



**KAPITAŁ LUDZKI**  
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA  
EUROPEJSKI  
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

---

# Zasady udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej



---

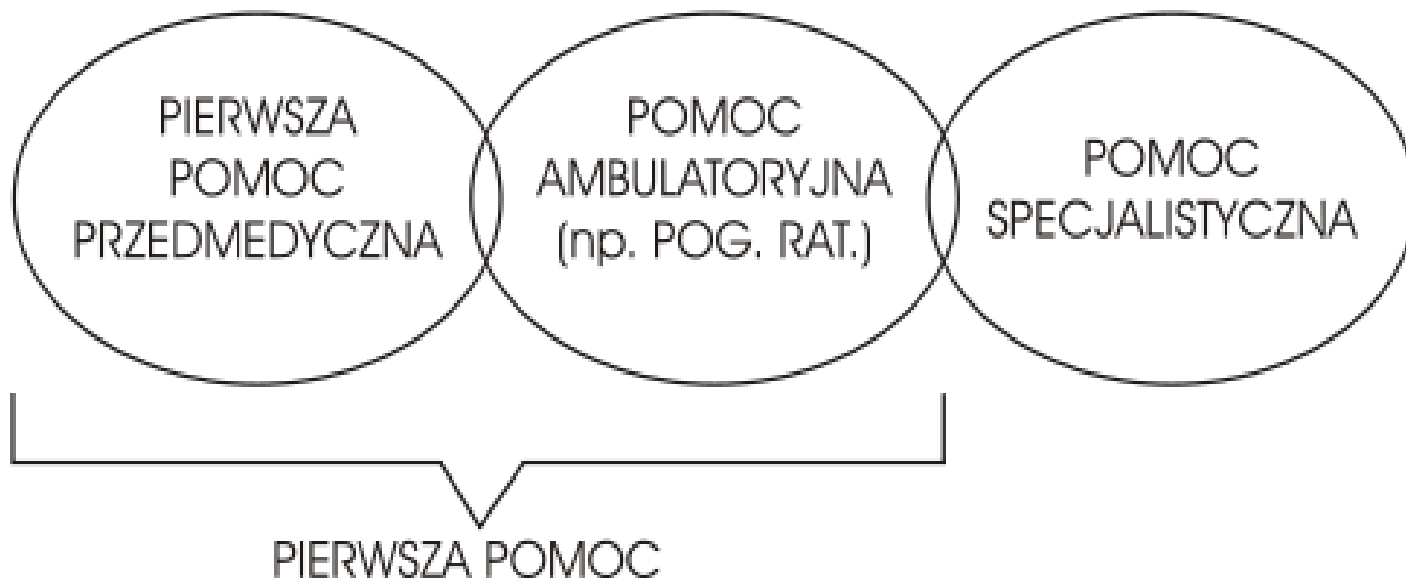


## Prawne podstawy udzielania pierwszej pomocy

- ▶ Obowiązek udzielania pomocy reguluje prawo. W Polsce, konsekwencje prawne za zaniechanie takiej pomocy przewiduje art. 162 **KK**:
- ▶ *§ 1. Kto człowiekowi znajdującemu się w położeniu grożącym bezpośrednim niebezpieczeństwem utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu nie udziela pomocy, mogąc jej udzielić bez narażenia siebie lub innej osoby na niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.*
- ▶ *§ 2. Nie popełnia przestępstwa, kto nie udziela pomocy, do której jest konieczne poddanie się zabiegowi lekarskiemu albo w warunkach, w których możliwa jest niezwłoczna pomoc ze strony instytucji lub osoby do tego powołanej.*



## Łańcuch ratunkowy





## Łańcuch ratunkowy

Łańcuch ratunkowy jest zespołem czynności ratowniczych zgrupowanych w trzy ogniwa:

- ▶ **pierwszą pomoc medyczną** udzielaną przez świadków zdarzenia polegającą na udzieleniu podstawowej pomocy na miejscu wypadku lub zasłabnięcia, omdlenia
- ▶ **pierwszą pomoc medyczną (ambulatoryjną)** polegającą na dodatkowej, zaawansowanej pomocy medycznej oraz transporcie do placówki pomocy specjalistycznej (zwykle do szpitala); w ramach tej formy pomocy wymienia się także pomoc udzielaną na oddziałach ratunkowych,
- ▶ **pomoc specjalistyczną** prowadzoną zwykle na wyspecjalizowanych oddziałach szpitalnych.



## Pierwsza Pomoc Medyczna – obowiązujące zasady

---

- Pierwsza pomoc medyczna to czynności ratownika (osoby udzielającej pierwszej pomoc) prowadzące do zabezpieczenia i utrzymania przy życiu osoby poszkodowanej, do czasu przyjazdu wykwalifikowanych służb.



## Etapy pierwszej pomocy

- 1.** ocena sytuacji
- 2.** zabezpieczenie miejsca zdarzenia
- 3.** ocena stanu poszkodowanego
- 4.** wezwanie pomocy
  - 999 ? Pogotowie Ratunkowe
  - 112 ? Centrum Powiadamiania Ratunkowego
  - 998 ? Straż Pożarna
  - 997 ? Policja
- 5.** udzielenie pierwszej pomocy medycznej według potrzeby



## Zasady udzielania pierwszej pomocy

---

- wezwać fachową pomoc
- dbać o drożność dróg oddechowych
- dbać o komfort termiczny poszkodowanego
- dbać o komfort psychiczny poszkodowanego
- pozostać na miejscu zdarzenia
- kontrolować oddech co 1 minutę
- nie poruszać poszkodowanego bez potrzeby
- nie podawać leków
- nie podawać niczego do jedzenia, do picia



# Ważne

---

Zmiana pozycji poszkodowanego jest konieczna jedynie gdy:

- brak oddechu poszkodowanego
- istnieje bezpośrednie zagrożenie na miejscu wypadku i konieczna jest ewakuacja (zawsze na plecach!)





## Zasady obowiązujące przy udzielaniu pierwszej pomocy

- ▶ **Zasady zabezpieczenia Ratownika**
  - rękawiczki ochronne
  - maseczka do sztucznego oddychania
- ▶ **Zasady zastosowania pozycji bocznej ustalonej**

Pozycję boczną ustaloną (bezpieczną) stosujemy gdy:

  - odchodzimy od poszkodowanego (np.: wezwać pomoc)
  - poszkodowany ma niekontrolowane wydzieliny (treść żołądka, krew, ślinotok)



## Ocena stanu poszkodowanego

### 1. Ocena przytomności

- próba nawiązania kontaktu słownego (np.: halo, proszę otworzyć oczy, czy Pan/Pani mnie słyszy)
- próba nawiązania kontaktu dotykiem (np.: poklepanie po ramieniu)

### 2. Wezwanie pomocy z otoczenia, gdy poszkodowany jest nieprzytomny

### 3. Ocena oddechu

- udzielić drogi oddechowej przez odchylenie głowy do tyłu
- badanie oddechu trzema zmysłami (przez minimum 10 sekund lub do 2 wydechu)
  - a) widzę (obserwuję ruch klatki piersiowej)
  - b) słyszę (słuchać szmery z dróg oddechowych)
  - c) czuję (wyczuć ciepło wydychanego powietrza)

Jeżeli poszkodowany jest w innej pozycji niż leżenie na plecach należy zmodyfikować sposób badania oddechu (np. wierzchem dłoni).



## Zasady postępowania przy krwawieniu z nosa

**Przyczyny:** urazy mechaniczne (uderzenia), stany zapalne górnych dróg oddechowych (przewlekły katar), zmiany zapalne śluzówki nosa (zbyt częste używanie kropli do nosa).

### **Postępowanie:**

- ▶ Ocena stanu poszkodowanego
- ▶ Bezpieczeństwo własne (rękawiczki ochronne), bezpieczeństwo poszkodowanego (poszkodowany siedzi na krześle z oparciem).
- ▶ Pozycja poszkodowanego – pochylony do przodu (swobodny wyciek krwi z nosa co zapobiega przedostaniu się krwi do dróg oddechowych).
- ▶ Zimne okłady (worek z lodem, mrożonki z lodówki) na czoło i kark (zimno obkurcza naczynia doprowadzające i zmniejsza krwawienie).
- ▶ Krwawienie powinno ustąpić po kilku minutach (5-10min.) – polecić poszkodowanemu przez 1 godzinę po ustąpieniu krwawienia nie wydmuchiwać wydzieliny z nosa, gdyż może nastąpić ponowne krwawienie. Jeżeli krwawienie nie ustąpi wezwać pogotowie ratunkowe (uszkodzenie większych naczyń krwionośnych np.. z powodu silnego uderzenia, konieczna konsultacja laryngologiczna).



# Omdlenia

---

Omdlenie to krótkotrwała, przemijająca utrata przytomności spowodowana nagłym rozszerzeniem naczyń krwionośnych. W wyniku tego zmniejsza się napływ krwi do mózgu i dochodzi do jego niedokrwienia.



# Omdlenia

- ▶ **Przyczyny:** silne negatywne bodźce, np. widok krwi, niepomyślna wiadomość, silny lęk, nieprzyjemne zapachy (przebywanie w pomieszczeniach zatłoczonych o złej wentylacji), ból.
- ▶ **Objawy** poprzedzające omdlenie: osłabienie, mroczki przed oczami, szumy w uszach, blada, spocona skóra.
- ▶ Omdleniu najczęściej towarzyszy upadek poszkodowanego, który może być przyczyną urazów w przypadku uderzenia o przedmioty znajdujące się w otoczeniu.
- ▶ **Rozpoznanie:** sprawdzenie podstawowych funkcji życiowych, tj. przytomności, oddechu (w przypadku omdlenia obecny), zebranie wywiadu od świadków zdarzenia



# Omdlenia

## **Postępowanie:**

- ▶ Ułożyć poszkodowanego na plecach.
- ▶ Poluznić krawat, rozpiąć kołnierzyk.
- ▶ Zapewnić dostęp świeżego powietrza (otworzyć okno w pomieszczeniu lub wynieść na świeże powietrze).
- ▶ Zastosować pozycję cztero-kończynową – tzn. unieść jednocześnie kończyny dolne i górne (centralizacja krążenia tj. zwiększenie przepływu krwi do mózgu).
- ▶ Kobiętę w zaawansowanej ciąży ułożyć na lewym boku, bądź podłożyć poduszkę lub zwiniętą odzież pod prawy bok.
- ▶ Kontrolować parametry życiowe (oddech) do momentu powrotu przytomności.
- ▶ Jeśli poszkodowany po kilku minutach nie odzyska przytomności, wezwać pogotowie ratunkowe, ułożyć w pozycji bocznej ustalonej i kontrolować oddech do momentu przyjazdu karetki pogotowia. W przypadku zatrzymania oddechu rozpocząć resuscytację krążeniowo-oddechową.



# Oparzenia

- Jest to uszkodzenie ciała osoby poszkodowanej przez działanie czynnika parzącego:
- wysokiej temperatury (oparzenia termiczne)
  - substancji chemicznych (oparzenia chemiczne)
  - promieniowania (oparzenia popromienne)
  - prądu



# Oparzenia

W zależności od stopnia oparzenia możemy mieć do czynienia z różnymi objawami:

**I stopień oparzenia** (uszkodzenie naskórka), powoduje ból i zaczerwienienie skóry.

**II stopień oparzenia** (uszkodzenie tkanek podskórnych), powoduje ból, zaczerwienienie oraz powstają pęcherze wypełnione płynem surowicznym.

**III stopień oparzenia** (uszkodzenie tkanek podskórnych, narządów), martwica tkanek - skóra koloru szaro-białego, zniesienie bólu z powodu uszkodzenia nerwów.





# Oparzenia

## **Postępowanie w przypadku oparzeń:**

1. Zabezpieczyć miejsce zdarzenia (może wystąpić pożar).
2. Zabezpieczenie się przez rękawiczki przed kontaktem z krwią poszkodowanego.
3. Jeżeli to możliwe zdjąć jak najszybciej biżuterię i ubranie ( jeżeli ubranie jest ze sztucznego tworzywa ulegnie wtopieniu w ciało, wtedy go nie zdejmujemy, bo zejdzie razem ze skórą).
4. Schłodzić oparzone miejsce przez ok. 30 minut, chłodną, czystą wodą (temperatura wody ok. 20 stopni) w celu oziębienia tkanek głębiej położonych.
5. Położyć na miejsce oparzenia suchy, jałowy opatrunek.



# Ważne

- nie zdejmuj ubrania, jeżeli przyległo do ciała
- zawsze sprawdź, czy woda jest chłodna a nie gorąca
- jeżeli opatrujemy poparzone palce należy włożyć pomiędzy nie gazę, aby się nie skleiły
- jeżeli ktoś spożył substancję chemiczną nie prowokujemy wymiotów, aby nie podrażniać przewodu pokarmowego



# Zadławienia

- Jest to stan, w którym ciało obce blokuje światło tchawicy uniemożliwiając oddychanie. Poszkodowany sinieje, ma uczucie duszenia się, pokrywa się potem i ma przyspieszoną akcję serca. Może dojść do bezdechu, zatrzymania akcji serca i śmierci.



# Zadławienia

## ■ Postępowanie ratownika

1. Jeżeli poszkodowany jest przytomny należy:

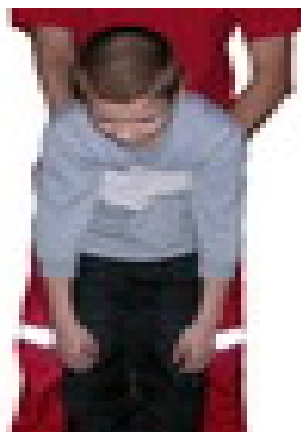
- 5 x uderzyć między łopatki (najlepiej gdy poszkodowany jest pochylony w przód) lub





# Zadławienie

zastosować manewr Heimlich tzn. obejmujemy poszkodowanego oburącz za brzuch i uciskamy okolicę „splotu słonecznego” ruchem haczykowatym pod wyrostkiem mieczykowatym mostka. Powoduje to gwałtowne uciśnięcie przepony a w efekcie kaszel





# Ważne

---

- przy uderzeniu między łopatkami osoba poszkodowana nie unosi rąk do góry, gdyż powoduje to możliwość przemieszczenia się ciała obcego głębiej