MLADINEC I – PRVA POMOČ

***NUDENJE PRVE IN NUJNE MEDICINSKE POMOČI***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | *TEORIJA* | *PRAKSA* |
| ***Pravilen pristop na kraj intervencije*** | 1. VARNOST: preveriš, če je varno (pozna nevarnosti, ki pretijo na intervenciji) 2. ZAVEST: preveriš, ali je oseba pri zavesti 3. DIHALNA POT: preveriš, ali ima oseba kaj v ustih (dihalni poti), odstranimo vse, kar ima v ustih 4. DIHANJE: preveriš, ali oseba diha 5. KRVNI OBTOK: potipaš srčni utrip | 1. Pristopi k poškodovancu s prednje strani in preveri, ali je okolica varna (lahko vpraša mentorja) 2. Poklekne k poškodovancu, ga prime za ramena, rahlo strese, se predstavi ter vpraša, kaj se je zgodilo. Če se poškodovanec odzove, ugotovi, da je pri zavesti. 3. Pogleda v usta, ali vidi kakšno oviro v dihalni poti. 4. Glavo nagne proti poškodovančevim ustom (z ušesom), čuti oz. posluša dihanje in opazuje dvigovanje prsnega koša. 5. Na vratu oz. zapestju preveri, ali čuti srčni utrip. |
| ***5 neposrednih nevarnosti za življenje*** | Otrok našteje:   * nezavest * zastoj dihanja (ali oseba ne diha) * hujše krvavitve * šok (ni enako kot šok, ko se ustrašimo) * zastrupitve | Otrok prepozna in primerno ukrepa:   * nezavest (bočni položaj) * zastoj dihanja (pregled tujkov v dihalih) * hujše krvavitve (kompresijska obveza) * šok (prepozna bledo polt) * zastrupitve (prepozna bruhanje) |
| ***Osnovne življenjske funkcije*** | * zavest (ali je poškodovani pri zavesti ali ne) * dihanje (ali oseba diha ali ne) * srčni utrip (ali ga začutimo ali ne) | Ko otrok varno pristopi k poškodovancu, poklekne k njemu, ga prime za ramena, rahlo strese in glasno ogovori. Ugotovi, da je poškodovanec pri zavesti, če se odzove (četudi le stoka) in da je nezavesten, če se ne odzove. |
| Dihalno pot sprosti tako, da poškodovanca prime za glavo (pod brado) in brado rahlo zvrne nazaj. Glavo nagne proti poškodovančevim ustom (z ušesom), čuti oz. posluša dihanje in opazuje dvigovanje prsnega koša. |
| ***Osnovni položaji naglo obolelih*** | * Položaj za nezavestnega – stabilen bočni položaj * Položaj pri oživljanju ter pri šoku zaradi krvavitve ter šoku zaradi alergične reakcije (na hrbtu z rahlo dvignjenimi nogami) * Položaj pri poškodbi hrbtenice (na hrbtu; oz. poškodovanca ne premikamo) * Položaj pri poškodbah prsnega koša, bolečini za prsnico in pri težavah z dihanjem (polsedeč položaj, podložimo hrbet) * Položaj pri poškodbah trebuha, bolečini v trebuhu (leže na hrbtu, podložena kolena ter glava in vrat do začetka prsnega koša) | Naglo obolele namesti v ustrezen položaj glede na njihovo stanje. |
| ***Oprema za PP v PGD*** | Mentor si skupaj z otroki ogleda opremo za PP v PGD, jo predstavi in predstavi namen uporabe. Oprema v PGD se razlikuje glede na posamezna društva. Osnovno opremo zna uporabljati | |
| ***TPO*** | ALGORITEM OŽIVLJANJA:   1. Preveri, ali je oseba pri zavesti (če je oseba pri zavesti, preverimo njeno stanje, jo spremljamo in zavarujem ter poiščemo pomoč, če je to potrebno; če je oseba nezavestna, pokličemo pomoč in izvajamo TPO) 2. Sprostimo dihalno pot. 3. Ocenimo dihanje (če oseba diha, jo namestimo v ustrezen položaj, če oseba ne diha poiščemo pomoč in nadaljujemo z izvajanje TPO). 4. Izvajamo stise prsnega koša in vpihe v razmerju 30:2 (pri utopljencih in otrocih začnemo s 5 vpihi, nato nadaljujemo s stisi in vpihi v razmerju 30:2). | |
| ***Namen AED*** | AED je naprava, ki zazna zastoj srca pri človeku in ga s pomočjo električnega toka prekine (srce spet začne biti). | Uporaba AED:   * izvajamo TPO * elektrode namestimo na prsni koš * sledimo navodilom (vmes izvajamo TPO) |
| Delovanje AED:   1. AED analizira bolnikov srčni utrip. 2. AED prepozna, ali je bolnika potrebno defibrilirati (vsiliti srcu ustrezen srčni ritem). 3. Uporabniku (kdor ga uporablja) svetuje »defibrilirajte« ali »ne defibrilirajte«. |
| ***Ukrepi pri tujkih v dihalnih poteh*** | Otrok prepozna in izvede ukrepe:   * lažja zaporo dihalnih poti (oseba govori, pomaga kašelj) 🡪 osebo spodbujamo h kašlju * težja zaporo dihalnih poti (oseba ne more govoriti, kašelj ne pomaga) 🡪 5 udarcev po hrbtu (sredina hrbta med lopaticami), če ni spremembe sledi 5 pritiskov na trebuh (poišče sredino trebuha, močno pritisne navzgor in navzoter). Če je oseba nezavestna, izvajamo TPO. Pri težji zapori dihalne poti pokličemo 112. | |
| ***Nezavest*** | Razlogi za nezavest:   * poškodbe * bolezni * okolje (slab zrak, jemanje krvi ipd.) |  |
| Postopki obravnave (otrok opiše in izvede):   * Omedlevica: poleži ga na hrbet in mu dvigni noge * Epileptični napad: bolnika obrni na bok in ga zavaruj (odstrani vse predmete, kamor bi se lahko udaril), pokliči 112 * Možganska kap: če je oseba nezavestna jo daj v stabilen bočni položaj, TAKOJ pokliči 112. | |
| ***Rane*** | Vrste ran:   * PRASKE (tudi odrgnina) nastanejo, če se opraskamo. * UREZNINE nastanejo ob poškodbi z ostrim predmetom (npr. z nožem, listom papirja…) * RAZTRGANINE nastanejo ob udarcu (npr. padcu na tla) ali ob udarcu s topim predmetom * VBODNINE običajno nastanejo pri poškodbi z žeblji, iglami itd. * UGRIZNINE nastanejo pri ugrizu (običajno živali). | Izvede ukrepe za zaustavitev krvavitve:   * PRITISK ARTERIJE OB KOST: otrok pritisne na ustrezno mesto na nadlahti ali stegnu ob kost * KOMPRESIJSKA PREVEZA: otrok na rano položi sterilno gazo, na katero položi zvit povoj. Oboje skupaj nato močno povije. * DIREKTEN PRITISK NA KRVAVEČE MESTO: Otrok na rano položi sterilno gazo ter z roko pritisne na rano. * ESMARCHOVA PREVEZA: Otrok nad mesto utrganine zaveže primerno širok trak. Na ta trak pritrdi trši podolgovat predmet (lahko zatakne v vozel) in ustrezno »privije« vozel, da zaustavi krvavitev. |
| Oskrba navadnih ran:   1. Na rano položi sterilno gazo. 2. Rano obveže. 3. Ud imobilizira. |
| Posledice nastanka ran so lažje ali težje krvavitve. |
| ***Zlomi, izvini, izpahi*** | Ukrepi: prizadeti ud imobiliziramo nad in pod poškodbo.  Imobilizacija: postopek v prvi pomoči, s katerim dosežemo, da  poškodovanega uda ne moremo premikati med dvema sklepoma (kjer je nastala poškodba) in s tem poslabšati poškodbe 🡪 kost ostane na svojem mestu  Postopek imobilizacije: ob poškodovan ud s povoji ali trikotnimi rutami pritrdimo trdo oporo. | Prepozna in oskrbi:   * ZAPRT ZLOM: ud imobiliziramo v dveh sklepih (s povoji ali trikotnimi rutami pritrdimo dovolj dolgo trdo oporo) * ODPRT ZLOM: najprej oskrbimo rano (pokrijemo s sterilno gazo), nato ud imobiliziramo v dveh sklepih (ob ud na nasprotni strani rane s povoji ali trikotnimi pritrdimo dovolj dolgo trdo oporo)   Otrok izvede imobilizacijo s klasičnimi pripomočki in improviziranimi pripomočki. |
| ***Poškodbe hrbtenice*** | Mehanizmi, ki kažejo na poškodbo hrbtenice: prometne nesreče, padci z višine … | Otrok si ogleda okoliščine poškodbe in prepozna osebo s sumom na poškodbo hrbtenice. |
| Postopek obravnave: poškodovanca NE premikamo, pokličemo 112 |
| Osnovna imobilizacija: |
| Kdaj je potrebno premakniti osebo s sumom na poškodbo hrbtenice: ko je ogroženo njegovo življenje (npr. prometna nesreča z grožnjo gorečega vozila, potreba po oživljanju). |
| ***Opekline*** | Otrok našteje (lahko poda tudi primer) vrste opeklin:   * običajna opeklina (se spečemo) * sončna opeklina * mehanska opeklina (npr. ko na vrv uide iz dlani in nas opeče) * električna opeklina (ko nas hudo strese elektrika) * kemične opekline (npr. ko se polijemo z močno kislino) | Otrok izvede pravilno oskrbo opeklin:   1. odstrani vir toplote (oz. pri sončnih opeklinah se sam odstrani s sonca) 2. odstrani oblačila 3. hladi z vodo oz. namesti opeklinski obkladek, če ga ima na voljo in če je to potrebno |