei prieš tai nebus užtikrintas kvėpavimo takų praeinamumas. Taigi teikiant pagalbą neįvertinus būklės, galima net pakenkti.

4

Jei yra daug nukentėjusiųjų, pirmiausia pagalbą teikite tiems, kurių gyvybei gresia didžiausias pavojus ir kuriuos galima greičiausiai išgelbėti. Nebėgkite prie to, kuris šaukia garsiausiai, eik prie to, kuris tyli. Vertink situaciją, pagal turimas galimybes.

5

Pirmąją pagalbą teikite visą laiką, kol atvyks greitoji medicinos pagalba. Nepalikite nukentėjusiojo be priežiūros.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

PIRMOJI MEDICINOS PAGALBA

Kodėl tai turi žinoti ir Tu?

PIRMOJI PAGALBA:

Pradinės pagalbos nukentėjusiam suteikimas ligos arba susižalojimo atveju, dažniausiai atliekamas pašalinio žmogaus iki kol bus suteikta profesionali medicininė pagalba.

PIRMOSIOS MEDICININĖS PAGALBOS TIKSLAI:

Nutraukti žalojantį poveikį, atstatyti ar kompensuoti gyvybines funkcijas, stabilizuoti būklę, kol bus suteikta profesionali medicininė pagalba.

Labai svarbus pirmosios pagalbos veiksmų nuoseklumas. Jų sekai atsiminti naudojama formulė **P–P–P** (Patikrink, Paskambink, Padėk). Svarbiausias tikslas, suteikiant pirmąją pagalbą, yra išsaugoti nukentėjusiojo ar ūmiai susirgusio žmogaus gyvybę. Svarbu atpažinti pavojingą būklę, iškviesti medikus (skambinti tel. 112, Teo tinklo – 03, Omnitel – 103, Bitė, Tele2 – 033), įvertinti pagrindines gyvybines funkcijas – sąmonę, kvėpavimą, širdies veiklą ir nedelsiant pradėti žmogų gaivinti, kol atvyks medikai.

Daugeliu atveju, įvykus nelaimingam atsitikimui, svarbu nesutrikti, neišsigąsti, o vadovautis sveiku protu, įvertinti riziką, apsaugoti save, aplinkinius, nepakenkti nukentėjusiajam ir suteikti jam pagalbą, kol atvyks medikai.

Sugaištas laikas gali būti lemiamas nukentėjusio žmogaus gyvybei. Jei ištikus staigiai mirčiai gaivinimas pradedamas iš karto ar praėjus ne daugiau kaip 4 min., yra didelė kvėpavimo ir širdies veiklos atkūrimo tikimybė, kuri žmogui gali išgelbėti gyvybę.

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

GAIVINIMAS

Naudokite gumines pirštines

ĮVERTINKITE SĄMONĘ
(pakalbinkite, papurtykite) ne ilgiau, kaip 5 sek.

↓

SĄMONĖS NĖRA
(žmogus pats nejuda ir nekalba)

kviečiame ↓ pagalbą

NĖRA NORMALAUS KVĖPAVIMO

↓

KVIESKITE GMP

↓

30 KRŪTINĖS LĄSTOS PASPAUDIMŲ

↓

2 ĮPŪTIMAI
30 KRŪTINĖS LĄSTOS PASPAUDIMŲ

↓

TĘSTI GAIVINIMO CIKLUS
(santykiu 30:2)

SĄMONĖ YRA
(žmogus kalba ar pats juda)

- įvertinkite žmogaus būklę
- nustatykite, kokia pagalba reikalinga
- suteikite būtinąją pagalbą
- iškvieskite greitąją medicinos pagalbą

KVĖPUOJA

- Paguldytike ant šono (stabili šoninė padėtis, įtarus stuburo traumą, ji netinka)
- Iškvieskite greitąją medicinos pagalbą
- Suteikite pirmąją pagalbą pagal poreikį
- Stebėkite ligonio būklę (kvėpavimą ir pulsą)

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

SUAUGUSIO ŽMOGAUS UŽSPRINGIMAS

Esanat dalinei kvėpavimo takų obstrukcijai, žmogus gali pats kvėpuoti, kosėti. Prašoma, kad jis pats kosėtų. Gaivintojas neturi trukdyti nukentėjusiajam pačiam pašalinti svetimkūnį iš kvėpavimo takų. Jei to padaryti nepavyksta, reikia kviesti greitąją medicinos pagalbą.

Esant visiškai kvėpavimo takų obstrukcijai, žmogus staiga griebiasi už gerklės, negali kvėpuoti, kalbėti ar kosėti, pamėlsta lūpos ir oda, jei tuoj pat nesuteikiama pagalba, žmogus netenka sąmonės, jį ištinka klinikinė, o vėliau (po 4–5 min.) ir biologinė mirtis.

PIRMOJI PAGALBA, JEI VISIŠKAI UŽSPRINGĘS ŽMOGUS SĄMONINGAS

- Liepkite užspringusiajam pasilenkti į priekį.
- Atlikite 5 smūgius į nugarą ir atlikite pilvo paspaudimus. Atsistokite jam už nugaros, apkabindami jį dėkite vienos rankos kumštį po krūtinkauliu, virš bambos, kita ranka prispauskite ir staigiu trumpu judesiu spustelkite.
- 5 smūgius į nugarą ir 5 pilvo paspaudimus kartokite tol, kol pašalinsite svetimkūnį iš kvėpavimo takų.

PIRMOJI PAGALBA, JEI UŽSPRINGĘS ŽMOGUS NESĄMONINGAS

- Paguldykite užspringusįjį ant nugaros.
- Pradėti pradinį gaivinimą (30 krūtinės ląstos paspaudimų ir 2 įpūtimai, tęsti gaivinimo ciklus santykiu 30:2).

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

KŪDIKIŲ UŽSPRINGIMAS

KŪDIKIS

Paguldykite krūtine ant savo kairės rankos dilbio, plaštaka laikykite galvą. Ranka bus stabilesnė, jei ją atremsite į tos pačios pusės šiek tiek sulenktos kojos šlaunį. Kitos rankos delno pagrindu 5 kartus stipriai trenkite į nugarą tarp menčių. Jei šie veiksmai nepadėjo pašalinti svetimkūnio, paguldykite kūdikį aukštielninką ir 5 kartus dviem pirštais staigiai paspauskite krūtinkaulį ties spenelius jungiančios linijos aukščiu. Paspaudimų gylis turėtų būti 1,5–2,5 cm. Šiuos veiksmus kartokite, kol kūdikis pradės kvėpuoti, kosėti, verkti arba neteks sąmonės. Netekus sąmonei pradėkite gaivinti.

1-8 METŲ VAIKAS

Vaikas paguldomas sėdinčiam žmogui ant kelių pilvu, atliekame 5 smūgius tarp menčių.

JEIGU NEATSPRINGO:

Atlikite 5 pilvo stūmius. Kai vaikas netenka sąmonės – pradėkite pradinį gaivinimą.

Heimlicho stūmiai. Vaikas apkabinamas iš už nugaros, vienos rankos kumštis suimamas kita ranka, dedamas ant pilvo aukščiau bambos per 2 cm ir 5 kartus spaudžiama stipriai stuburo link, į viršų.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

INSULTAS

Kaip atpažinti, kokią pirmąją pagalbą suteikti?

Ar tai INSULTAS? Patikrink F.A.S.T metodu

F

Face
Veidas

Šypsena – ar nėra nukaręs vienos pusės lūpų kampas?

A

Arms
Rankos

Pakelkite abi rankas – ar viena ranka nėra silpnesnė?

S

Speech
Kalba

Neina kalbėti? Žodžiai neaiškūs, sunkiai suprantami?

T

Time
Laikas

Skubiai kvieskite pagalbą 112
Delsimas – smegenų praradimas

SVARBU!

- Įsidėmėkite laiką, kai pastebėsite pirmuosius ligos požymius. Ši informacija pravers gydytojui, skiriant gydymą.
- Neduokite žmogui gerti ir valgyti, nes ištikus insultui jis gali užspringti.
- Negalima ignoruoti ligos simptomų. Net jei insulto simptomai pasireiškė silpnai, skubiai pasirūpinkite ligoniu.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

APSINUODIJIMAI

Kaip atpažinti, kokią pirmąją pagalbą suteikti, kur kreiptis pagalbos?

Maisto produktai ir gėrimai, kuriais apsinuodijama dažniausiai:

- Mėsos produktai
- Majonezas
- Jūros gėrybės
- Pieno gaminiai
- Žalialapės daržovės
- Kiaušiniai
- Tunas
- Minkštieji sūriai
- Uogos
- Alkoholiniai gėrimai

Pagrindiniai apsinuodijimo simptomai:

- Pykinimas
- Viduriavimas
- Karščiavimas
- Apsinuodijus alkoholiu – regėjimo sutrikimas, traukuliai, sąmonės netekimas
- Sunkaus apsinuodijimo metu sutrinka širdies ritmas ir žmogų gali ištikti koma

Kaip elgtis?

- Apsinuodijus kas valandą duoti gerti skysčių (1 litre vandens ištirpinkite 3,5 g. druskos)
- Jei nukentėjusysis praranda sąmonę, paguldykite ant šono ir pasirūpinkite, kad neužspringtų (jei vemia)
- Duoti gerti daug mineralinio vandens ir silpnos juodosios arbatos
- Jei apsinuodijusysis neteko daug skysčių, o dėl pykinimo ir vėmimo nebegali gerti – kvieskite greitąją medicinos pagalbą

Jei apsinuodijimas kelia įtarimų, galima skambinti visą parą veikiančiu apsinuodijimų kontrolės ir informacijos biuro telefonu (8 5) 236 2052. Telefonu konsultuoja patyrę gydytojai toksikologai.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

TRAUKULIAI

Kaip atpažinti, kokią pirmąją pagalbą suteikti?

KAIP ATPAŽINTI?

Požymiai dažniausiai atsiranda tokia seka:

- staigus riktelėjimas, sustingimas
- sąmonės sutrikimas
- akių žvilgsnis į viršų
- galva atsilošia atgal, liemuo išsiriečia lanku
- ritmiški raumenų traukuliai
- putos iš burnos
- veido pamėlynavimas
- garsus kvėpavimas
- vyzdžių išsiplėtimas
- nevalingas šlapinimasis, tuštinimasis
- miegas

Mažųjų traukulių požymiai: žmogus nereaguoja į aplinką, nežymiai trūkčioja veidas, lūpos, vokai, nevalingai kramtoma, čepsima, pasibaigus traukuliams, jų neprisimenama.

Kaip padėti?

- Apsaugokite, kad nesusižeistų
- Nuraminkite pasibaigus priepuoliui

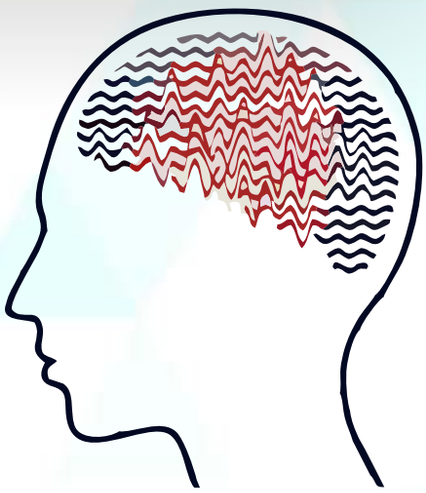
Jei ištinka mažieji traukuliai, padėkite žmogui ramiai atsisėsti, patraukite visus pavojingus aplink esančius daiktus, ramiai kalbinkite ir likite su juo, kol būklė taps visiškai normali.

PIRMOSIOS PAGALBOS VEIKSMAI PRIEPUOLIO METU:

- Prilaikykite krentantį žmogų, patraukite visus pavojingus daiktus, kad nesusižalotų
- Prisiminkite traukulių pradžios laiką
- Prilaikykite nukentėjusiojo galvą. Po galva padėkite minkštą daiktą. Tarp dantų nedėkite jokių kietų daiktų
- Saugokite, kad neužspringtų
- Atlaisvinkite drabužius
- Neslopinkite traukulių fizine jėga
- Priepuolio metu neduokite gerti jokių skysčių
- Pasibaigus traukuliams, atverkite kvėpavimo takus ir patikrinkite kvėpavimą. Jei kvėpuoja, paguldykite į stabilią šoninę padėtį ir jį stebėkite

Skubiai kvieskite greitąją medicinos pagalbą šiais atvejais:

- Traukuliai kartojasi arba tai atsitiko pirmą kartą gyvenime
- Traukuliai trunka ilgiau nei 5 minutes
- Traukulių priežastis nėra žinoma
- Traukuliai ištiko nėščią moterį ar kūdikį
- Traukuliai ištiko cukriniu diabetu sergantį žmogų
- Po traukulių žmogus neatgauna sąmonės



KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

Kraujavimo stabdymas

Paprastasis tvarstis esant nestipriam kraujavimui:

1. Jei turite, užsimaukite pirštines.
2. Nurenkite drabužį arba nukirpkite, kad pamatytumėte kraujuojančią vietą.
3. Kraujuojančią vietą užspauskite tamponu arba spauskite rankomis.
4. Marlės tamponu užspaustą žaizdą sutvarstykite paprastu bintu.
5. Prireikus naudokite pagalbinius būdus:
- pakelkite galūnę
- spauskite tipinius taškus

Pirmoji pagalba įtariant vidinį kraujavimą:

1. Nuraminti nukentėjusįjį (pasakyti, kad jūs žinote, kaip jam padėti ir viskas bus gerai, paprašyti, kad sužeistasis pagal savo galimybes padėtų teikti pagalbą).
2. Suteikti reikalingą patogią padėtį – pasodinti, jei įtariamas kraujavimas į krūtinės ląstą (dusina, pamėlsta oda, atsikosti krauju, sužeista krūtinė – žaizdą hermetizuoti), paguldyti, sulenkti kojas, jei įtariamas kraujavimas į pilvo ertmę (skauda pilvą, sužeistas pilvas, buvo smūgis į pilvą).
3. Įtariamo kraujavimo vietoje dėti šaltį (kompresą ar šaltą daiktą).
4. Apkloti, kad nesušaltų.
5. Vystantis šokui, pakelti galūnes (išskyrus atvejį, kai sužeidžiama į pilvą), nuleisti galvą (jei galva nesužeista).
6. Skubiai vežti į gydymo įstaigą.

Įtarus vidinį kraujavimą, uždėkite šaltą kompresą ant sužeistos vietos ir kuo skubiau pristatykite žmogų į ligoninę.

Varžtis dedamas tik labai stipriai kraujuojant iš galūnių ir tik tada, kai nepavyksta sustabdyti kraujavimo spaudžiamuoju tvarsčiu:

1. Dedamas 4–5 cm virš kraujavimo vietos. Nedėti tiesiai ant žaizdos ar ant sąnario. Po varžčiu būtina padėti paklotą – minkštą audinį.
2. Varžtis vyniojamas kelis kartus taip, kad kiekviena vija dengtų ankstesnės vijos kraštą.
3. Suveržus varžtį jo negalima uždengti, jis turi būti gerai matomas. Matomoje vietoje užfiksuojamas laikas. Varžtį galima laikyti ne ilgiau kaip 1 valandą.

Laikinieji kraujavimo stabdymo būdai:

Kraujuojančią vietą užspaudžiame pirštais arba ranka

Esant labai stipriam kraujavimui (pavyzdžiui – arteriniam) galūnę pakeliame, maksimaliai sulenkiame per sąnarį ir suveržiame naudojant spaudžiamąjį tvarstį

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

Žaizdos, pirmos pagalbos principai

PIRMOJI PAGALBA

1. Nuraminkite sužeistąjį.
2. Apnuoginkite sužeistą sritį ir nustatykite, kokia žaizda.
3. Stabdykite kraujavimą.
4. Nuimkite nuo sužeistos galūnės žiedus, apyrankes, atlaisvinkite drabužius ar batus.
5. Sutvarstykite žaizdą.
6. Jei žaizda užteršta žemėmis, būtina skubiai kreiptis į gydytoją, kad suleistų serumo nuo stabligės.
7. Malšinkite skausmą.
8. Įtverkite ir pakelkite sužeistą galūnę, suteikti patogią padėtį.
9. Kreiptis į gydymo įstaigą.

ŽAIZDŲ TIPAI

Dėmesio!

- Draudžiama pašalinti žaizdoje įstrigusį svetimkūnį.
- Žaizdos negalima plauti vandeniu ir vaistais, barstyti milteliais ir tepti tepalais.
- Negalima šluostyti nuo žaizdos smėlio, žemių ir pan., nes tokiu būdu žaizdą užteršiančių medžiagų pašalinti nebus įmanoma. Žaizdą išvalyti gali tik gydytojas.
- Iš žaizdos negalima šalinti kraujo krešulių, nes tai gali sukelti stiprų kraujavimą.
- Negalima žaizdos apvynioti izoliacine juosta.
- Teikiant pirmąją pagalbą susižeidus, pirmiausia reikia aprišti žaizdą steriliu tvarsčiu. Jeigu sterilaus tvarsčio nėra, naudoti švarią nosinę, švarų skudurėlį.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

NUDEGIMAI

pirmos pagalbos principai, rekomendacijos

NUDEGIMĄ gali sukelti tiesioginis sąlytis su ugnimi ar įkaitusiais daiktais, sausas karštis, trintis, karšti skysčiai bei garai, korozinės medžiagos (rūgštys, šarmai) elektros srovė, radiacija.

1 Užtikrinkite savo saugumą (jeigu gresia pavojus, nesiartinkite prie nukentėjusiojo).

2 Paskambinkite bendruoju pagalbos telefonu 112 ir iškvieskite GMP. Nutraukite žalojantį poveikį, jeigu jis dar yra. Jeigu nukentėjusiojo drabužiai dega, užgesinkite juos. Nutraukite elektros žalojantį poveikį, jeigu jis dar veikia. Pašalinkite visas chemines medžiagas nuo odos.

3 Vėsinkite nudegusią vietą kambario temperatūros vandeniu, silpna tekančio vandens srove, mažiausiai 10 minučių arba kol nukentėjusysis nejaus skausmo.

4 Nuvilkite (apkirpkite) visus apdegusius drabužius, nuimkite apyrankes, žiedus, laikrodžius ir kita, kas patinus audiniams gali spausti nudegusią vietą. Nenuimkite prie odos pridegusių drabužių. Aptvarstykite visą nudegimo plotą kartu su apanglėjusiais drabužiais aplink žaizdą.

5 Nukentėjusiajam suteikite patogią padėtį.

JEI NUDEGĖTE SAULĖJE

- Patepkite odą uždegimus slopinančiu tepalu
- Nusiprauskite vėsiu vandeniu vonioje arba po dušu, tačiau muilo, kitų prausiklių ar kempinės nenaudokite
- Pasidarykite šaltą kompresą: suvilgykite šaltame vandenyje medvilninę (ne sintetinę!) skiautelę ir palaikykite ant nudegusios vietos 20–30 minučių
- Gerkite daugiau vandens

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

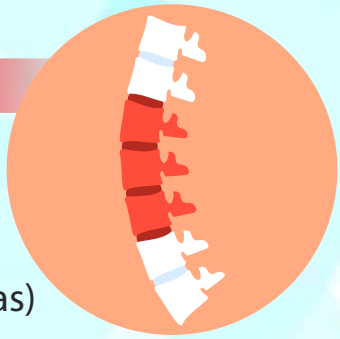
Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

PIRMOJI PAGALBA ĮTARUS STUBURO TRAUMĄ

KAIP ATPAŽINTI?

Kiekvienas nugaros ir kaklo sužalojimas gali būti lydimas stuburo sužalojimo ir stuburo smegenų pažeidimo. Tai dažnai sukelia neįgalumą. Neįtarę sužalojimo ir judindami nukentėjusįjį, galime padidinti pažeidimą.



KADA ĮTARTI STUBURO SUŽALOJIMĄ:

- **1.** Nesąmoningas traumuotas žmogus
- **2.** Galūnių paralyžius (negali pajudinti)
- **3.** Skausmas, deformacija stuburo srityje
- **4.** Jutimų sutrikimai (deginimas, dilgčiojimas)
- **5.** Trauma (didelės kinetinės energijos):
- „Išskridimas“ iš automobilio
- Automobilio greitis didesnis nei 60 km per valandą
- Motociklo avarija, kai greitis didesnis nei 30 km per valandą
- Partrenktas ar pervažiuotas pėstysis
- Mirtis tame pačiame keleivių skyriuje
- Automobilio deformacija didesnė nei 50 cm
- Deformacija į automobilio vidų didesne nei 30 cm
- Nukentėjusysis trauktas iš automobilio ilgiau nei 20 min
- Kritimas iš didesnio kaip 5 m aukščio

PIRMOJI PAGALBA

- Neleiskite judėti nukentėjusiajam
- Galvą fiksuokite rankomis neutralioje pozicijoje
- Stebėkite būklę, kol atvyks greitoji medicinos pagalba

SVARBU!

- Neleiskite nukentėjusiajam judėti.
- Kvieskite greitąją medicinos pagalbą.
- Fiksuokite galvą rankomis, kol atvyks greitoji medicinos pagalba.
- Vykdykite dispečerio nurodymas.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

KAULŲ LŪŽIAI

Kokią pirmąją pagalbą suteikti? (atviras ar uždaras kaulų lūžis)?

KAULŲ LŪŽIAI

ATVIRI

Lūžio vietoje pažeidžiama oda, atsiveria žaizda, iš kurios kyšo kaulų galai

PIRMOJI PAGALBA

- Stabdykite kraujavimą
- Nespauskite išsikišusių kaulų fragmentų
- Imobilizuokite traumuotą galūnę taip, kad sąnariai aukščiau ir žemiau pažeistos vietos nejudėtų

UŽDARI

oda lūžio vietoje nepažeista

PIRMOJI PAGALBA

- Prilaikykite sužalotą vietą, stenkitės nejudinti
- Imobilizuokite pažeistą vietą taip, kad sąnariai aukščiau ir žemiau pažeistos vietos nejudėtų
- Naudokite standžius, kietus įtvarus (lentelės, kartonas)
- Įtvarą pritvirtinkite prie sužeistos galūnės tvarsčiu ar skarele. Įtvaro negalima dėti ant žaizdos

Įtarus **stuburo lūžimą**, nukentėjusiojo žmogaus negalima kelti, vartyti, sodinti. Palikite tokioje padėtyje, kokioje radote. Raminkite, neleiskite judėti, kvieskite greitąją pagalbą, sekite nukentėjusiojo būklę.

Esant **šonkaulių ir krūtinkaulio** lūžiams atsiranda skausmas, patinimas, traškėjimas. Pirmoji pagalba tokiu atveju – kuo skubiau kreiptis į gydytoją.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

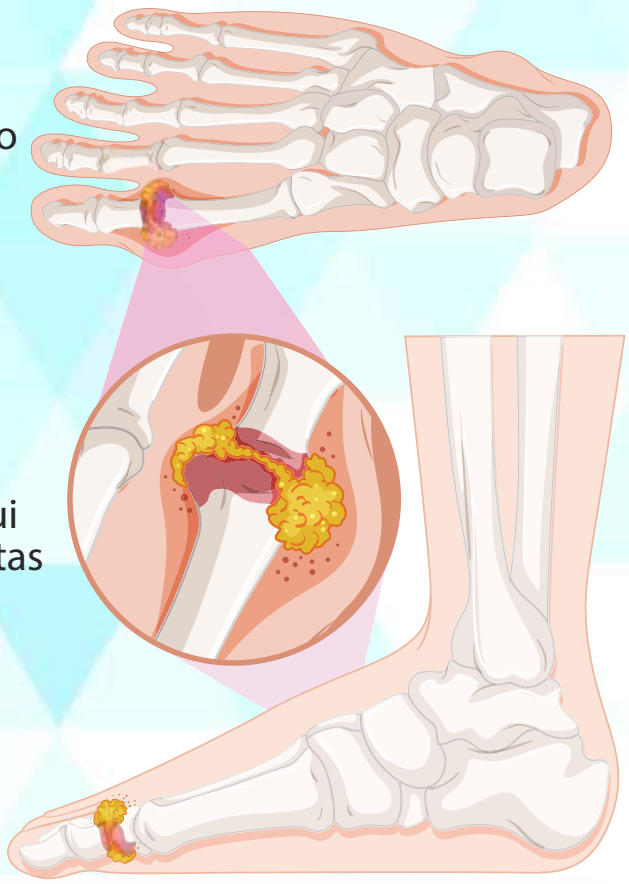
Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

SĄNARIŲ PAŽEIDIMAI

Kokią pirmąją pagalbą suteikti?

PRICE – vienas paprasčiausių ir seniausių minkštųjų audinių traumų gydymo metodų



P (*angl. protection*), **apsauga** – apsaugokite pažeistą vietą nuo pakartotinio traumavimo

R (*angl. rest*), **ramybė** – nutraukite bet kokią veiklą, keliančią skausmą

I (*angl. ice*), **šaldymas** – pažeistą vietą reikia šaldyti po 15–20 min. 4–8 k./d.

C (*angl. compression*), **kompresija** – patinimui sumažinti padeda kompresija, elastinis bintas

E (*angl. elevation*), **pakėlimas** – pažeistą galūnę kiek įmanoma laikykite pakeltą

KAIP ELGTIS, ESANT SĄNARIO RAIŠČIŲ AR RAUMENŲ PATEMPIMUI, SĄNARIO IŠNIRIMUI:

1. Patikrinkite nukentėjusiojo galūnės kraujotaką, jutimus, judesius, pulsą.

2. Jeigu pulso nėra, kuo greičiau gabenkite nukentėjusį žmogų į gydymo įstaigą.

3. Nejudinti galūnės.

4. Uždėti šaldomąjį kompresą.

5. Imobilizuokite sąnarį kokiu nors audiniu ar tvarsčiu.

6. Nebandykite savarankiškai atstatyti išnirimo, kreipkitės į gydymo įstaigą.

SVARBU!

- **Ramybė.** Jeigu judant traumuotą galūnę skauda, būtina ramybė.
- **Šaltis.** Sumuštą vietą pirmąsias 24 valandas šaldyti, ant traumuotos vietos uždedant ir prispaudžiant šaldomąją pagalvėlę. Šaltį dėti po 20 minučių kas 3-4 valandas. Nuėmus ledą, galūnė lengvai mankštinama – tai apsaugo nuo raumenų spazmų.
- **Suspaudimas.** Patinimui mažinti galūnė suspaudžiama elastiniu tvarsčiu. Tvarstyti reikia ne per daug tampriai, kad nesutrikdyti galūnės kraujotakos.
- **Pakėlimas.** Pakeliant sužalotą kūno dalį iki širdies lygmens, mažinamas pažeistos vietos patinimas ir skausmas. Kelti galūnės negalima, jei įtariamas lūžis.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

DEFIBRILIATORIUS
Naudojimo principai

1 Susirasti šalia esantį automatinį išorinį defibriliatorių (AID).

Įsijunkite ir paruoškite AID. Sekite jums pateikiamus nurodymas ir vykdykite instrukcijas.

2 Paruoškite pacientą

A. Padėkite AID šalia paciento.
Pastaba: paprastai, AID yra naudojamas pastatytas horizontalioje padėtyje.

B. Atidarykite AID dangtelį.

C. Nuo paciento viršutinės kūno dalies nuvilkite drabužius.

D. Nusausinkite paciento krūtinės ląstą ir pašalinkite tankesnius plaukus, jei reikia.

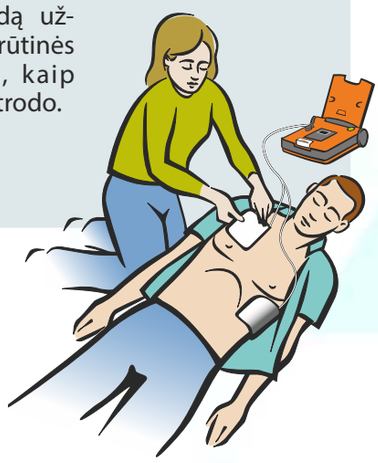
3 Uždėkite elektrodus

A. Laikydami elektrodus prijungtus prie AID, atplėškite pakuotę.

B. Išimkite elektrodus iš pakuotės.

C. Vieną elektrodą uždėti ant nuogos krūtinės viršutinės dalies, kaip parodyta ant elektrodo.

D. Antrąjį elektrodą uždėti ant nuogos krūtinės apatinės dalies, kaip parodyta ant elektrodo.



Pastaba: Cardiac Science standartiniai defibriliacijos elektrodai yra nepoliarizuoti ir gali būti klijuojami bet kurioje padėtyje, kaip parodyta ant elektrodo pakuotės. Pati pakuotė gali būti palikta pritvirtinta prie defibriliacijos elektrodų laidų.

4 Analizuokite EKG

A. Nelieskite paciento.
B. Laukite kito pranešimo

5 Atlikite elektros šoką

A. Užtikrinkite, kad niekas neliestų paciento.
B. Laukite kito AID pranešimo, vykdyti tolimesnes instrukcijas.

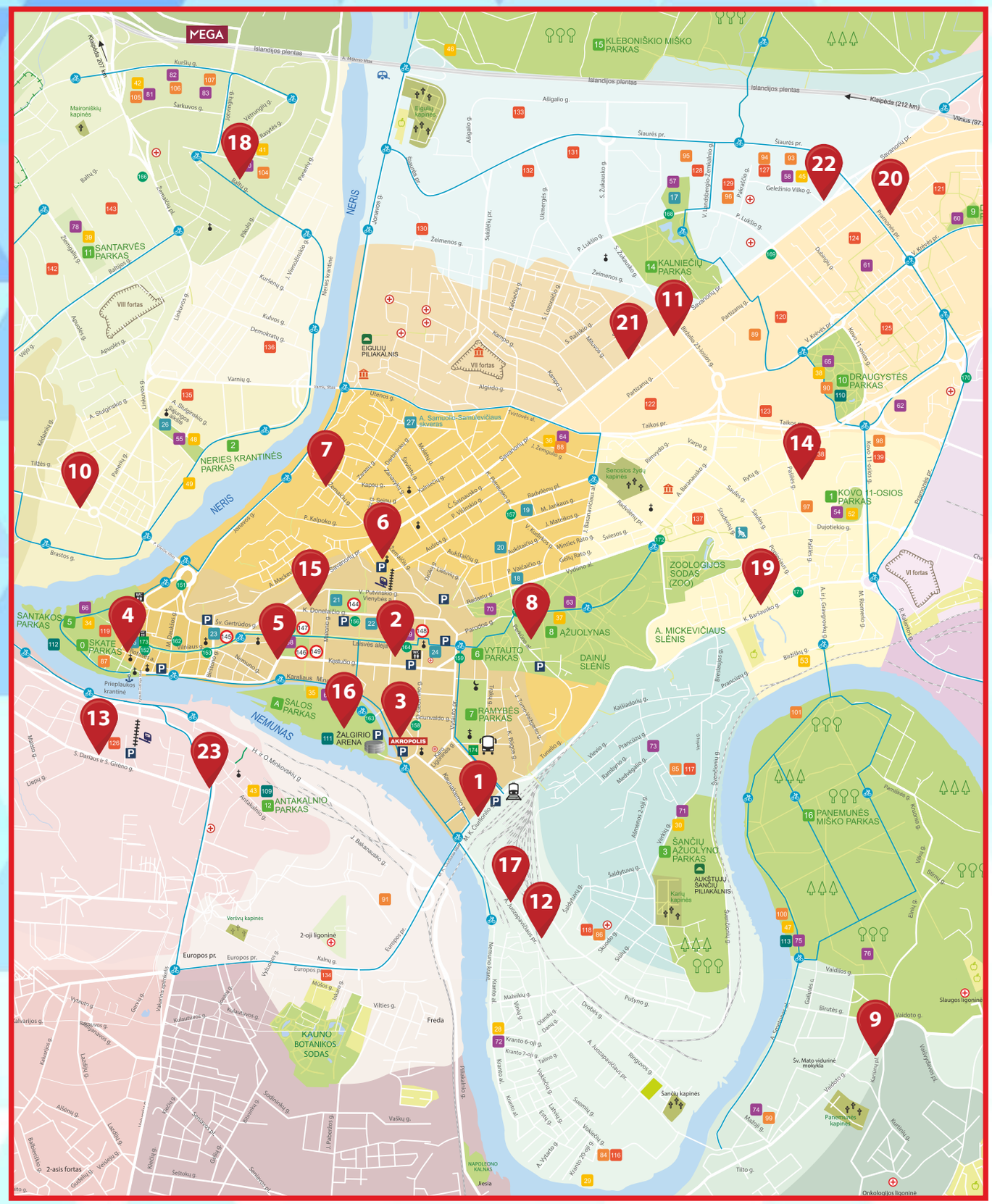
KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

veiksmų programa

DEFIBRILIATORIUS

Kur rasti Kauno mieste?



1. Geležinkelio stotis (M. K. Čiurlionio g. 16)

2. Maxima (A. Mickevičiaus g. 2)

3. Akropolis (Griunvaldo g. 24)

4. Forto dvaras (Rotušės a. 4)

5. Miesto sodas (I. Kanto g. 26)

6. Prisikėlimo bažnyčia (Žemaičių g. 31B)

7. Kauno apskrities futbolo federacija (Aukštaičių g. 51)

8. S. Dariaus ir S. Girėno sporto centras (Sporto halė) (Perkūno al. 5)

9. Panemunės pradinė mokykla (Kariūnų pl. 5)

10. LSMU gimnazija (Seredžiaus g. 4)

11. Ortopedijos technika, AB poliklinika (Savanorių pr. 284)

12. VšĮ Kauno Šančių poliklinika (A. Juozapavičiaus pr. 72)

13. VšĮ Respublikinė Kauno ligoninė, psichiatrijos klinika Aleksoto skyrius (S. Dariaus ir S. Girėno g. 48)

14. Sabonio krepšinio centras (Pašilės g. 41)

15. Park Inn by Radisson Kaunas (K. Donelaičio g. 27)

16. Žalgirio arena (Karaliaus Mindaugo pr. 50)

17. Lidl (A. Juozapavičiaus pr. 127)

18. Lidl (Baltų pr. 10)

19. Lidl (Baršausko g. 66)

20. Lidl (Pramonės pr. 6b)

21. Lidl (Savanorių pr. 315)

22. Lidl (Šiaurės pr. 1A)

23. Lidl (Veiverių g. 146)

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

KAUNAS

PIRMOJI PAGALBA SKĘSTANČIAJAM

PASTEBĖJĘ SKĘSTANTĮ ŽMOGŲ, KVIESKITE PAGALBĄ

1. Skęstantieji rodo atpažįstamus ženklus: dažniausiai kovoja vandens paviršiuje, šaukia, mojuoja rankomis, jų kūnas yra vertikalioje padėtyje, kai pavargsta – rankos neiškyla virš vandens paviršiaus, galūnių judesiai yra neefektyvūs, todėl auka nejuda iš vietos.
2. Skęstantysis gali nemojuoti ir nesišaukti pagalbos.
3. Liepkite konkrečiam žmogui iškvieti pagalbą, jei pats liekate su auka.
4. Paprašykite praeivių, kad padėtų Jums nepamesti skęstančiojo iš akiračio.

PADĖKITE SKĘSTANČIAJAM PLŪDURIUOTI, KAD BŪTŲ IŠVENGTA PANIRIMO Į VANDENĮ

Kai padedate kitam:
1. Sustabdykite skendimą, skatinkite plūduriavimą.
2. Stenkitės skęstančiajam padėti būdami krante, kad auka Jūsų nenuskandintų.
3. Paduokite aukai ilgą šaką ar lazdą, kurių pagalba galėtumėte partempti skęstantįjį į krantą.
Kai padedate sau:
1. Jei skęstate Jūs – nepanikuokite.
2. Mojuokite, šaukitės pagalbos ir kuo skubiau pradėkite plūduriuoti, kad išsaugotumėte jėgas.

JEI SAUGU – IŠTRAUKITE SKĘSTANTĮJĮ IŠ VANDENS

1. Pasistenkite ištraukti auką iš vandens nelipant į vandenį.
2. Padėkite aukai ištrūkti, duodami patarimus, kaip išsikapstyti iš vandens.
3. Skęstantįjį iš vandens traukite, jei esate įsitikinęs, kad tai yra saugu Jums.
4. Traukdami auką iš vandens naudokite plūduriuojančią priemonę.

SUTEIKITE PIRMĄJĄ PAGALBĄ IR KREIPKITES Į MEDIKUS

1. Jei auka nekvėpuoja, pradėkite pradinį gaivinimą, būtinai su oro įpūtimais į burną (pirma 5 įpūtimai).
2. Jei auka kvėpuoja, likite su ja, kol atvyks medikai.
3. Kreipkitės į medikus, vykite į ligoninę, jei yra net ir nereikšmingų simptomų.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

SAUGAUS ELGESIO PRINCIPAI PRIE VANDENS IR VANDENYJE

ELGESIO PRINCIPAI

Neikite į vandenį apsvaigę nuo alkoholio ar kitų psichoaktyviųjų medžiagų.
Neplaukiokite vieni. Jei pradėtumėte skęsti, kartu plaukiantis žmogus galėtų Jums padėti.
Nesimaudykite už gylį ribojančių plūdurų. Būtina paisyti paplūdimyje esančių ženklų ir vėliavos įspėjimų.
Plaukiokite tik gelbėtojų prižiūrimose vietose.
Į seklų ar nepažįstamą vandens telkinį iš pradžių visada reikia bristi, o ne nerti galva į priekį ar šokti.
Nesimaudykite lyjant lietui ar žaibuojant.
Jei kaitinotės saulėje, niekuomet staiga nešokite į vandenį, pirmiausia apsišlakstykite juo.
Jei vandenyje raumenis sutraukė mėšlungis, stenkitės nepanikuoti, įtempkite raumenį ir plaukite į krantą.

Leiskite vaikams maudytis tik su gelbėjimosi liemenėmis, o vaikams iki 5 metų amžiaus rekomenduojama dėvėti specialias liemenes, turinčias galvos atramas.

Nepalikite vaikų saugoti vyresniems vaikams, nes jie nėra tokie atidūs ir atsakingi kaip suaugusieji.
Negalima leisti vaikams maudytis praėjus mažiau nei 60 min. po valgio ar maudytis kramtant.

Kuo anksčiau išmokykite vaikus plaukti. Mažamečius vaikus būtina prižiūrėti prie vandens nepriklausomai nuo jų plaukimo įgūdžių.

Aptverkite prie namų esančius atvirus vandens telkinius ir baseinus iš visų pusių ne mažesne nei 120 cm tvora su rakinamais ar kitaip tvirtai uždaromais ir vaikams neatidaromais varteliais.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

PIRMOS PAGALBOS PRINCIPAI PERDOZAVUS PSICHOAKTYVIŲ MEDŽIAGŲ

Psichoaktyviosios medžiagos gali sukelti apsinuodijimą, panikos priepuolius, sąmonės netekimą ar kitus gyvybei pavojingus simptomus.

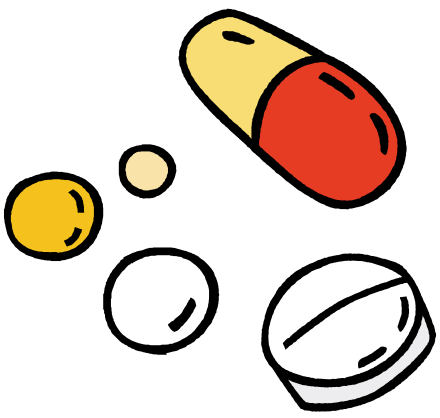
Jei žmogus sąmoningas, pirmiausiai išsiaiškinkite, kokias psichoaktyviąsias medžiagas jis vartojo. Surinkite aptiktus miltelius, tabletes ir kita, kad gydytojai galėtų nustatyti, kas vartota. Teikdami pirmąja pagalbą psichoaktyviosiomis medžiagomis apsinuodijusiam asmeniui, jo nekaltinkite. Nesitikėkite, kad nuo psichoaktyviųjų medžiagų apsvaigęs žmogus elgsis protingai ir nuosekliai.

Būtina iš karto kviesti greitąją medicinos pagalbą: būtina, kad bent vienas žmogus visada liktų prie asmens, kuriam reikia pagalbos iki tol, kol atvyks greitoji medicinos pagalba.

ŽMOGUI, APSINUODIJUSIAM PSICHOAKTYVIOSIOMIS MEDŽIAGOMIS, PIRMĄJĄ PAGALBĄ REIKIA TEIKTI, ATSIŽVELGIANT Į ESAMUS SIMPTOMUS:

1. Jei žmogus mieguistas arba ne visai sąmoningas:

- nepalikite žmogaus vieno: paguldykite, nuraminkite ir paverskite ant šono, kad užspringęs neuždustų, budėkite šalia
- stebėkite, kaip kvėpuoja, prireikus darykite dirbtinį kvėpavimą
- laikykite šiltai, bet ne karštai
- neduokite gerti kavos
- neleiskite užmigti, tačiau nepurtykite
- mėginkite kalbėtis



2. Jei žmogus panikuoja:

- nuraminkite jį ir patys stenkitės išlikti ramūs
- nuveskite jį į užtemdytą patalpą, tačiau neguldykite į lovą, geriau ramiai kartu pavaikščiokite
- jei kvėpavimas labai nelygus ir neramus, kvėpuokite kartu su žmogumi giliai ir lėtai
- neduokite gerti kavos

3. Jei įvyko perkaitimas ir dehidratacija:

- nuveskite žmogų į kuo vėsesnę patalpą, geriausiai į gryną orą
- nurenkite nereikalingus viršutinius drabužius
- duokite gerti vandens
- jei simptomai nepraeina, nepalikdami žmogaus vieno, paprašykite iškviesti greitąją pagalbą

4. Jei žmogus nualpo:

- paguldykite žmogų į gaivinimo poziciją (jeigu nėra ištikusi galvos arba kaklo trauma)
- patikrinkite kvėpavimą, jei nekvėpuoja, atlikite gaivinimą
- kuo greičiau iškvieskite greitąją pagalbą
- jei kartais žmogus atgauna sąmonę, nemėginkite duoti skysčių, nes gali užspringti

5. Jei sustojo kvėpavimas:

- kvieskite greitąja medicinos pagalbą
- atlikite gaivinimą, kol atvyks greitoji medicinos pagalba

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

KODĖL SVARBU MOKĖTI PIRMOS PAGALBOS PRINCIPUS?

Žinojimas, kaip suteikti pirmąją medicinos pagalbą, ir įgūdžių lavinimas padės sumažinti stresą bei valdyti situaciją.

Sugaištas laikas gali būti lemiamas nukentėjusiojo gyvybei.

Įvykus nelaimei, Jūs galite būti pirmasis arba vienintelis, galintis suteikti pagalbą.

Moralinės nuostatos ir Lietuvos Respublikos įstatymai įpareigoja Jus teikti pirmąją medicinos pagalbą*

*žr. „Žmogaus mirties registravimo ir kritinių būklių įstatymo pakeitimo įstatymas“ Nr. IX-836 2002 m. balandžio 4 d.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

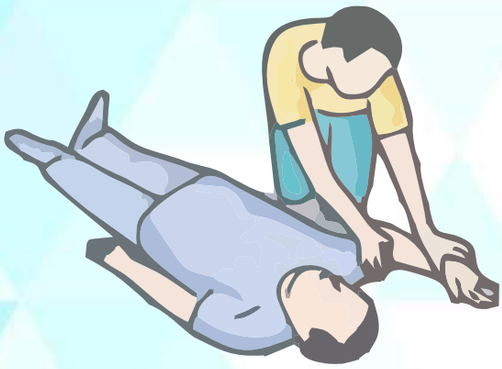
Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų Europos Sąjungos fondų investicijų veiksmų programa

STABILI ŠONINĖ PADĖTIS

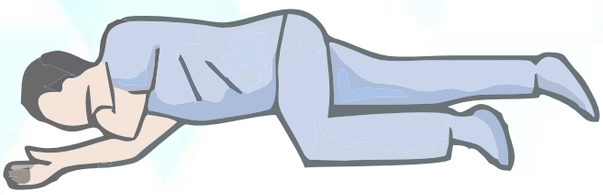
Jei nėra galvos ar nugaros traumos požymių, kvėpuojantį, bet nesąmoningą ligonį reikia paguldyti į stabilią šoninę padėtį. Ši padėtis stabilizuoja ligonį, jis nevirsta ant nugaros ar pilvo. Tokioje padėtyje kvėpavimo takai išlieka atviri, liežuvis pasislenka į priekį ir jų neužblokuoja, o bet kokie skysčiai, kuriais galima užspringti, laisvai išteka iš burnos. Kadangi galva būna žiemiau negu liemuo, į smegenis priteka daugiau kraujo.

1 Paguldykite ligonį ar nukentėjusįjį ant nugaros, ištieskite kojas. Arčiau esančią ranką sulenkite per peties ir alkūnės sąnarius stačiais kampais. Delną atverskite aukštyn.



2 Kitą ranką permeskite per krūtinės ląstą už galvos, prie skruostų.

3 Sulenkite toliau nuo Jūsų esančią koją stačiu kampu per klubo ir kelio sąnarius.



4 Uždėkite rankas ant tolesnių peties bei klubo arba kelio sąnarių ir vienodai paverskite ant šono. Jei reikia pataisykite po skruostu esančios rankos padėtį.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

MITAI IR TIKROVĖ

Mokslu grysti patarimai apie pagrindinius pirmos pagalbos teikimo principus

MITAS#1

Žmonės vengia suteikti pirmąją pagalbą kitam, nes bijo pakenkti.

FAKTAS

Net ir ne visai teisingai atliktas širdies masažas, dirbtinis kvėpavimas ar sustabdytas kraujavimas gali padėti išsaugoti žmogaus gyvybę.

MITAS#2

Žmonės nesiryžta naudoti defibriliatoriaus, nes bijo pakenkti sau ir nukentėjusiajam.

FAKTAS

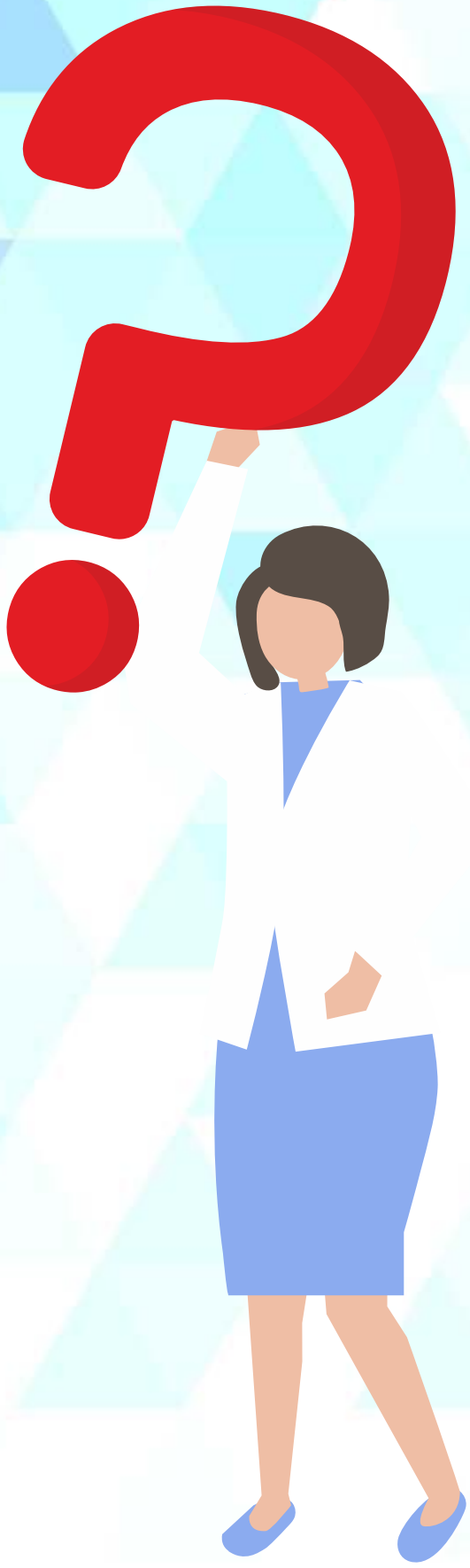
Šis prietaisas saugus. Naudoti aparatą labai paprasta, nes garso įrašas gelbėtojui aiškiai pasako, ką daryti.

MITAS#3

Išsigandę tėvai užspringusį vaiką ima kratyti už kojų galva žemyn.

FAKTAS

Užspringusį kūdikį reikia apversti ant pilvo ir paguldyti ant savo šlaunies išilgai galva žemyn, 5 kartus stuktelėti kauline delno dalimi tarp menčių, tada apversti ant nugaros galva žemyn ir 5 kartus spustelėti pirštais krūtinkaulį.



MITAS#4

Patyrus lūžio traumą kaulą reikia atstatyti į įprastą poziciją.

FAKTAS

Nukentėjusiojo negalima judinti, reikia palikti jį tokioje padėtyje, kokioje jį radote. Imobilizuoti lūžusį kaulą reikia tik tada, kai nukentėjusįjį būtina transportuoti, t. y. vežti į gydymo įstaigą.

MITAS#5

Nudegimo pažeistą vietą galima tepti aliejumi.

FAKTAS

Nudegintą vietą reikia pakišti po šaltu tekančiu vandeniu, riebalais tepti draudžiama.

MITAS#6

Traukulių ištiktam žmogui reikia į burną įdėti kokį nors daiktą, kad nesusikramtytų liežuvio.

FAKTAS

Priepuolio metu jokiu būdu nieko nekiškite į burną. Kišdami kažką į burną, kai įsitempę visi raumenys, galima sulaužyti žmogui žandikaulį, išlaužti dantis.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

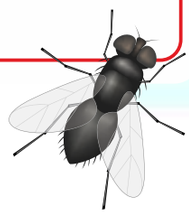
Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

VABZDŽIŲ ĮGĖLIMAS

anafilaktinis šokas, erkės traukimo principai

- Bitės įkandimo vietoje lieka geluonis, kurį reikia pašalinti palei odą nubraukiant nagu ar buku daiktu.
- Įkandimo vietą nuplaukite tekančio vandens srove, ją dezinfekuokite.
- Ant įkastos vietos galima dėti ledo, įvyniotą į audinį ar šaltą kompresą. Šaltis mažina tinimą, skausmą, nuodų sklidimą.
- Jei bitė įgėlė į pirštą, plaštaką, būtina nuimti žiedus, apyrankes, laikrodžius.
- Padėkite sugeltam žmogui patogiai atsigulti ar atsisėsti. Jeigu žmogus ima dusti, pasodinkite jį taip, kad būtų lengviau kvėpuoti. Jeigu jaučia silpnumą, svaigsta galva, paguldykite ir kojas pakelkite aukščiau už galvą.
- Stebėkite savijautą. Pajutus silpnumą, pasunkėjus kvėpavimui, dūstant ar įgėlus burnos srityje, į liežuvį – reikia **SKUBIAI** kreiptis į medikus.



SVARBU!

- Geluonies negalima spaudyti, traukti pincetu, nes tokiu būdu gali patekti didesnė nuodų dozė, kuri būna nuodų maišelyje.
- Alergiškiems žmonėms ir vienos bitės įgėlimas, gali sukelti gyvybei grėsmingą išplitusią viso organizmo alerginę (anafilaksinę) reakciją. Bičių ar vapsvų nuodams jautrus žmogus visada su savimi turi nešiotis gydytojo paskirtus vaistus.

SVARBU!

- Nuolat stebėkite ir įvertinkite gyvybinius sugelto žmogaus požymius: sąmonę, kvėpavimą, pulsą, odos pokyčius. Jei nukentėjusysis netenka sąmonės ir nustoja kvėpuoti, atlikite gaivinimą (kas 30 krūtinės ląstos paspaudimų 2 įpūtimai).
- Žmonės alergiški įkandimams, turėtų nešiotis vienkartinį švirkštą su adrenalinu. Įgėlus bitei jie patys galėtų susileisti vaistus, kol atvyks į gydymo įstaigą.

RADUS ĮSIURBUSIĄ ERKĘ BŪTINA JĄ KUO SKUBIAU PAŠALINTI:

1. Erkę pincetu reikia suimti kuo arčiau jūsų odos ir ištraukite staigiu judesiu.
2. Apiplaukite žaizdelę vandeniu su muilu ar dezinfekuokite.
3. Jeigu šalinant erkę liko galvutė, nedraskyti. Galvutę organizmas pašalins pats.
4. Jeigu erkės įkandimo vietoje atsiranda paraudimas, blogai jaučiatės, nedelsdami kreipkitės į gydytoją.
5. Stebėkite erkės įkandimo vietą ir savo savijautą nuo 2 iki 4 savaičių.

DĖMESIO!
Traukiant erkę nesukiokite jos į kairę ar dešinę, pasistenkite nespausti erkės kūnelio ir jokiu būdu netepkite erkės ar įgėlimo vietos vazelinu, sviestu, aliejumi, žibalu.

KAUNO MIESTO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

Aušros g. 42A Kaunas
Tel. (8 37) 45 47 17
El. paštas: administracija@kaunovsb.lt; www.kaunovsb.lt

2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa