

Pierwsza pomoc

Triada życia

Tomasz A. Winiarczyk



Pierwsza pomoc. Triada życia

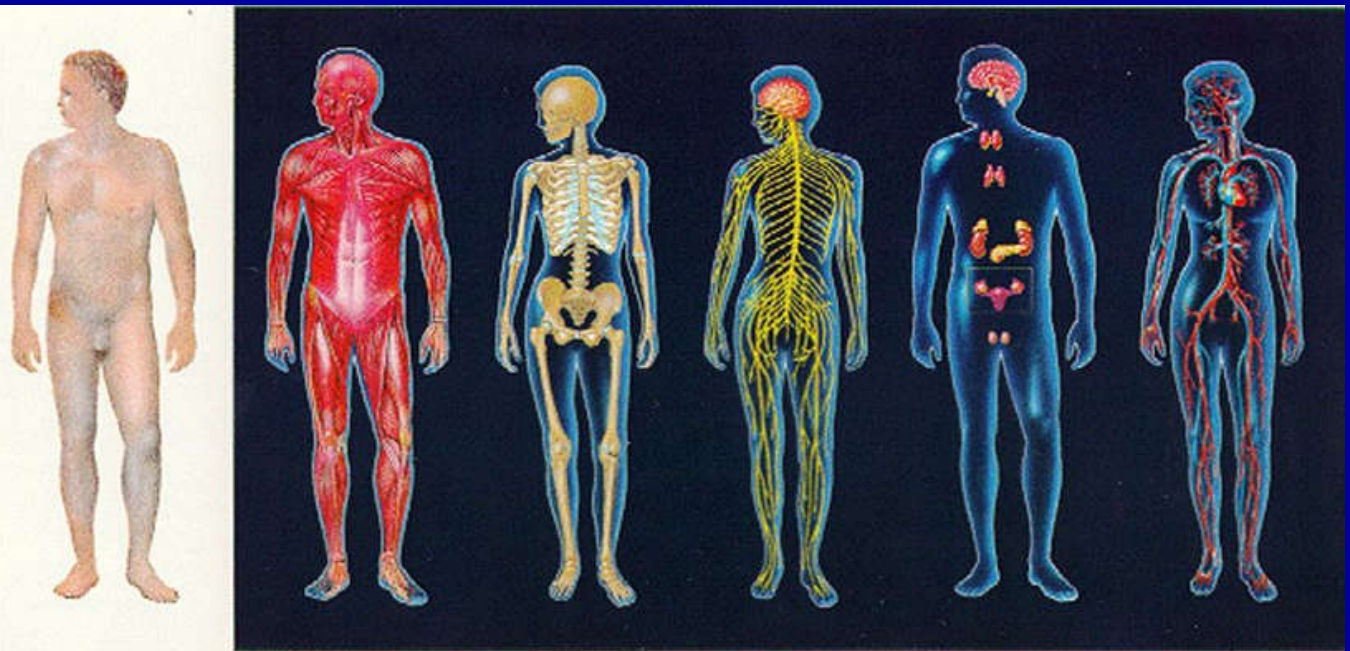
Uczeń:

- 1) opisuje rolę układu oddychania, krążenia i nerwowego dla prawidłowego funkcjonowania organizmu; rozumie, jakie są następstwa zaburzeń czynności tych układów;
- 2) podaje definicję, wymienia cele i zadania pierwszej pomocy; wymienia działania wchodzące w zakres pierwszej pomocy;
- 3) rozumie znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy przez świadka zdarzenia oraz przedstawia jego rolę;
- 4) zna zasady bezpiecznego postępowania w miejscu zdarzenia, w tym:
 - a) unikania narażania własnego zdrowia,
 - b) oceniania własnych możliwości,
 - c) rozpoznawania potencjalnych źródeł zagrożenia w kontakcie z poszkodowanym,
 - d) wskazywania sposobu zabezpieczenia się przed zakażeniem w kontakcie z krwią i płynami ustrojowymi, stosowania uniwersalnych środków ochrony osobistej;
- 5) podaje przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach;
- 8) wie, jak prawidłowo wezwać pomoc:
 - a) wymienia nazwy służb ratunkowych i podaje ich numery alarmowe,
 - b) wskazuje, kiedy wezwać pomoc i w jaki sposób przekazać informacje o zdarzeniu;
- 9) podaje przykład aplikacji na telefon komórkowy wspierającej udzielanie pierwszej pomocy;

Pierwsza pomoc. Triada życia

- 1) triada życia: rola układu oddychania, krążenia i nerwowego dla prawidłowego funkcjonowania organizmu
- 2) zagrożenia w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach
- 3) pierwsza pomoc – definicja, cele i zadania
- 4) działania wchodzące w zakres pierwszej pomocy
- 5) zasady bezpiecznego postępowania w miejscu zdarzenia
- 6) wzywanie pomocy
- 7) przykład aplikacji na telefon komórkowy z zakresu pierwszej pomocy
- 8) karta ICE
- 9) łańcuch przeżycia
- 10) regulacje prawne dot. pierwszej pomocy
- 11) znaki ratownicze

podstawowe układy



Integumentary System

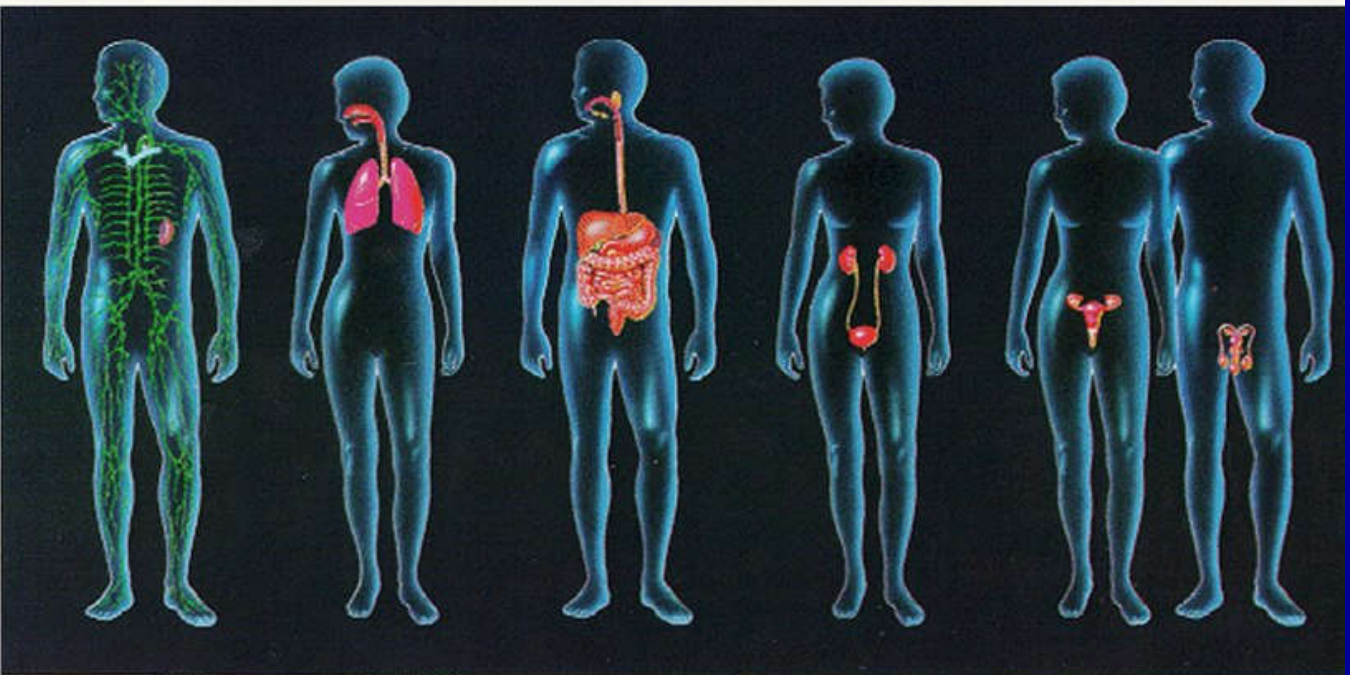
Muscular System

Skeletal System

Nervous System

Endocrine System

Circulatory System



Lymphatic System

Respiratory System

Digestive System

Urinary System

Reproductive System



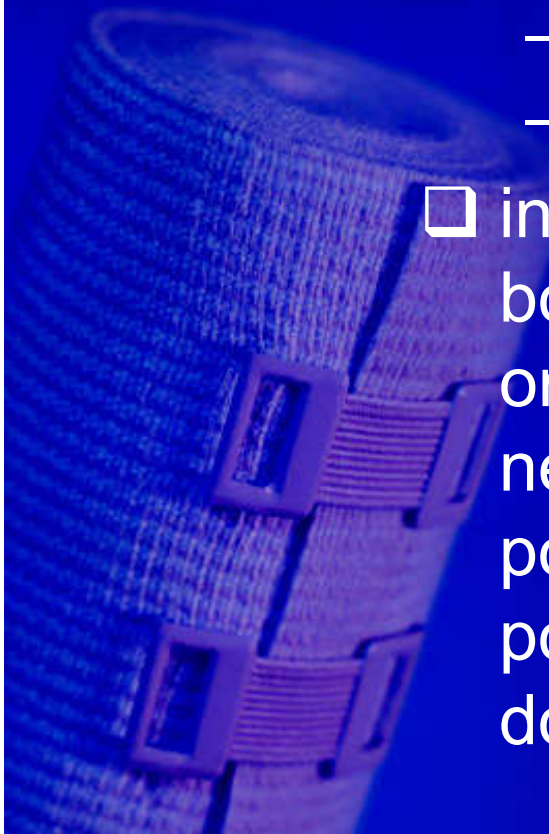
TRIADA ŻYCIA (PRZEŻYCIA)

- wspólna nazwa dla trzech, najważniejszych układów narządów w organizmie człowieka, niezbędnych do życia:
 - centralny/ośrodkowy układ nerwowy (CUN)
 - układ krążenia (krwionośny)
 - układ oddechowy



układ nerwowy

- ❑ składa się z mózgu, rdzenia kręgowego, organów czuciowych i wszystkich nerwów, które łączą te narządy z resztą organizmu
- ❑ dzieli się na:
 - ośrodkowy układ nerwowy (mózgowie, rdzeń kręgowy)
 - obwodowy układ nerwowy (nerwy)
- ❑ integruje działalność organizmu, rejestruje bodźce, przetwarza zawartą w nich informację oraz steruje czynnościami organizmu przez neuroprzekaźniki, które przenoszą sygnały pomiędzy neuronami (komórkami nerwowymi) poprzez synapsy, a także z komórek nerwowych do mięśniowych lub gruczołowych



zaburzenia układu nerwowego

- bóle głowy, migreny, bezsenność
- zaburzenia psychiczne i nastroju, nerwice
- zaburzenia widzenia, mowy, problemy z równowagą, koordynacją
- neuropatie obwodowe, cukrzycowa, polineuropatie (neuropatia – stan, w którym dochodzi do uszkodzenia jednego lub więcej nerwów, często prowadzący do utraty czucia, bólu, a nawet do dysfunkcji motorycznej)
- zwyrodnienia kręgosłupa z uciskiem na nerwy, rwa kulszowa
- padaczki (epilepsje)
- urazy czaszkowo-mózgowe (wstrząśnienie mózgu, złamanie podstawy czaszki, krwiak nadwardówkowy, krwiak podwardówkowy, uszkodzenie mózgu)
- choroby infekcyjne (zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych, zapalenie mózgu, grzybice OUN, ropniak podwardówkowy, ropień mózgu)
- choroby naczyń mózgowych (udary, tętniaki, guzy) oraz stany po udarze mózgu
- stany po zapaleniu mózgu, rdzenia lub opon mózgowo-rdzeniowych
- demencje (łagodne zaburzenia poznawcze, choroba Alzheimera, otępienie czołowo-skroniowe)
- choroby układu pozapiramidowego (choroba Parkinsona, drżenie samoistne, zespół niespokojnych nóg, choroba Tourette'a)
- stwardnienie rozsiane (SM)
- płasawica Huntingtona

objawy zaburzeń układu nerwowego

- ból
- parestezje (niewłaściwe odczuwanie bodźców w wyniku uszkodzenia nerwów obwodowych)
- zawroty głowy i zaburzenia równowagi
- zaburzenia czynności ruchowych
- zaburzenia widzenia
- zaburzenia snu
- zaburzenia pamięci
- zaburzenia czynności ruchowych
- zaburzenia świadomości
- zaburzenia zdolności językowych i mowy
- zaburzenia uwagi
- zaburzenia węchu i smaku
- zaburzenia widzenia

układ krążenia

- ❑ układ zamknięty, w którym krew krąży w systemie naczyń krwionośnych, a serce jest pompą wymuszającą nieustanny obieg krwi
- ❑ krew wypływa z serca tętnicami, a wraca żyłami; im dalej od serca tym ciśnienie krwi jest mniejsze, a w żyłach jest nawet bliskie zeru
- ❑ funkcje układu:
 - transportuje gazy oddechowe, substancje odżywcze, zbędne produkty przemiany materii, hormony
 - pełni rolę odpornościową
 - utrzymuje stałą temperaturę ciała
 - uczestniczy w utrzymaniu stałego pH = 7,35-7,45



niedokrwienie

- ❑ lokalne zaburzenie ukrwienia będące skutkiem ograniczenia lub całkowitego zatrzymania dopływu krwi do tkanki lub narządu
- ❑ najbardziej wrażliwe na niedokrwienie są: mózg, nerki, mięsień sercowy



właściwe ciśnienie krwi

Ciśnienie krwi skurczowe/rozkurczowe:

- noworodki: 60–95/30–60 mmHg
- niemowlęta: 90/60 mmHg
- małe dzieci: 95/60 mmHg
- dzieci w wieku szkolnym: 100/60 mmHg
- młodzież: 110/70 mmHg
- dorośli do osiągnięcia 65 roku życia: 120-129/70-79 mmHg
- osoby powyżej 65 do 80 roku życia: 130-139/70-79 mmHg
- po 80 roku życia: 130-149/70-79 mm Hg

niedociśnienie (hipotensja)

☐ rodzaje niedociśnienia:

- pierwotne – przyczyna zaburzenia jest nieznana, częściowo jest dziedziczne, utrzymuje się przewlekłe i najczęściej występuje u osób szczupłych;
- wtórne – najczęściej jest wynikiem: chorób układu krążenia (np. niewydolność serca) bądź innych schorzeń czy niewłaściwych zachowań (np. nadużywania alkoholu)
- ortostatyczne – objawia się spadkiem ciśnienia tętniczego krwi podczas gwałtownego wstawania lub podczas długiego stania

☐ objawy: zimne ręce i stopy, osłabienie i nadmierna senność, zaburzenia koncentracji, bóle głowy, szumy uszne, wewnętrzny niepokój, ból karku w pozycji stojącej, obniżenie temperatury ciała, zawroty głowy i „mroczki przed oczami”

nadciśnienie (hipertensja)

- choroba charakteryzująca się podwyższonym ciśnieniem krwi, czyli ciśnieniem tętniczym o wartości 140/90 mm Hg lub więcej
 - na ogół przez długi czas nie powoduje dolegliwości (czasem może powodować objawy, które trudno pacjentowi powiązać z nadciśnieniem tętniczym, np. ból głowy, zaburzenia snu lub łatwe męczenie się), rozwija się skrycie i po latach prowadzi do niekorzystnych zmian w sercu (np. zawału lub niewydolności serca), mózgu (udar mózgu), a także w naczyniach krwionośnych i nerkach

układ oddechowy

- ❑ zespół narządów umożliwiających organizmowi oddychanie, jako że komórki zwierzęce (w tym ludzkie) wymagają ciągłego dostarczania tlenu oraz usuwania produktów końcowych metabolizmu (dwutlenku węgla i wody)
- ❑ składa się z narządów oddechowych (płuc), dróg oddechowych (górne: jama nosowa, gardło, krtań oraz dolne: tchawica, oskrzela) oraz pośrednio z układu krwionośnego transportującego tlen krwią do tkanek



oddech

- ❑ podczas wdechu dostarczamy powietrze do płuc, a tym samym tlen do komórek
- ❑ w czasie wydechu powietrze uboższe o tlen i bogatsze o dwutlenek węgla wydostaje się z płuc
- ❑ zdrowy człowiek częstość oddechów w spoczynku wynosi **12–15 oddechów na minutę**



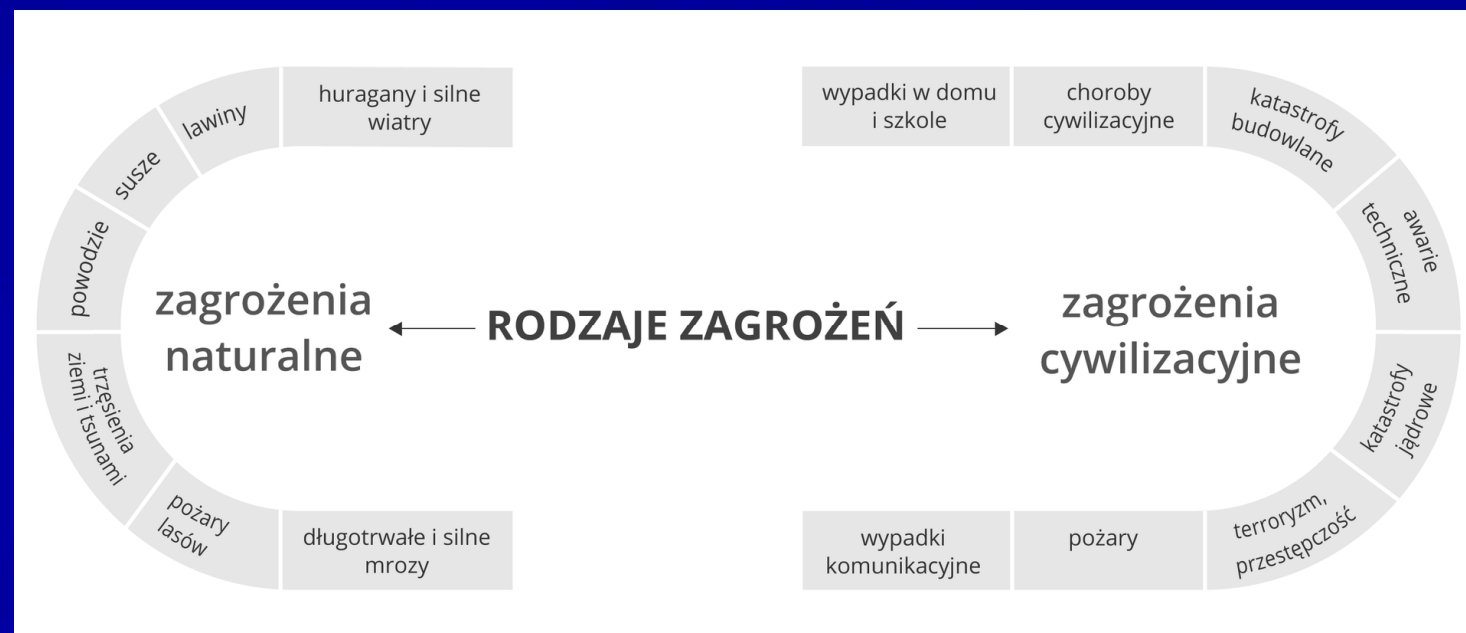
niedotlenienie (hipoksja)

- niedobór tlenu w tkankach w stosunku do zapotrzebowania, wiodący do niedotlenienia organizmu
 - niedostateczna zawartość tlenu w krwi tętniczej upośledza typowe procesy metaboliczne w obrębie tkanek
 - niedobór może być także wywoływany niewydolnością układu krążenia, który nie jest w stanie zapewnić prawidłowego przepływu krwi



ZAGROŻENIA

- zjawisko wywołane działaniem sił natury bądź człowieka, które powoduje, że poczucie bezpieczeństwa maleje bądź zupełnie zanika



ryzyko – wskaźnik stanu lub zdarzenia, które może prowadzić do strat lub zysków; jest proporcjonalne do prawdopodobieństwa wystąpienia tego zdarzenia i do wielkości strat lub zysków, które może spowodować

zagrożenia w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach

Nauka BHP wyróżnia:

- ❑ zagrożenia **urazowe** (działają w sposób nagły, mogą spowodować uraz)
- ❑ zagrożenia **szkodliwe** (mogą spowodować zatrucia a nawet śmierć)
- ❑ zagrożenia **uciażliwe** (mogą spowodować obniżenie sprawności fizycznej i psychicznej)



stan nagłego zagrożenia życia

- stan polegający na nagłym lub przewidywanym w krótkim czasie pojawieniu się objawów pogarszania zdrowia, którego bezpośrednim następstwem może być poważne uszkodzenie funkcji organizmu lub uszkodzenie ciała, lub utrata życia, wymagający podjęcia natychmiastowych medycznych czynności ratunkowych i leczenia



STANY ZAGROŻENIA ŻYCIA

- zawał
- wstrząs
- udar mózgu
- udar słoneczny
- zaburzenie oddychania
- utrata przytomności
- upadek z dużej wysokości
- uraz klatki piersiowej i brzucha
- masywny krwotok
- urazy czaszkowo-rdzeniowe
- złamanie
- ukąszenie
- oparzenie termiczne, chemiczne itp.
- odmrożenie
- porażenie prądem elektrycznym
- zatrucie

zagrożenia dla ratującego

- elementy środowiska: woda, gazy, wysokość
- drobnoustroje – wirusy, bakterie, grzyby
- prąd elektryczny, np. zerwana linia energetyczna
- pojazdy w ruchu
- płyny wyciekające z pojemników, pojazdów
- płomień, eksplozje
- toksyczne czy żrące substancje chemiczne
- spadające obiekty
- niebezpieczne zwierzęta
- agresywne osoby
- elementy ostre

TRZY POZIOMY RATOWNICZE

zgodnie z Ustawą z 8 września 2006 r. o Państwowym Ratownictwie Medycznym, ratowanie życia i zdrowia ludzkiego odbywa się na trzech poziomach:

- pierwsza pomoc
 - wykonuje ją każdy człowiek
- kwalifikowana pierwsza pomoc
 - wykonuje ją certyfikowany ratownik (po kursie zakończonym egzaminem)
- medyczne czynności ratunkowe
 - wykonuje ją ratownik medyczny (po studiach)



pierwsza pomoc

- ❑ zespół czynności podejmowanych w celu ratowania osoby w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego wykonywanych przez osobę znajdującą się w miejscu zdarzenia, w tym również z wykorzystaniem udostępnionych do powszechnego obrotu wyrobów medycznych oraz produktów leczniczych



kwalfikowana pierwsza pomoc

□ Zakres czynności wykonywanych przez ratownika w ramach kwalifikowanej pierwszej pomocy obejmuje:

- 1) resuscytację krążeniowo-oddechową, bezprzyrządową i przyrządową, z podaniem tlenu oraz zastosowaniem według wskazań defibrylatora zautomatyzowanego;
- 2) tamowanie krwotoków zewnętrznych i opatrywanie ran;
- 3) unieruchamianie złamań i podejrzeń złamań kości oraz zwichnięć;
- 4) ochronę przed wychłodzeniem lub przegrzaniem;
- 5) prowadzenie wstępnego postępowania przeciwwstrząsowego poprzez właściwe ułożenie osób w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego, ochronę termiczną osób w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego;
- 6) stosowanie tlenoterapii biernej;
- 7) ewakuację z miejsca zdarzenia osób w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego;
- 8) wsparcie psychiczne osób w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego;



medyczne czynności ratunkowe

- świadczenia opieki zdrowotnej w rozumieniu przepisów o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych, udzielane przez jednostkę systemu, o której mowa w art. 32 ust. 1 pkt 2 ustawy o państwowym ratownictwie medycznym (zespoły ratownictwa medycznego, w tym lotnicze zespoły ratownictwa medycznego), w warunkach pozaszpitalnych, w celu ratowania osoby w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego



CELE UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY

- ratowanie życia ludzkiego**
- ratowanie ludzkiego zdrowia**
- ograniczenie skutków urazów i nagłych zachorowań**
- zabezpieczenie miejsca wypadku**
- opieka nad poszkodowanym**



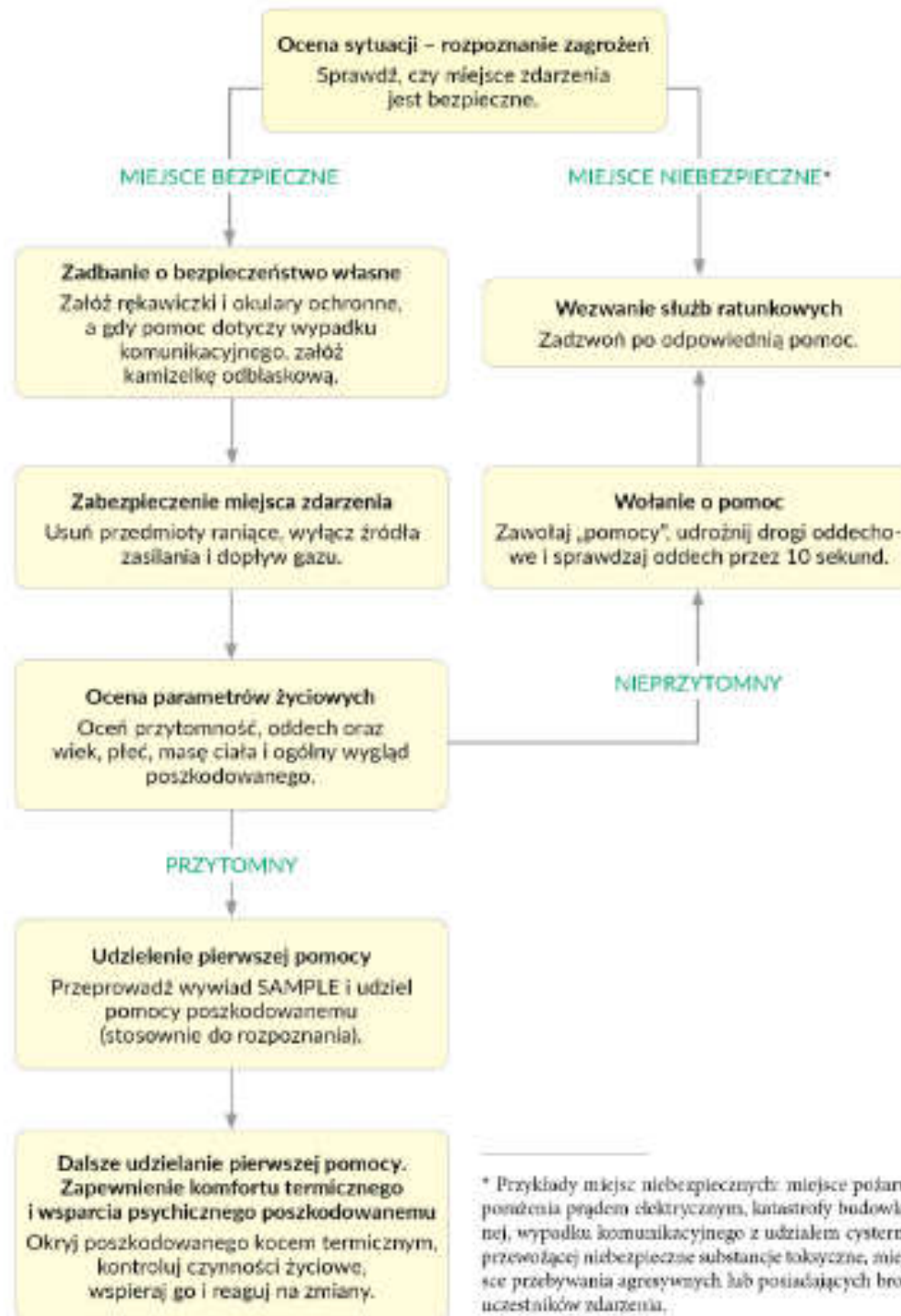
udzielanie pierwszej pomocy

☐ Udzielając pierwszej pomocy należy zawsze:

- 1) ocenić sytuację
- 2) sprawdzić, czy miejsce jest bezpieczne i zadbać o własne bezpieczeństwo
- 3) ocenić stan poszkodowanego
- 4) w razie ciężkiego stanu poszkodowanego wezwać odpowiednie służby ratownicze
- 5) do przyjazdu pogotowia nadal udzielać pomocy odpowiedniej do stanu poszkodowanego



**SCHEMAT POSTĘPOWANIA
W RAMACH PIERWSZEJ POMOCY**



* Przykłady miejsc niebezpiecznych: miejsce pożaru, porażenia prądem elektrycznym, katastrofy budowlanej, wypadku komunikacyjnego z udziałem cysterny przewożącej niebezpieczne substancje toksyczne, miejsce przebywania agresywnych lub posiadających broń uczestników zdarzenia.

schemat z
podręcznika
WSiP *Edukacja
dla
bezpieczeństwa*
autorstwa:
Bogusława
Breitkopf,
Mariusz Cieśla

Nigdy nie odkładamy telefonu jako pierwsi.
Dyspozytor może mieć dodatkowe pytania.

Wzywanie pomocy

1. Podanie dokładnego adresu z nazwą miejscowości

- często o tym zapominamy
- w razie gdyby połączenie się zerwało dyspozytor ma już adres

2. Co się stało

- krótko i rzeczowo np. upadek z wysokości

3. Liczba osób poszkodowanych

- jeden zespół pogotowia ratunkowego zajmuje się jednym pacjentem

4. Stan poszkodowanego; co zrobiliśmy

- dyspozytor wie, jak wyposażoną karetkę ma wysłać
 - przy zatrzymaniu krążenia wysyła się tzw. S (karetkę specjalistyczną)
 - do wypadków komunikacyjnych wysyła się karetkę podstawową "P"

5. Nazwisko i telefon

- podaj swoje nazwisko i numer telefonu
- odmowa podania tych danych może zostać zinterpretowana przez dyspozytora jako głupi żart



numer 112

- ❑ Numer alarmowy 112 stanowi zintegrowany i jednolity System Powiadamiania Ratunkowego w całej Europie.
- ❑ Ogólnoeuropejski numer alarmowy 112 został powołany do życia uchwałą Rady Europy z dnia 29 lipca 1991 roku.

telefony

- ❑ 112 – telefon centrów powiadamiania ratunkowego
- ❑ 999 – Pogotowie Ratunkowe
- ❑ 998 – Państwowa Straż Pożarna
- ❑ 997 – Policja
- ❑ 996 – Centrum Antyterrorystyczne
- ❑ 995 – Child Alert (inicjowanie akcji poszukiwawczej w przypadku uprowadzenia dziecka)
- ❑ 994 – pogotowie wodociągowe
- ❑ 993 – pogotowie ciepłowni
- ❑ 992 – pogotowie gazowni
- ❑ 991 – pogotowie elektrowni
- ❑ 986 – Straż Miejska

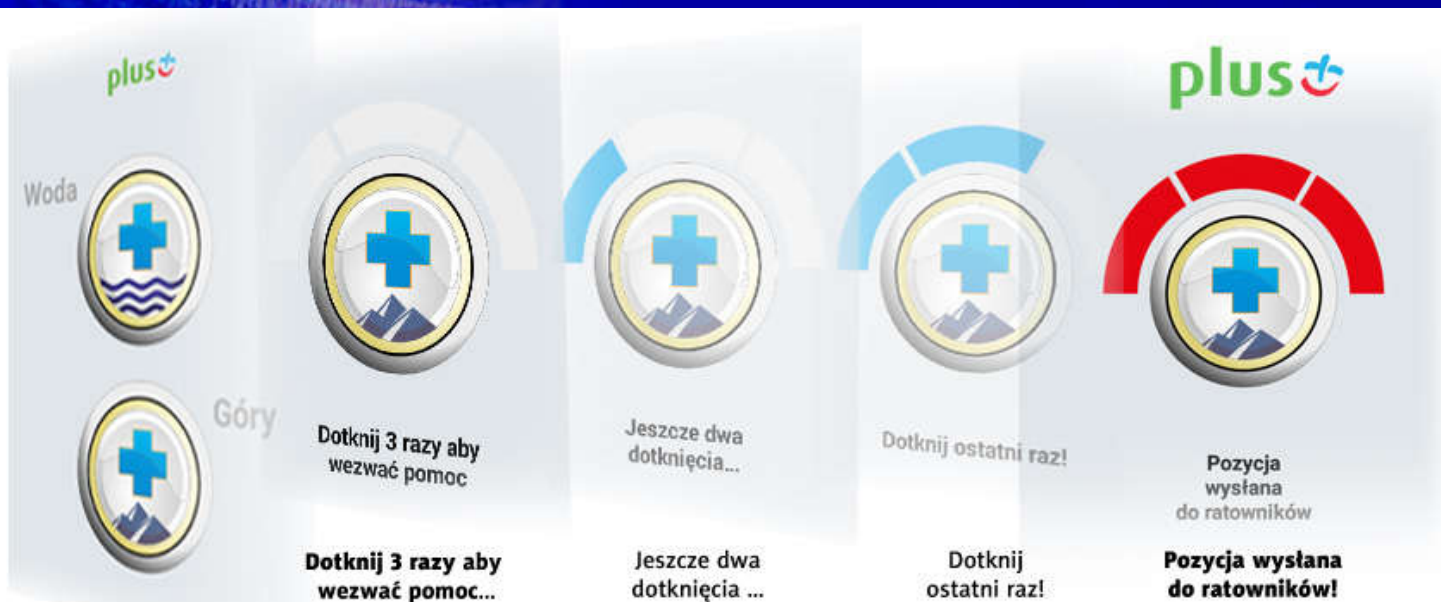
telefony

- ❑ 984 – pogotowie rzeczne
- ❑ 985 – ratownictwo morskie i górskie
- ❑ 987 - numer informacyjno-koordynacyjny dla administracji rządowej w województwie na potrzeby zarządzania kryzysowego
- ❑ 19282 – pogotowie dźwigowe
- ❑ 19285 – pogotowie komunikacji miejskiej,
- ❑ 601 100 100 – numer ratunkowy nad wodą (MOPR i WOPR)
- ❑ 601 100 300 – numer ratunkowy w górach (GOPR i TOPR)
- ❑ 506 260 784 – Poszukiwawcze Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe.
- ❑ 501 536 929 - Drużyna Ratownictwa Specjalistycznego WOPR woj. Pomorskiego (Gdańsk, Sopot)



aplikacja „Ratunek”

- ❑ **Aplikacja umożliwia** automatyczne przesłanie SMS z lokalizacją osoby dzwoniącej i kontakt telefoniczny ze Służbami Ratowniczymi działającymi w Polsce, w regionach górskich, czyli GOPR i TOPR i na obszarach wodnych, czyli WOPR i MOPR. Numer ratunkowy w górach 601 100 300 i numer ratunkowy nad wodą 601 100 100 udostępnione przez operatora telefonii komórkowej Plus są zintegrowane z aplikacją.
- ❑ **Do działania aplikacji konieczne jest włączenie lokalizacji GPS.**
- ❑ **WARUNKIEM PRZYJĘCIA ZGŁOSZENIA WYPADKU JEST NAWIĄZANIE ROZMOWY TELEFONICZNEJ Z RATOWNIKIEM DYŻURNYM GOPR/TOPR!**



Ratunek

Imię: **Imię – wpisz swoje imię**

Nazwisko: **Nazwisko – wpisz swoje nazwisko**

Data urodzenia: **Data urodzenia – wpisz swoją datę urodzenia**

Numer kontaktowy w razie wypadku: **Numer kontaktowy w razie wypadku – wyszukuj w kontaktach (lub wpisz) osobę, która chce żeby została powiadomiona jeśli ulegniesz wypadkowi**

Imię i nazwisko: **Szukaj**

Numer telefonu:

Grupa krwi: Nie wybrano Nie wybrano **Grupa krwi, czynnik Rh – wybierasz i zaznaczasz swoją grupę krwi i czynnik Rh. Jeśli nie znasz swojej grupy krwi lub czynnika Rh to zaznaczasz opcję „nie wybrano”**

Choroby przewlekłe: **Choroby przewlekłe – podajesz na jakie choroby przewlekłe chorujesz (np. cukrzyca). W tej rubryce możesz podać informacje o przebytych operacjach, które mają wpływ na Twój obecny stan zdrowia oraz postępowanie diagnostyczne (np. rozrusznik, sztuczny staw biodrowy, przeszczepiona nerka itp.)**

Alergie: **Alergie – podajesz na co masz alergię (leki, pokarmy itp.)**

Zażywane leki: **Zażywane leki – podajesz jakie leki zażywasz, możesz również wpisać częstość zażywania i dawkę leku**


Jestem osobą głuchoniemą **Jeśli jesteś osobą głuchoniemą zaznaczasz to pole**

ICE

W NAGŁYM WYPADKU DZWOŃ DO / IN CASE OF EMERGENCY CALL

IMIĘ I NAZWISKO / CONTACT PERSON	NUMER KONTAKTOWY / CONTACT NUMBER
.....
.....
.....

www.pck.org.pl



- ❑ *ang. In case of emergency, pol. w nagłym wypadku*
- ❑ skrót informujący ratowników, do kogo powinni zadzwonić w razie nagłego wypadku
- ❑ w książce adresowej telefonu komórkowego jako kontakt „ICE” wpisuje się numer telefonu wybranej osoby
 - gdy takich osób jest kilka, to oznacza się je hasłami „ICE1”, „ICE2” itd.
 - numery telefonów ICE są dostępne mimo zablokowania telefonu komórkowego w opcji telefonowania alarmowego
- ❑ na karcie „ICE” wielkości wizytówki wpisuje się imię, nazwisko i numer kontaktowy najbliższych osób
 - kartę powinno się nosić cały czas przy sobie
 - Polski Czerwony Krzyż wprowadził karty ICE w styczniu 2008 r.³⁴

Łańcuch przeżycia

Łańcuch przeżycia



**WCZESNE ROZPOZNANIE
ZAGROŻENIA
I WEZWANIE POMOCY
— ABY ZAPOBIEC
NAGŁEMU ZATRZYMANIU
KRAŻENIA**

Wczesne rozpoznanie i wezwanie pomocy oznacza, że służby medyczne przybędą tak szybko, jak to możliwe.

**WCZESNE PODJĘCIA
CZYNNOŚCI
RATUJĄCYCH ŻYCIE
— ABY ZYSKAĆ CZAS**

Wczesne podjęcie czynności ratujących życie pozwoli zyskać na czasie do chwili przyjazdu służb medycznych.

**WCZESNA DEFIBRYLACJA
— ABY PRZYWRÓCIĆ
CZYNNOŚCI SERCA**

Jak najwcześniejsza defibrylacja może spowodować przywrócenie właściwej pracy serca.

**OPIEKA
PO PRZYWRÓCENIU
KRAŻENIA
— ABY WRÓCIĆ
DO ZDROWIA**

Wczesne podjęcie zaawansowanych zabiegów ratowniczych daje poszkodowanemu największą szansę na przeżycie.

wczesne rozpoznanie zagrożenia

- ❑ rozpoznanie stanu zagrożenia życia lub zatrzymania krążenia i wezwanie specjalistycznej pomocy, czyli zespołu ratownictwa medycznego, dzwoniąc pod **numer alarmowy 999 lub 112**
- ❑ może zapobiec zatrzymaniu krążenia, gdy uda się odpowiednio szybko wykryć oznaki zagrożenia życia i wdrożyć odpowiednie postępowanie; w przypadku, gdy do NZK już dojdzie, umożliwi zminimalizowanie czasu, w którym krążenie jest nieobecne



wczesne rozpoczęcie RKO

- ❑ rozpoczęcie RKO w sytuacji, gdy rozpoznamy NZK
- ❑ powinno być poprzedzone rozpoznaniem oznak zatrzymania krążenia według schematu ABC
- ❑ RKO u dorosłych należy prowadzić zgodnie z obowiązującym algorytmem – 30 ucisków i 2 oddechy ratownicze, a w przypadku braku możliwości wykonywania oddechów można ograniczyć się jedynie do ucisków klatki piersiowej; u dzieci resuscytację należy rozpocząć od 5 oddechów ratowniczych



wczesna defibrylacja

- ❑ Automatyczny Defibrylator Zewnętrzny (AED) to specjalistyczne urządzenie, informujące ratownika przy pomocy komend głosowych i wizualnych czy konieczna jest defibrylacja
- ❑ użycie AED nie wymaga przeszkolenia ani wykształcenia medycznego



czynności poresuscytacyjne

- ❑ czynności, które podejmują służby medyczne
- ❑ obejmują wdrożenie zaawansowanych zabiegów resuscytacyjnych (ALS) oraz opiekę poresuscytacyjną



ZŁOTA GODZINA

- Złota godzina w ratownictwie medycznym jest pojęciem wprowadzonym w 1961 roku przez R. Adamsa Cowleya.**
- Określa czas, w jakim osoba w stanie zagrożenia życia powinna znaleźć się w szpitalu lub w innej placówce, w której możliwe jest udzielenie jej fachowej pomocy.**
- Czas ten liczy się od momentu wystąpienia zdarzenia.**
- Jest to czas umowny i nie trwa dokładnie godziny, jest bowiem mierzony tempem zmian zachodzących w organizmie w wyniku urazu, jego rozległości, czy szybkości rozwoju wstrząsu.**

PLATYNOWE MINUTY

- ❑ Pojęcie określa **pierwsze 10 minut ze złotej godziny**.
- ❑ Jest to czas, który mija pomiędzy wystąpieniem zdarzenia a przyjazdem służb ratunkowych.
- ❑ Te pierwsze minuty należą do świadków zdarzenia, którzy mogą podjąć pierwsze czynności ratunkowe.



A**ALERT** - poszkodowany przytomny,**V****VERBAL** - poszkodowany reaguje na głos,**P****PAIN** - poszkodowany reaguje na bodziec bólowy,**U****UNRESPONSIVE** – poszkodowany nieprzytomny
nie reaguje na bodźce

SKONTROLUJ JAMĘ USTNĄ (ciało obce)

schemat ABC

A**AIRWAY** - udroźnij drogi oddechowe
(manewr czoło – żuchwa),**B****BREATHING** - sprawdź oddech trzema zmysłami
(słyszę, widzę, czuję) przez 10 s,**C****CIRCULATION** - jeżeli poszkodowany nie oddycha
lub oddycha nieprawidłowo i nie ma oznak krążenia
rozpocznij resuscytację krążeniowo – oddechową
najlepiej z wykorzystaniem AED

Regulacje prawne dotyczące pierwszej pomocy



REGULACJE PRAWNE – art. 4 ustawy o Państwowym Ratownictwie Medycznym

- Kto zauważy osobę lub osoby znajdujące się w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego lub jest świadkiem zdarzenia powodującego taki stan, w miarę posiadanych możliwości i umiejętności ma obowiązek niezwłocznego podjęcia działań zmierzających do skutecznego powiadomienia o tym zdarzeniu podmiotów ustawowo powołanych do niesienia pomocy osobom w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego.



REGULACJE PRAWNE – art. 5 ust. 1 ustawy o Państwowym Ratownictwie Medycznym

- Osoba udzielająca pierwszej pomocy, kwalifikowanej pierwszej pomocy oraz podejmująca medyczne czynności ratunkowe korzysta z ochrony przewidzianej w ustawie z dnia 6 czerwca 1997 r. - Kodeks karny dla funkcjonariuszy publicznych.



REGULACJE PRAWNE – art. 5 ust. 2 ustawy o Państwowym Ratownictwie Medycznym

- Osoba ta może poświęcić dobra osobiste innej osoby, inne niż życie lub zdrowie, a także dobra majątkowe w zakresie, w jakim jest to niezbędne dla ratowania życia lub zdrowia osoby znajdującej się w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego.



REGULACJE PRAWNE – art. 6 ustawy o Państwowym Ratownictwie Medycznym

- ❑ Osobie, która poniosła szkodę na mieniu powstałą w następstwie udzielania przez nią pierwszej pomocy, przysługuje roszczenie o naprawienie tej szkody od Skarbu Państwa reprezentowanego przez wojewodę właściwego ze względu na miejsce powstania szkody.
- ❑ Naprawienie tej szkody obejmuje szkodę rzeczyswistą.



art. 162 ustawy Kodeks karny



§ 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.

Znaki ratownicze

Znaki służb, miejsc i pojazdów



chroniony prawnie w państwach, które podpisały Konwencje Genewską „o ochronie ofiar wojny” z 1949 r. oraz w Polsce ustawą o Polskim Czerwonym Krzyżu z 1964 r.

znak Czerwonego Krzyża

- ❑ Znak Czerwonego Krzyża (tzw. Krzyż Genewski)
 - utworzony na konferencji międzynarodowej w Genewie w 1863 r. jako znak rozpoznawczy ochotników niosących pomoc rannym żołnierzom
 - 1864 r. odwrócone barwy flagi szwajcarskiej stały się uznanym międzynarodowo znakiem wojskowych służb medycznych, a ochotnicy zrzeszający się w krajowych stowarzyszeniach niosących pomoc, dali początek Międzynarodowemu Ruchowi Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężyca
- ❑ W części krajów muzułmańskich zamiast czerwonego krzyża używany jest znak czerwonego półksiężyca
- ❑ W celu uniknięcia kojarzenia znaków z symboliką religijną, Państwa Strony Konwencji Genewskich w 2005 r. przyjęły trzeci znak o charakterze ochronnym - tzw. czerwony kryształ.
- ❑ Dwie funkcje znaków: informacyjna (czas pokoju) i ochronna (czas konfliktu zbrojnego).



znak białego krzyża na zielonym tle



- oznaczenie:
 - apteczki
 - punktu pierwszej pomocy
 - noszy
 - telefonu alarmowego
- 1992 – Dyrektywa Rady Europy nr 92/58/EWG określająca specjalny znak na oznaczenie przedmiotów w miejscu pracy związanych z udzielaniem pierwszej pomocy (UE)
- 1998 – rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 1 grudnia 1998 r. (Dz. U. Nr 148 poz. 974) wdrażające dyrektywę do prawa polskiego
 - norma dotycząca wyglądu takich znaków (PN-93/N-01256/03)
- „Propagowanie stosowania tego znaku również poza miejscami pracy pozwoliłoby uniknąć wielu nadużyć związanych z oznaczaniem apteczek czy punktów pierwszej pomocy”.

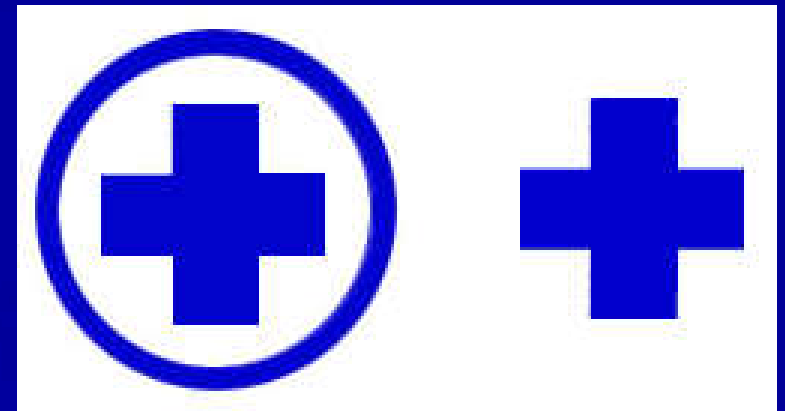
zielony krzyż

- Znak zielonego krzyża na białym tle używany jest do oznaczania aptek i punktów aptecznych
 - powszechnie stosowany jest w krajach Unii Europejskiej, a coraz częściej także w Polsce



niebieski krzyż

- używany przez wszelkie służby ratunkowe, np. państwowe i prywatne Pogotowie Ratunkowe, Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe, Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe
- często przy znaku niebieskiego krzyża znajdują się nazwy tych służb.
- używany także jako znak dojścia czy dojazdu do szpitali lub ośrodków zdrowia



gwiazda życia z laską eskulapa

- Znak niebieskiego krzyża sześcioramiennego stosuje się jako oznaczenie karettek Pogotowia Ratunkowego.



Eskulap – rzymski bóg sztuki lekarskiej (w starożytnej Grecji: Asklepios).

Atrybutami Asklepiosa były węże owinięte wokół laski, szyszki świerka, wieńce laurowe, czasami koza lub pies



znaki ratownicze



telefon / telefon alarmowy

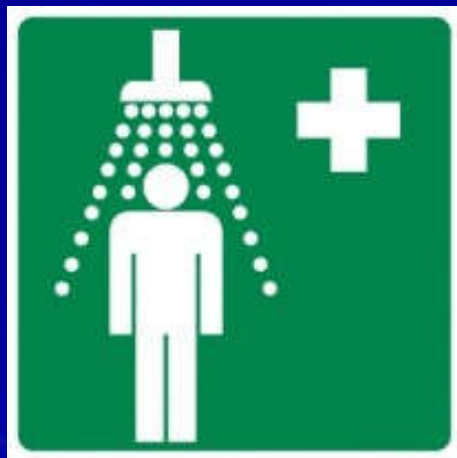


pierwsza pomoc



punkt opatrunkowy

znaki ratownicze



prysznic bezpieczeństwa



punkt do przemywania oczu

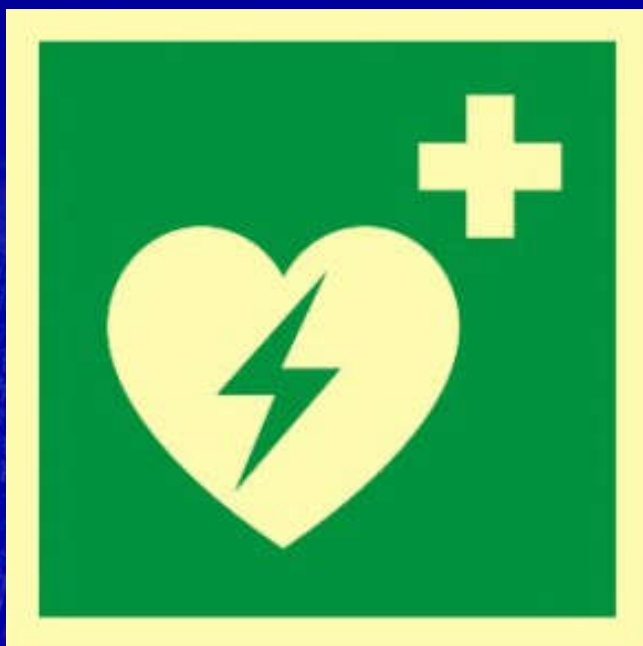


nosze



zatrzymania alarmowe

oznaczenie defibrylatora



bibliografia

- ❑ <http://www.pogotowie.lublin.pl/new/strefa-pacjenta/strefa-pacjenta-rodzaj-i-zakres-udzielanych-swadczen-zdrowotnych/>
- ❑ <http://www.ratowniczy.net/nie-kazdy-ambulans-to-karetka-pogotowia-ratunkowego/>
- ❑ <https://www.ratownik-med.pl/>
- ❑ <https://zpe.gov.pl/a/wszechobecne-zagrozenia/DO8DBNofP>
- ❑ <https://www.centrumratownictwa.com/blog/zlota-godzina-najwazniejsza-godzina-zycia>
- ❑ pl.wikipedia.org
- ❑ <http://bezpieczniej.republika.pl/k.htm>
- ❑ www.znak-bhp.pl
- ❑ www.znaki-bhp.pl