

Проект софинансирован за счёт средств Польско-Американского Фонда Свободы в рамках программы RITA – «Преобразования в регионе», реализуемой Фондом «Образование для демократии».

Польско-Казахский региональный центр обучения безопасности и спасения



Принципы оказания первой доврачебной помощи (в соответствии с рекомендациями Европейского совета по реанимации)

Алгоритм действий при остановки дыхания и сердечной деятельности у взрослых

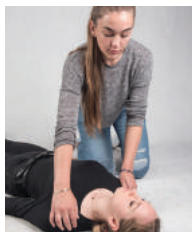


01 Обеспечить безопасность.

Оценка обстановки и наличие возможных опасностей для себя, пострадавшего (пострадавших) и окружающих. Если возможно устранить потенциальную угрозу, например отключить газ, остановить движущийся транспорт и т.д. Если это не в ваших силах, то нужно как можно осторожнее переместить пострадавшего.

02 Оценка сознания пострадавшего.

Осторожно встряхните его за плечо и громко спросите: «Вы в порядке?» Если пострадавший отвечает поступай с принципами «Права хорошего самаритянина: Меня зовут (твое имя), могу ли я тебе помочь?» Оставьте его в этом положении. Узнайте, что случилось. В случае необходимости вызвать «скорую». Контролировать состояние пострадавшего. Если не реагирует то переходим к следующему шагу.



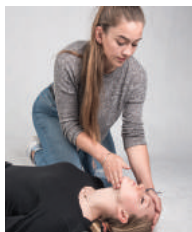
03 Позови на помощь!

Позови на помощь, поскольку может поблизости найдутся люди, которые готовы поддержать вас в чрезвычайной ситуации. Вам придется организовать их, направив, например, кого-то за помощью, других — обезопасить место происшествия, кого-то для помощи в сердечно-легочной реанимации и так далее.



04 Обеспечить проходимость дыхательных путей.

Проверните пострадавшего на спину и положите свою руку ему на лоб и осторожно запрокиньте голову назад; кончиками пальцев, размещенными под подбородком, подняв нижнюю челюсть, откройте дыхательные пути.



05 Оценка дыхания.

Смотрите, слушайте и постарайтесь почувствовать присутствие нормального дыхания в течении 10 секунд. При любых сомнениях (отсутствие движения грудной клетки, не слышишь и не чувствуешь дыхание, аганальное дыхание) приступаем к сердечно-легочной реанимации.



06 Вызов скорой помощи.

Позвони в экстренную службу или назначьте помощника, который позвонит в скорую помощь.



07 Сделать 30 компрессий грудной клетки.

Уложи пострадавшего на твердую поверхность. Положи ладонь одной руки на середину грудной клетки. Ладонь второй руки положить на первую руку и сплести пальцы.

Нажимай на грудную клетку:

- Частота 100 – 120 на минуту.

- Глубина 4-5 см.

- Равное время нажатия и релаксации.

Если это возможно спасатели которые проводят реанимацию должны меняться каждые две минуты.



08 Сделать 2 искусственных вдоха.

Поднимите подбородок пострадавшего кверху одной рукой и запрокиньте назад его голову. Зажмите нос, широко откройте рот и обхватите им рот пострадавшего. Продолжительность каждого выдоха – одна секунда. Дай грудной клетки опуститься (происходит пассивный выдох). Повтори процедуру. Для своей безопасности и безопасности пострадавшего рекомендуем использовать маску для искусственного дыхания.



09 Повторяй реанимацию в соотношении 30 компрессий – 2 искусственных вдоха.

Искусственное дыхание и компрессии грудной клетки следует производить до появления самостоятельного дыхания и восстановления деятельности сердца или до передачи пострадавшего медицинскому персоналу.

10 Уложи в безопасном положении.

Если у пострадавшего появилось самостоятельное дыхание, уложи его в устойчивом боковом положении.



Алгоритм действий при остановке дыхания и сердечной деятельности у взрослых с использованием АНД



01 Обеспечить безопасность.

Оценка обстановки и наличие возможных опасностей для себя, пострадавшего (пострадавших) и окружающих. Если возможно устранить потенциальную угрозу, например отключить газ, остановить движущийся транспорт. Если это не в ваших силах, то нужно как можно осторожнее переместить пострадавшего.

02 Оценка сознания пострадавшего.

Осторожно встряхните его за плечо и громко спросите: «Вы в порядке?» Если пострадавший отвечает поступай с принципами «Права хорошего самаритянина: Меня зовут (твое имя), могу ли я тебе помочь?» Оставьте его в этом положении. Узнайте, что случилось. В случаи необходимости вызвать «скорую». Контролировать состояние пострадавшего. Если не реагирует то переходим к следующему шагу.



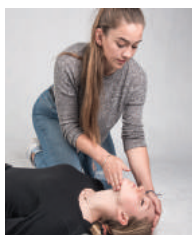
03 Позови на помощь!

Позови на помощь, поскольку может поблизости найдутся люди, которые готовы поддержать вас в чрезвычайной ситуации. Вам придется организовать их, направив, например, кого-то за помощью, других — обезопасить место происшествия, кого-то для помощи в сердечно-легочной реанимации и так далее.



04 Обеспечить проходимость дыхательных путей.

Проверните пострадавшего на спину и положите свою руку ему на лоб и осторожно запрокиньте голову назад; кончиками пальцев, размещенными под подбородком, подняв нижнюю челюсть, откройте дыхательные пути.



05 Оценка дыхания.

Смотрите, слушайте и постарайтесь почувствовать присутствие нормального дыхания в течении 10 секунд. При любых сомнениях (отсутствие движения грудной клетки, не слышишь и не чувствуешь дыхание, аганальное дыхание) приступаем к сердечно-легочной реанимации.



06 Вызов скорой помощи.

Позови в экстренную службу или назначьте помощника, который позвонит в скорую помощь и принесет АНД.



07 Сделайте 30 компрессий грудной клетки.

Уложите пострадавшего на твердую поверхность. Положи ладонь одной руки на середину грудной клетки. Ладонь второй руки положи на первую руку и сплести пальцы.

Нажимай на грудную клетку:

- Частота 100 – 120 на минуту.
- Глубина 4-5 см.

• Равное время нажатия и релаксации.

Если это возможно спасатели которые проводят реанимацию должны меняться каждые две минуты.



08 Сделайте 2 искусственных вдоха.

Поднимите подбородок пострадавшего кверху одной рукой и запрокиньте назад его голову. Зажмите нос, широко откройте рот и обхватите им рот пострадавшего. Продолжительность каждого выдоха – одна секунда. Дайте грудной клетке опуститься (происходит пассивный выдох). Повторите процедуру. Для своей безопасности и безопасности пострадавшего рекомендуем использовать маску для искусственного дыхания.



09 Повторяй реанимацию в соотношении 30 компрессий – 2 искусственных вдоха.

Искусственное дыхание и компрессии грудной клетки следует производить до появления АНД.

10 Включи АНД и приклей электроды согласно указаниям.

Как только АНД доставлен: включите АНД и прикрепите электроды на грудную клетку пострадавшего. Если есть более одного спасателя, во время крепления электродов к грудной клетке следует продолжать сердечно-легочную реанимацию в соотношении 30:2.



11 Следуйте голосовым инструкциям АНД. Если разряд показан, нанесите его.

Никто не должен касаться пострадавшего, пока АНД анализирует ритм. Нажмите кнопку разряда как показано (полностью автоматический АНД нанесет разряд автоматически). Никто не должен касаться пострадавшего во время электроразряда.



12 Следуйте голосовым инструкциям АНД. Если разряд не показан, продолжайте сердечно-легочную реанимацию 30:2.

Никто не должен касаться пострадавшего, пока АНД анализирует ритм. Если разряд не показан, продолжайте сердечно-легочную реанимацию в соотношении 30:2. Продолжайте в соответствии с голосовыми и визуальными инструкциями АНД.



13 Уложи в безопасном положении.

Если у пострадавшего появилось самостоятельное дыхание, уложи его в устойчивом боковом положении.

01 Обеспечить безопасность.

Оценка обстановки и наличие возможных опасностей для себя, пострадавшего (пострадавших) и окружающих. Если это возможно устранение угрожающих факторов.

02 Оценка сознания пострадавшего.

Осторожно встряхните его за плечо и громко спросите: «Вы в порядке?» Немного больше деликатности и внимания будет требовать оценка сознания у младенца. Лучше всего спокойно, но достаточно громко отозваться к ребенку, в то же время легко взять его за ручку, или ножку и деликатно пощекотать ладошки и стопы.

03 Позови на помощь!

Позови на помощь, поскольку может поблизости найдутся люди, которые готовы поддержать вас в чрезвычайной ситуации. Вам придется организовать их, направив, например, кого-то за помощью, других — обезопасить место происшествия, кого-то для помощи в сердечно-легочной реанимации и так далее.

04 Обеспечить проходимость дыхательных путей.

Переверните пострадавшего на спину и положите свою руку ему на лоб и осторожно запрокиньте голову назад; кончиками пальцев, размещенными под подбородком, подняв нижнюю челюсть, откройте дыхательные пути. Эта процедура требует модификации у младенцев. Сделайте такое отклонение головки младенца, чтобы кончик носа и подбородок оказались на одной горизонтальной линии.

05 Оценка дыхания.

Смотрите, слушайте и постарайтесь почувствовать присутствие нормального дыхания в течении 10 секунд. При любых сомнениях (отсутствие движения грудной клетки, не слышишь и не чувствуешь дыхание, аганальное дыхание) приступаем к сердечно-легочной реанимации.

06 Вызов скорой помощи.

Позвони в экстренную службу или назначьте помощника, который позвонит в скорую помощь.

07 Сделать 5 искусственных вдоха.

Поднимите подбородок пострадавшего кверху одной рукой и запрокиньте назад его голову. Зажмите нос, широко откройте рот и обхватите им рот пострадавшего, а в случае младенца – рот и нос. Продолжительность каждого выдоха – до секунды. Дай грудной клетки опуститься (происходит пассивный выдох). Повтори еще 4 раза. Для своей безопасности и безопасности пострадавшего рекомендуем использовать маску для искусственного дыхания.



а) У детей массаж сердца мы ведем с помощью одной только руки. Основу ладони мы прикладываем на середину грудной клетки ребенка, компрессии не должны быть более глубоки чем 1/3 грудной клетки пострадавшего.

08 Сделать 30 компрессий грудной клетки.

Уложи пострадавшего на твердую поверхность.

Нажимай на грудную клетку:

- Частота 100 – 120 на минуту.

- Одинаковое время нажатия и релаксации.

Если это возможно спасатели которые проводят реанимацию должны меняться каждые две минуты.

09 Сделать 2 искусственных вдоха.

Искусственное дыхание и компрессии грудной клетки следует производить до появления самостоятельного дыхания и восстановления деятельности сердца или до передачи пострадавшего медицинскому персоналу.

10 Повторяй реанимацию в соотношении 30 компрессий – 2 искусственных вдоха.

Искусственное дыхание и компрессии грудной клетки следует производить до появления самостоятельного дыхания и восстановления деятельности сердца или до передачи пострадавшего медицинскому персоналу.

11 Уложи в безопасном положении.

Если у пострадавшего появилось самостоятельное дыхание, уложи его в устойчивом боковом положении.



б) В случае реанимации младенцев, 30 нажатий грудной клетки мы ведем всего лишь двумя пальцами одной из рук. Также немного ниже линии сосков, на небольшую глубину – 1/3 грудной клетки.

Алгоритм действий при непроходимости дыхательных путей у ребенка до 1 года

01 Если ребенок кашляет эффективно, никаких вмешательств не нужно.

Побуждайте его кашлять и наблюдайте за его состоянием.

02 Если ребенок в сознании и кашляет не эффективно, или не кашляет совсем, немедленно зовите на помощь.

Уложите ребенка головой вниз. Помни о стабилизации головы грудного ребенка (правильно держите голову).

03 Выполни 5 ударов запястьем одной руки между лопатками.

Если удары в спину не смогли вытолкнуть инородное тело, а ребенок все еще в сознании, переходим к следующему шагу.



04 Проверьте дыхательные пути.

Пальцем приоткройте рот и проверьте может инородное тело находится в ротовой полости и вы можете его достать.



05 Сделайте двумя пальцами 5 нажатий на середине грудной клетки.

Поверните ребенка навзничь, удерживая ребенка головой вниз на своем предплечье и нажимайте на грудную клетку.



06 Если инородное тело успешно вытолкнуто, еще раз оцените состояние ребенка.

Существует возможность, что маленькие элементы сохранились в дыхательных путях ребенка. Если есть сомнения такого рода, обратитесь за медицинской помощью.

07 Если ребенок потерял сознание, действуйте согласно ситуации.

Не оставляйте ребенка на этой стадии; действия должны быть согласно алгоритму когда пострадавший без сознания.

Этапы уложения пострадавшего в безопасное (устойчивое, боковое) положение

01



Этап 1

Руку пострадавшего, которая находится ближе к тебе, согни в плечевом и локтевом суставе под углом 90 градусов.

02



Этап 2

Возьмите вторую руку и положите ее поперек грудной клетки, приложив его ладонь к его щеке.

03



Этап 3

Не отпуская этой руки, второй рукой возьмите ногу пострадавшего за внешнюю сторону под коленным суставом и потяните ее вверх, не отрывая ноги от земли.

04



Этап 4

Нажимая на колено, переверните пострадавшего к себе и уложите на бок. Стабилизируй позицию пострадавшего, сгиная ногу под углом 90 градусов.

05



Этап 5

Постарайтесь уложить пострадавшего так, чтобы ничего не вызывало сжатие грудной клетки и дыхательные пути были открыты. Каждую минуту оценивай функцию дыхания пострадавшего, ожидая прибытия профессиональных медицинских служб.

Ниже приведен способ переложения пострадавшего в ситуациях, когда он лежит на груди. **Помните! Никогда не переворачивайте жертву с подозрением повреждения спины**, если это не является необходимым. Если пострадавший дышит, оставьте его в существующем положении.

01



Этап 1

Встряхните за плечи. Спросите: "Все в порядке?". Если он не реагирует – позови на помощь и действуй.

02



Этап 2

Встаньте на колени перед жертвой так, чтобы вы могли видеть его лицо. Расположенную с другой стороны руку пострадавшего переместите вверх, уложив возле затылка. Выпрямите его ноги.

03



Этап 3

Поднимите одну ногу (ближнюю к вам) и проскользните рукой под поднятой ногой, положив ее на бедро другой ноги, выше колена. Другой рукой проскользните под рукой пострадавшего (ближняя к вам) и положите ее на лопатку больного.

04



Этап 4

Используя метод «рычага», переверните пострадавшего на спину. Сначала переверните на бок, потом аккуратно и медленно уложите на спину, удерживая голову.

05



Этап 5

Таким образом перевернув пострадавшего на спину, вы можете продолжать действия согласно ситуации, например оценить дыхание.

[Procedura udzielania pierwszej pomocy] jest dostępny na licencji Creative Commons „Uznanie autorstwa - Użycie niekomercyjne 4.0 Międzynarodowe” (CC BY-NC 4.0). Pewne prawa zastrzeżone na rzecz [Stowarzyszenia Europejskie Centrum Sportów i Ratownictwa]. Utwór powstał w ramach projektu [Polsko-Kazachskie Regionalne Centrum Edukacji Bezpieczeństwa i Ratownictwa VOL. 2.0], realizowanego przez [Stowarzyszenia Europejskie Centrum Sportów i Ratownictwa] przy wykorzystaniu środków Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności. Zezwala się na dowolne wykorzystanie treści – pod warunkiem zachowania niniejszej informacji, w tym informacji o stosowanej licencji, posiadaczach praw oraz o projekcie [Polsko-Kazachskie Regionalne Centrum Edukacji Bezpieczeństwa i Ratownictwa VOL. 2.0]



Przemiany w regionie

