

Pierwsza pomoc - BLS



Basic Life Support

Podstawowe Zabiegi Resuscytacyjne

- Podjęcie RKO (resuscytacji krążeniowo- oddechowej) przez świadków zdarzenia jest kluczowym działaniem przed przyjazdem karetki pogotowia.
- Wczesne podjęcie resuscytacji i prawidłowe wykonanie defibrylacji (w ciągu 1-2 minut) skutkuje przeżywalnością powyżej **60%**.
- W Europie przeżycia do wypisu ze szpitala wynoszą obecnie około **5-10%**

Sekwencja czynności w BLS

1. Oceń bezpieczeństwo
2. Oceń przytomność
3. Zapewnij sobie pomoc
4. Udrożnij drogi oddechowe
5. Oceń oddech
6. Zadzwoń 112/999
7. 30 uciśnień
8. 2 oddechy

Oceń bezpieczeństwo

- miejsca
- uszkodzowanego
- swoje
- osób postronnych



Oceń przytomność

- potrząśnij delikatnie za ramiona,
- zapytaj co się stało,
- jeśli odpowiada zostaw w pozycji zastanej, dowiedz się co się stało.



Jeśli nie odpowiada



Zapewnij sobie pomoc

- poproś kogoś ze świadków aby był gotowy do udzielenia Ci pomocy



Udrożnij drogi oddechowe

- odchyl delikatnie głowę poszkodowanego do tyłu



Oceń oddech

10 sekund

- obserwuj klatkę piersiową (czy się unosi)?
- czy słyszysz oddech?
- czy czujesz oddech?



Brak oddechu

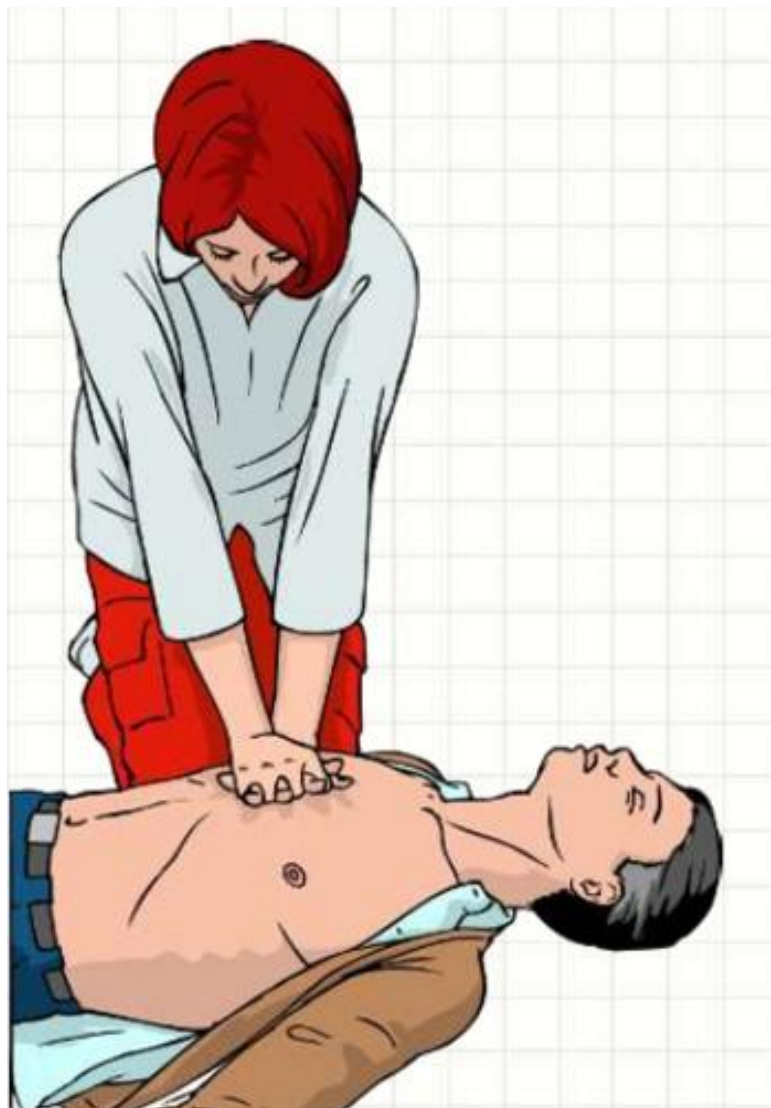


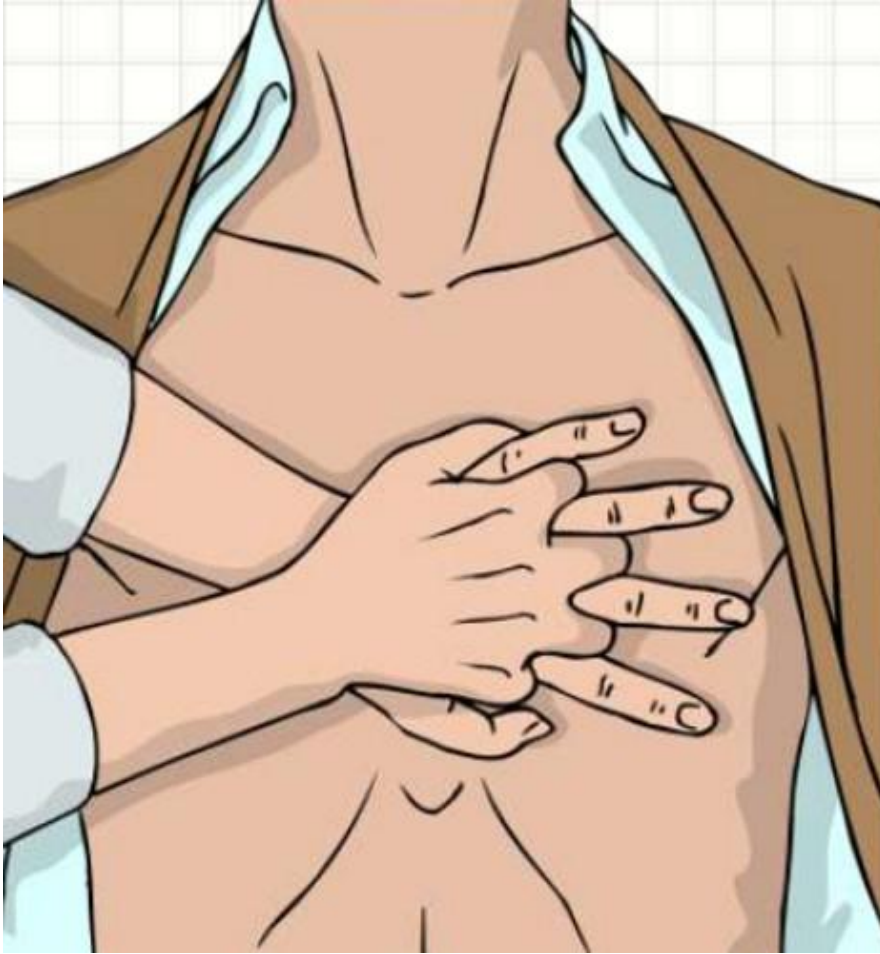
Wezwij pomoc – zadzwoń 112/999

- poproś uprzednio wybraną osobę aby zadzwoniła po fachową pomoc



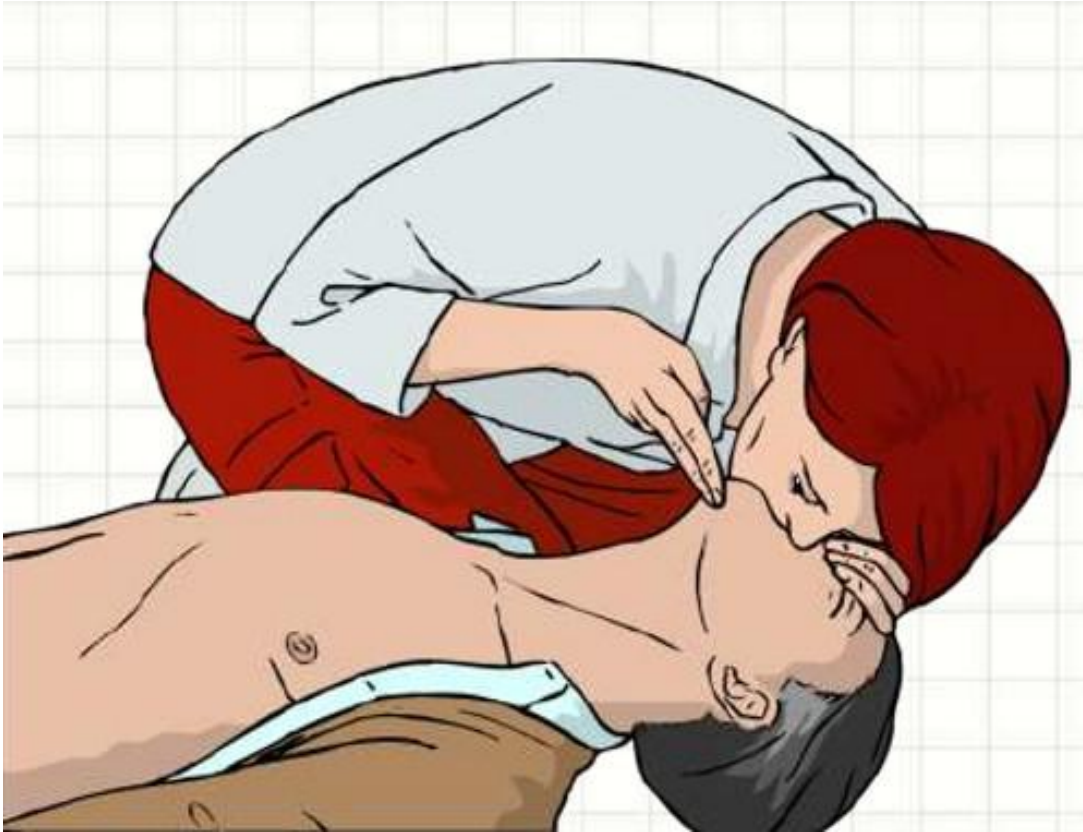
Wykonaj 30 uciśnień klatki piersiowej



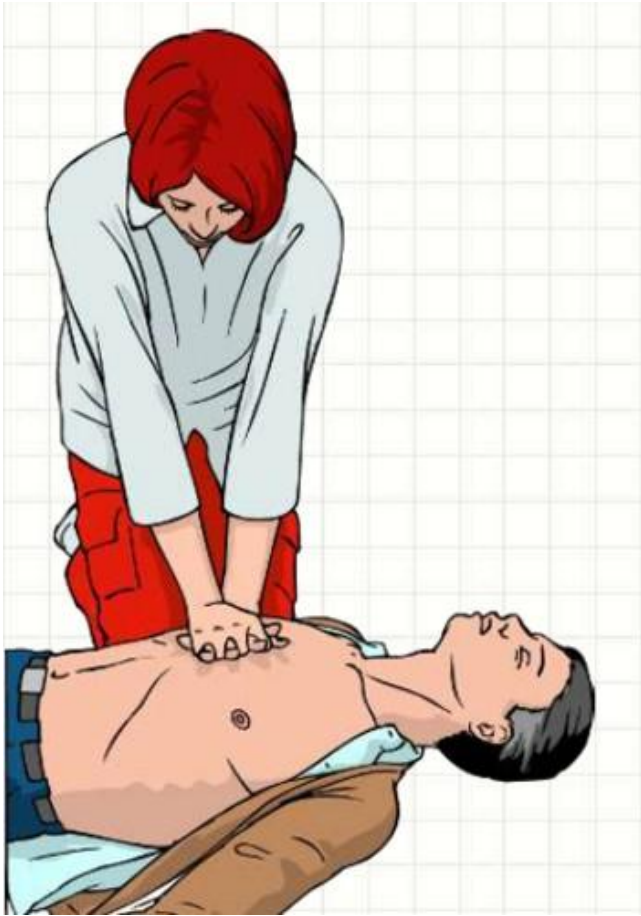


- połóż jedną rękę na środku klatki piersiowej, oprzyj ją nadgarstkiem
- połóż na niej drugą rękę i spleć palce
- uciskaj klatkę piersiową (ręce wyprostowane w łokciach)
 - ok. 100 uciśnień/min.
 - głębokość ok. 5-6 cm
 - równy czas uciśnięcia i powrotu (relaksacji)
 - nie odrywamy rąk od klatki piersiowej

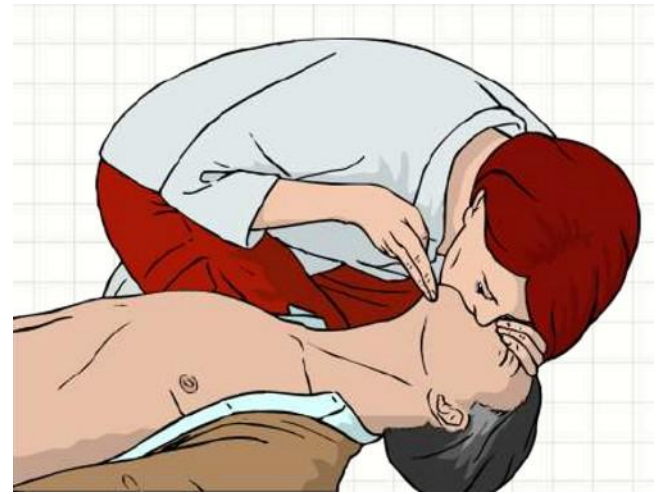
2 oddechy



- zaciśnij nos poszkodowanego
- obejmij wargami usta poszkodowanego
- dmuchaj dopóki nie uniesie się klatka piersiowa (przez około 1 sekundę)
- pozwól klatce opaść
- powtórz



30



2

AED

Automated **E**xternal **D**efibrillator



Z każdą minutą która upływa od zatrzymania krążenia do defibrylacji jeśli świadkowie nie podejmą RKO szanse przeżycia spadają o 10-12%!

Aktualnie użycie AED jest integralną częścią BLS!

1. Oceń bezpieczeństwo
2. Oceń przytomność
3. Zapewnij sobie pomoc
4. Udrożnij drogi oddechowe
5. Oceń oddech
6. Zadzwoń 112/999
7. 30 uciśnień
8. 2 oddechy

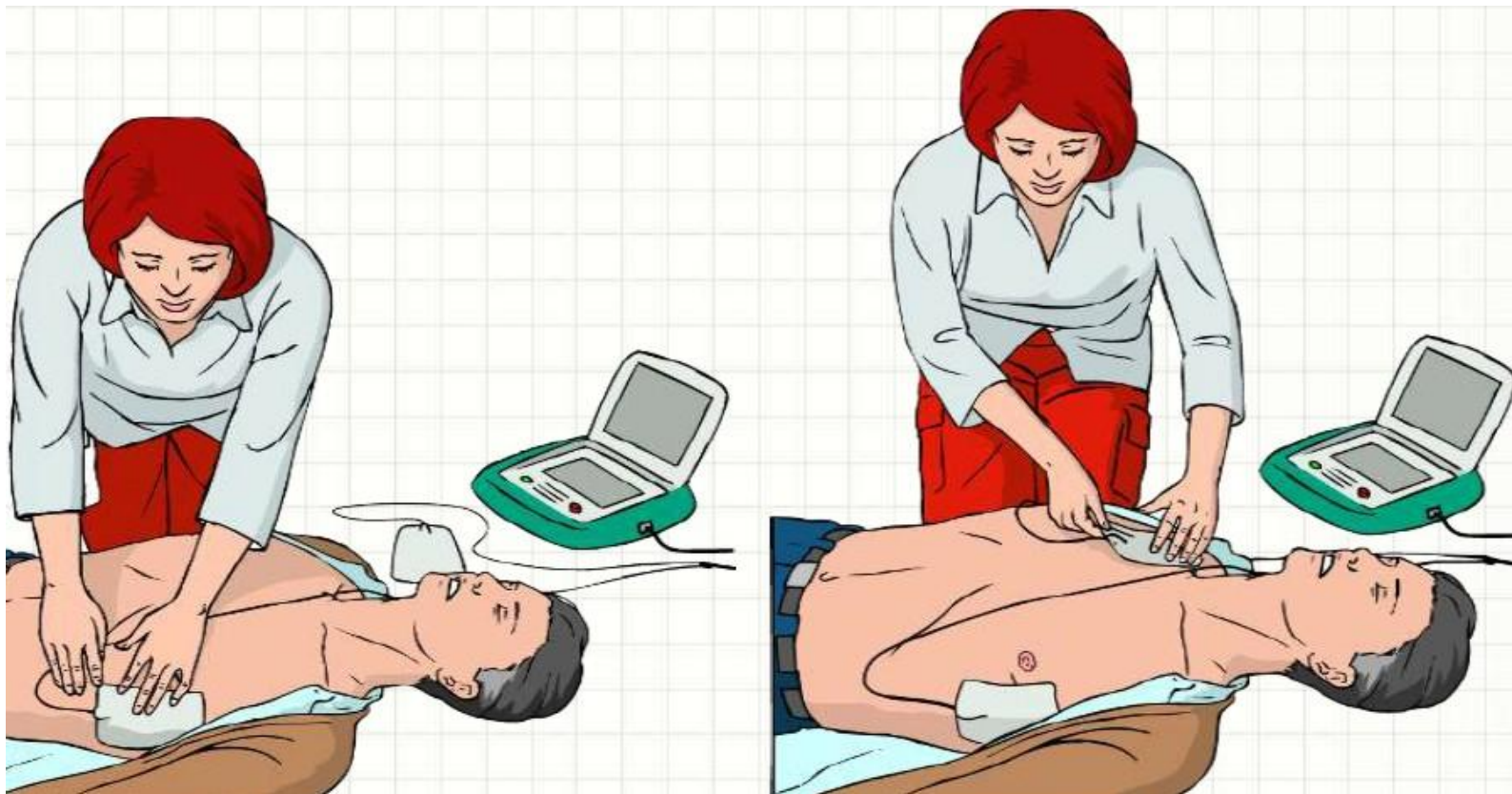
1. Oceń bezpieczeństwo
2. Oceń przytomność
3. Zapewnij sobie pomoc
4. Udrożnij drogi oddechowe
5. Oceń oddech
6. Zadzwoń 112/999
7. Uruchom AED
8. Postępuj zgodnie z jego poleceniami

Uruchom AED

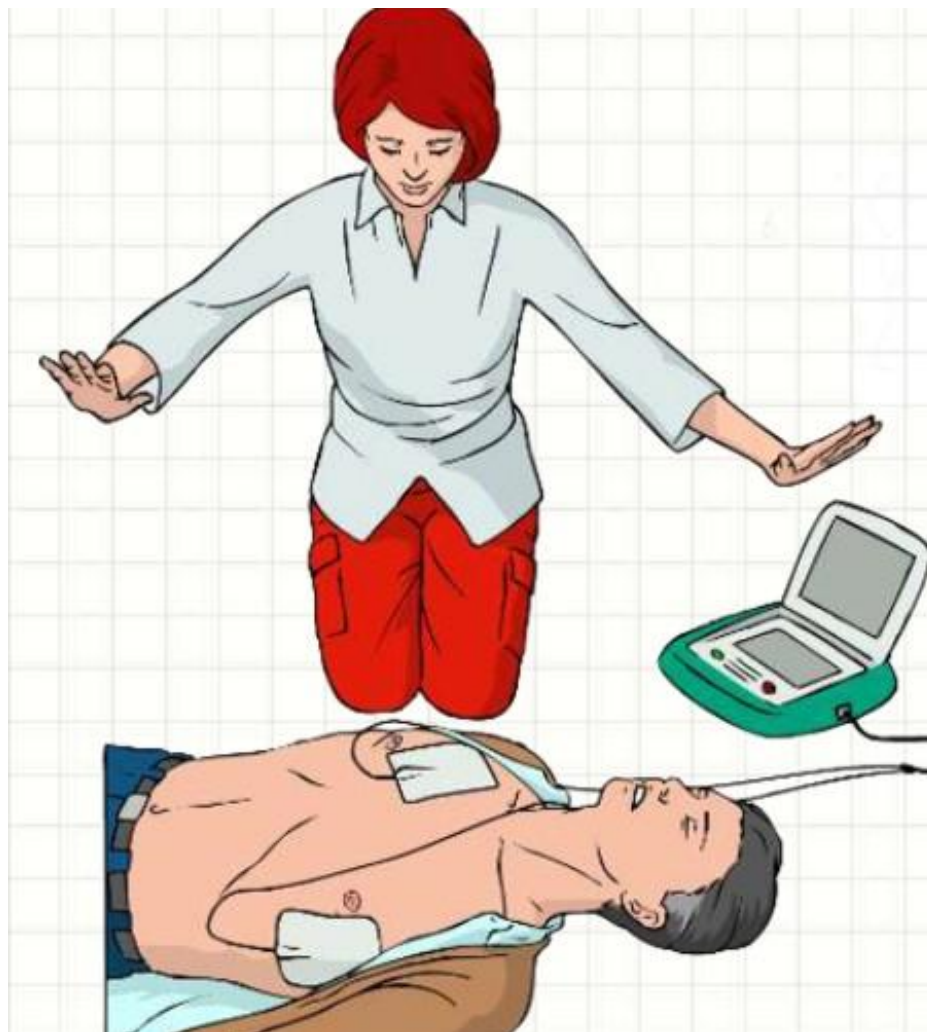
- naciśnij przycisk ON/OFF
- niektóre AED uruchamiają się po podniesieniu pokrywy



Naklej elektrody na odsłoniętą klatkę piersiową poszkodowanego

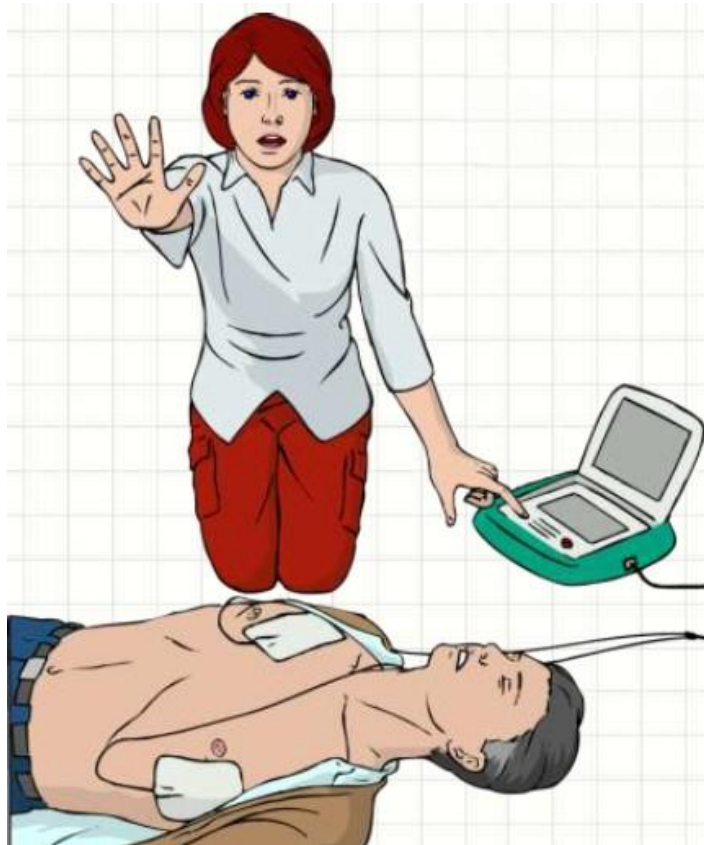


Analiza – nie dotykaj uszkodzanego

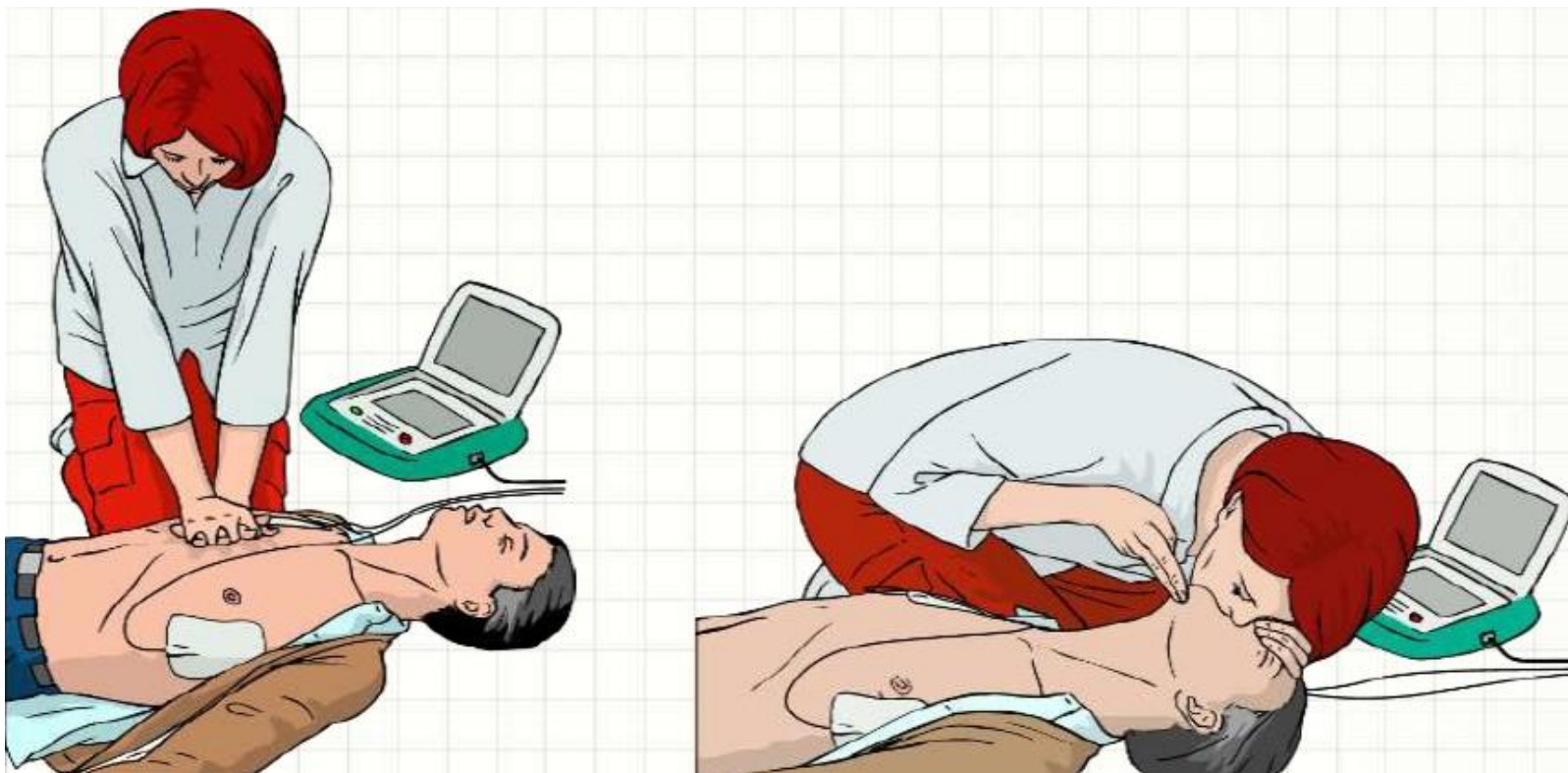


Defibrylacja zalecana

- odsuń się,
- uważaj aby nikt nie dotykał poszkodowanego
- wykonaj defibrylację poprzez naciśnięcie przycisku (impuls można wyzwolić tylko ręcznie!)



Po wykonaniu defibrylacji postępuj zgodnie z poleceniami AED



30

2

AED pracuje w cyklu dwuminutowym

Defibrylacja niezalecana - postępuj zgodnie z poleceniami AED



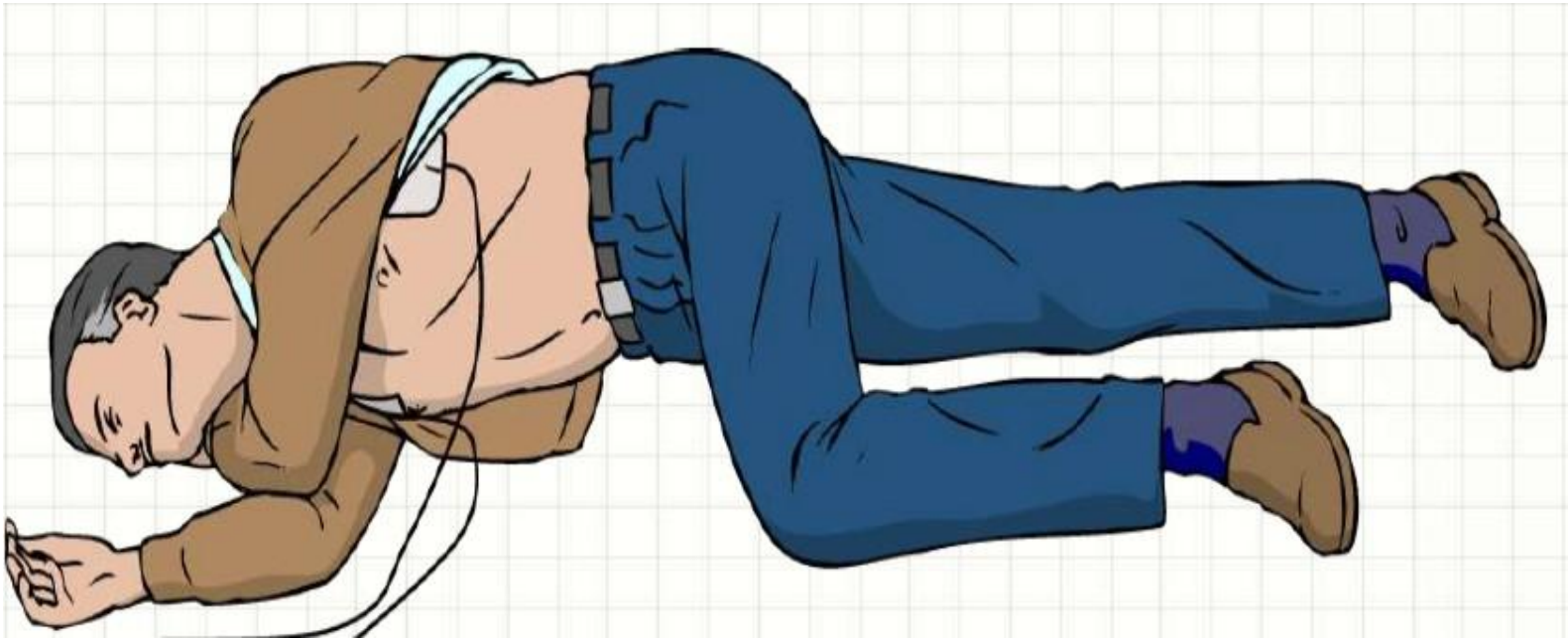
30



2

Poszkodowany zaczął prawidłowo oddychać

- nie wyłączaj AED, nie odpinaj elektrod,
- ułóż w pozycji bezpiecznej,
- okresowo oceniaj stan poszkodowanego



Pozycja boczna bezpieczna

