



OŽIVLJAVANJEM MOŽETE SPASITI ŽIVOT!



HRVATSKI CRVENI KRIŽ

NACIONALNO DRUŠTVO
Crvenog križa 14, Zagreb
Zagreb, rujan 2000.



Kako pružiti



prvu



pomoć?



Unesrećeni u besvjesnom stanju

.....

Prestanak rada srca može nastati zbog srčanog udara, aritmije, utapanja, strujnog udara ili pomanjkanja kisika zbog nedisanja i dr.

Umjetno disanje i masaža srca može umjetno održavati cirkulaciju krvi u mozgu i srcu. Rad srca se najčešće može uspostaviti davanjem elektrošokova defibrilatorom. No, oživljavanjem se dobiva na vremenu i odgađa opasnost oštećenja mozga.

Temeljno oživljavanje sastoji se od otvaranja dišnih putova, davanja umjetnog disanja i masaže srca. Pomoć se mora zatražiti čim se unesrećeni zatekne u besvjesnom stanju. Dežurnu osobu prvo se mora izvijestiti o potrebi za oživljavanjem i o točnoj adresi.

Oživljavanje mora započeti bez odgode.

Prestanak rada srca kod djece uzrokuje uglavnom privremeni nedostatak kisika u zdravom srcu. To je uglavnom posljedica poremećaja u disanju uzrokovano, primjerice stranim tijelom ili upalom grla, utapanjem, strujnim udarom i trovanjem.

Prvo treba provjeriti reakcije djeteta. Je li dijete omamljeno ili smeteno? Otvara li dijete oči? Provjerite disanje i rad srca. Pomicanje prsa i cirkulacija zraka ukazuju na disanje. Otkucaji se kod djeteta najbolje mogu napipati u preponama (femoralni puls) ili u gornjem unutarnjem dijelu ruke (brahijalni puls) ili se može čuti na prsima.

Načela oživljavanja djece ista su kao i kod oživljavanja odraslih osoba, ali su dječji organi i fiziologija djelomice drukčiji nego kod odraslih. Djeca dišu brže, a srčani su otkucaji srca znatno brži.

Umjetno disanje i masaža srca



1. Provjerite možete li probuditi onesviještenu osobu. Ako se unesrećena osoba ne probudi...



2. zabacite glavu unatrag i istodobno provjerite disanje. Ako unesrećena osoba ne diše...



3. provjerite otkucaj vratne arterije. Ako nema otkucaja, nazovite Hitnu službu na 94. Recite im da se radi o oživljavanju.



4. Započnite oživljavanje dvama upuhivanjima.

U slučaju da netko iznenada izgubi svijest i ne daje znakove života

Provjerite svijest:

- provjerite možete li prodrmanjem i govorenjem osvijestiti osobu
- ako se ne osvijesti, zovite pomoć
- promatrajte, oslušajte i opipavanjem pokušajte provjeriti diše li
- opipajte otkucaj vratne arterije.

Ako unesrećena osoba ne diše, nema otkucaja, a Vi ste sami:

- pozovite pomoć, nazovite 94
- prvo recite da se radi o oživljavanju
- započnite umjetno disanje i masažu srca.

Ako je prisutno više osoba:

- jedna započinje oživljavanje
- druga zove pomoć na 94.

Ako se otkucaj može osjetiti, a osoba ipak ne diše:

- započnite umjetnim disanjem metodom "usta na usta" u prirodnome ritmu svoga disanja.

Umjetno disanje:

- otvorite dišni put zabacivanjem glave
- palcem i kažiprstom stisnite obje nosnice
- svojim ustima obuhvatite i čvrsto priljubite usta unesrećenog i dva puta upuhnite zrak u njegova pluća
- provjerite podiže li Vaše upuhivanje prsni koš.

Dva puta upuhnite, petnaest puta pritisnite



5. Još jedanput provjerite otkucaj. Ako ga ne možete ustanoviti, počnite masažu srca pritiskivanjem prsne kosti.

6. Pritisak se izvodi na donjem dijelu prsne kosti. Pritisnite dlanom ruke tako da prsti ne dodiruju prsni koš.

7. Prsnu kost pritisnite 15 puta okomito prema dolje 4-5 cm s ispruženim rukama.

8. Nastavite s ciklusom od naizmjenična dva udisaja i 15 pritisaka na prsnu kost.

Oživljavanjem možete spasiti život

Pritiskivanje prsne kosti

Ako se ne može ustanoviti otkucaj, započnite pritiskivati prsnu kost:

- pronađite pravo mjesto: izmjerite dva prsta iznad vrha prsne kosti
- položite dlan jedne ruke na prsnu kost, a dlan druge ruke stavite na dlan prve
- pritisnite 15 puta s ispruženim rukama.

Utisnite prsnu kost 4-5 cm brzinom 80 do 100 pritisaka u minuti. Podloga ne smije biti

mekana. Nastavite s oživljavanjem do uspostave vitalnih funkcija, dok ne stigne pomoć ili dok se ne iscrpите.

Oživljavanje djeteta

Oživljavanje započnite s dva upuhivanja umjetnog disanja. Ritam je - jedno upuhivanje / pet pritisaka. Dovoljna je snaga upuhivanja kojom se dižu prsa. Nemojte previše zabaciti djetetovu glavu jer to može zatvoriti dišne putove. Za pritiskivanje bebe dovoljno je

koristiti dva prsta, a za dijete dlan jedne ruke. Prsa bebe treba utisnuti 1 - 2 cm, a djeteta 2 - 3 cm. Nemojte tiskati rebra. Oživljavajte neprekidno nekoliko minuta prije poziva za pomoć. Ako imate pomoćnika, jedan neka odmah zove pomoć, a drugi neka započne oživljavanje.

Utapanje

Dok spašavate osobu koja se utapa, mislite i na osobnu sigurnost. Ako unesrećeni ne

diše, čim prije započnite s davanjem umjetnog disanja. Ako nema otkucaja, započnite pritiskivanjem prsne kosti. Oživljavajte neprekidno do dolaska pomoći. Obvezatno odvedite na pregled osobu koja se utapala makar se brzo oporavi. Voda u plućima može izazvati naknadne za život opasne posljedice.