

Pirmā palīdzība

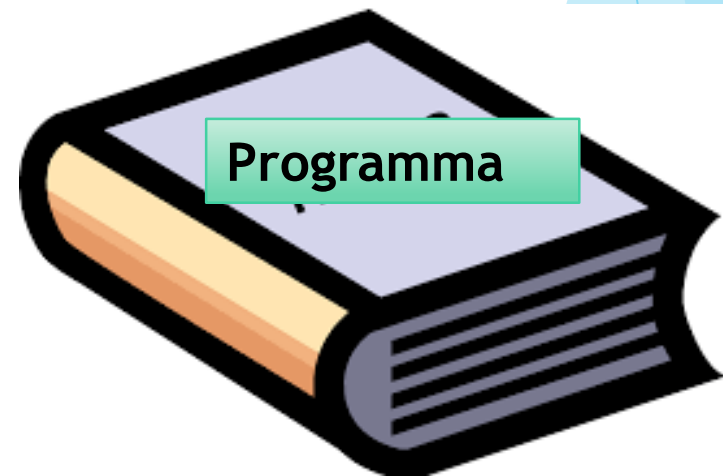


Lekt. Haralds Lučkovskis

**14.08.2012.(spēkā ar 30.08.2012.)MK noteikumi Nr.557.
“Noteikumi par apmācību pirmās palīdzības sniegšanā”**

Programmas saturs.

- 1. Ievads**
- 2. Rīcības secība negadījuma vietā**
- 3. Atdzīvināšanas pasākumi +**
- 4. Stipra asiņošana**
- 5. Termiskie bojājumi**
- 6. Ķīmisko vielu izraisītie nelaimes gadījumi**
- 7. Elektrotrauma**
- 8. Slīkšana**
- 9. Traumas**
- 10. Dzīvnieku izraisīti nelaimes gadījumi**
- 11. Svešķermeņi**
- 12. Slimības**
- 13. Aptiecinās saturs**



Pirmās palīdzības pamatprincipi

- Vienkāršs algoritms;
- Universāls algoritms;
- Viens glābējs;
- Pieaudzis cietušais;
- Minimāli palīglīdzekļi;
- Neizmantojam medikamentus;
- Glābēja drošības princips;
- Vienota programma valstī.

Kāpēc sniedz pirmo palīdzību ?

- Līdzjūtība, empātija;
- Altruistiskais egoisms—“ dots devējam atdodas”;
- Sevis projicēšana cietušā vietā;
- Kompetence;
- Pienākuma apziņa;
- Stāvoklis (amats; Dzimums uzliek pienākumus);
- Apkārtējo cilvēku “spiediens”;
- Pazīstams cietušais;
- Tuvumā nav citu cilvēku.



APTIECIŅA

3.08.2010.(spēkā no 07.08.2010.) MK.nr.713

- 1. Vienreiz lietojami cimdi iepakojumā – 2 pāri**
- 2. Špraužamadatas – 4**
- 3. Šķēres (10–14 cm) ar noapaļotiem galiem – 1**
- 4. Mākslīgās elpināšanas maska ar vienvirziena gaisa vārstuli iepakojumā – 1**
- 5. Trīsstūrveida pārsējs (96 x 96 x 136 cm) iepakojumā – 2**
- 6. Leikoplasts (2–3 cm) spolē – 1**
- 7. Brūču plāksteri (dažādu izmēru) sterilā iepakojumā – 15**
- 8. Tīklveida pārsējs Nr.3 (40 cm) – 3**
- 9. Marles saites (4 x 0,1 m) sterilā iepakojumā – 4**
- 10. Marles saites (4 x 0,05 m) sterilā iepakojumā – 2**
- 11. Pārsienamās paketes sterilā iepakojumā – 2**
- 12. Marles komplekts (600 x 800 mm) sterilā iepakojumā – 1**
- 13. Marles komprese (400 x 600 mm) sterilā iepakojumā – 1**
- 14. Marles komprese (100 x 100 mm) sterilā iepakojumā – 5**
- 15. Foliijas sega (viena puse metalizēta, otra – spilgtā krāsā) iepakojumā – 1**
- 16. Medicīnisko materiālu saraksts valsts valodā – 1**





**Rīcības secība
negadījuma vietā**

Nelaiimes gadījumi



- Mājās,
- Uz ielas,
- Atpūtā,
- Darbā.

- Redzot,
- Dzirdot,
- Jūtot (pieskaroties cietušajam).



Rīcības secība negadījuma vietā.

- Saglabā mieru,
- Novērtē situāciju, tai skaitā esošās un draudošās briesmas!
- Rīkojies ātri, droši, bet mērķtiecīgi!
- Nebaidies no kļūdām!
- Sargā pats sevi!



Glābšanas ķēdīte



Tūlītēji pasākumi

Pasākumu komplekss, kas jāveic pirms palīdzības izsaukšanas, lai saglabātu cietušā vai saslimušā dzīvību:

- Briesmu avotu novēršana: *noslēdz gāzi, nodzēs liesmu, atslēdz elektrību, uzstādi brīdinājumu zīmes.*

- Dzīvības glābšanas pasākumi: *asiņošanas apturēšana*



Palīdzības izsaukšana

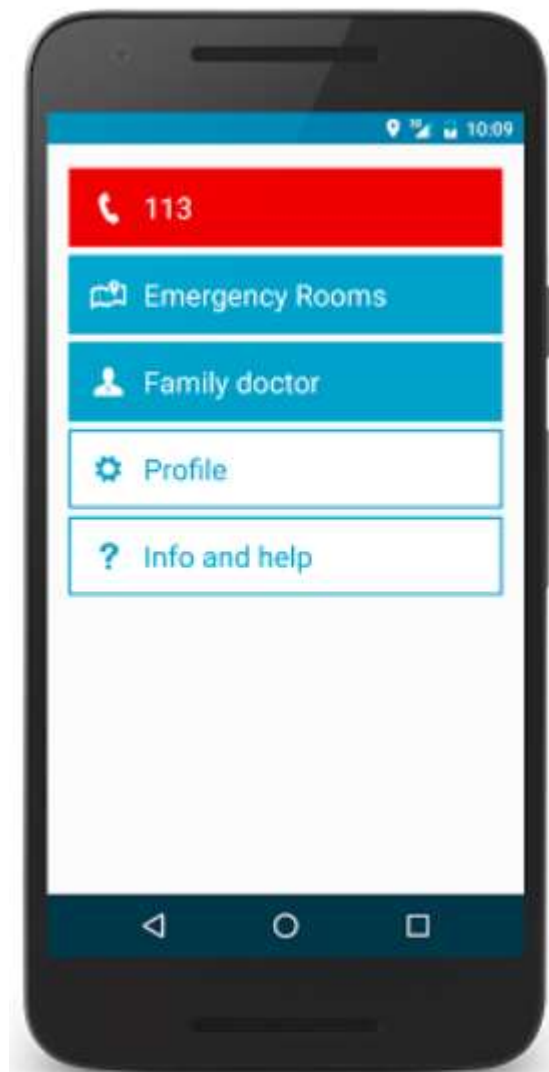
- Sauc pēc citu palīdzības.
- NMP lai sauc cits, ne tu!

TU proti palīdzēt!



- **113** – Neatliekamās palīdzības dienests
- **112** – Glābšanas dienests VUGD
- **eVeselības Punkts**

neatliekamās palīdzības izsaukšana



ZIŅO

- **Kur** noticis,
- **Kas** noticis,
- **Cik** cietušo vai slimo,
- Nepārtrauc sarunu, pirms to nav izdarījis dispečers.



Neatliekamas medicīniskās palīdzības dienests

Atgriezies pie cietušā un turpini sniegt palīdzību, līdz NMP ierašanās brīdim.

Cietušā aprūpe.



Cietušā aprūpe ietver sekojošas darbības:

- pirmā palīdzība līdz neatliekamās palīdzības ierašanās brīdim;
- sniedzot palīdzību, jārunā ar cietušo;

Psiholoģiskais atbalsts

- runā mierīgi, nomierinoši, bet pārlicinoši;
- iepazīstini ar sevi;
- uzklausi cietušo;
- neatstāj cietušo vienu;
- informē cietušo par savām (glābēja) darbībām;
- informē cietušo par notiekošo (reālā pozitīvā informācija);
- uzturi vieglu kontaktu ar cietušā ķermeni;
- neko nepārmet;
- pasargā cietušo no ziņkārīgajiem;
- paziņo cietušā radniekiem par notikušo.

Glābšanas ķēdīte





ATDZĪVINĀŠANAS PASĀKUMI

**Pārliecinies par savu un apkārtējo drošību.
Pārbaudi cietušā samaņu: saudzīgi papurini cietušo
aiz pleciem un skaļi uzrunā cietušo.**



ja cietušais reaģē/atbild, tātad ir pie samaņas:

- atstāj cietušo tādā pašā pozā, kādā atradi vai piedāvā cietušajam nogulties vēlamajā pozā;
- centies nodibināt ar cietušo kontaktu, mierini, nepārmet;
- pasargā cietušo no apkārtējās vides iedarbības;
- centies noskaidrot, kas noticis ar cietušo un sniedz nepieciešamo palīdzību;
- ja nepieciešams, izsauc neatliekamo palīdzību;
- aprūpē un mierini cietušo;
- regulāri atkārtoti pārbaudi cietušā samaņu;

...ja cietušais
nereagē/neatbild, tad
uzskati, ka viņš
zaudējis samaņu.



3.Sauc palīgā citus.

**Novieto cietušo uz muguras, uz cieta pamata.
Atbrīvo elpceļus, atliecot galvu un paceļot zodu.**





Slēgti elpceļi



Atvērti elpceļi

6. Pārbaudi un izvērtē elpošanu - redzot, dzirdot un jūtot, ne ilgāk kā 10 sekundes.



- Redzot,
- Dzirdot,
- Jūtot.

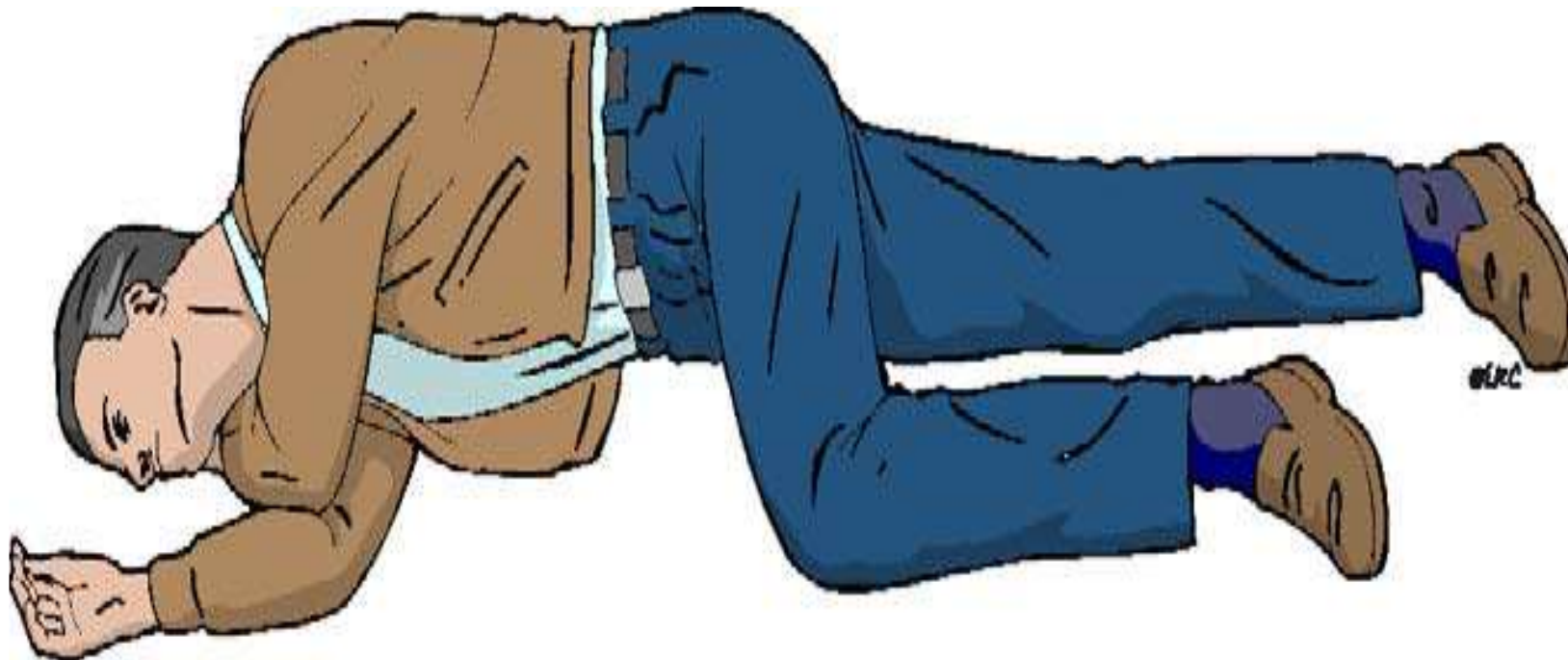
10 sek.

Izsauc NMP



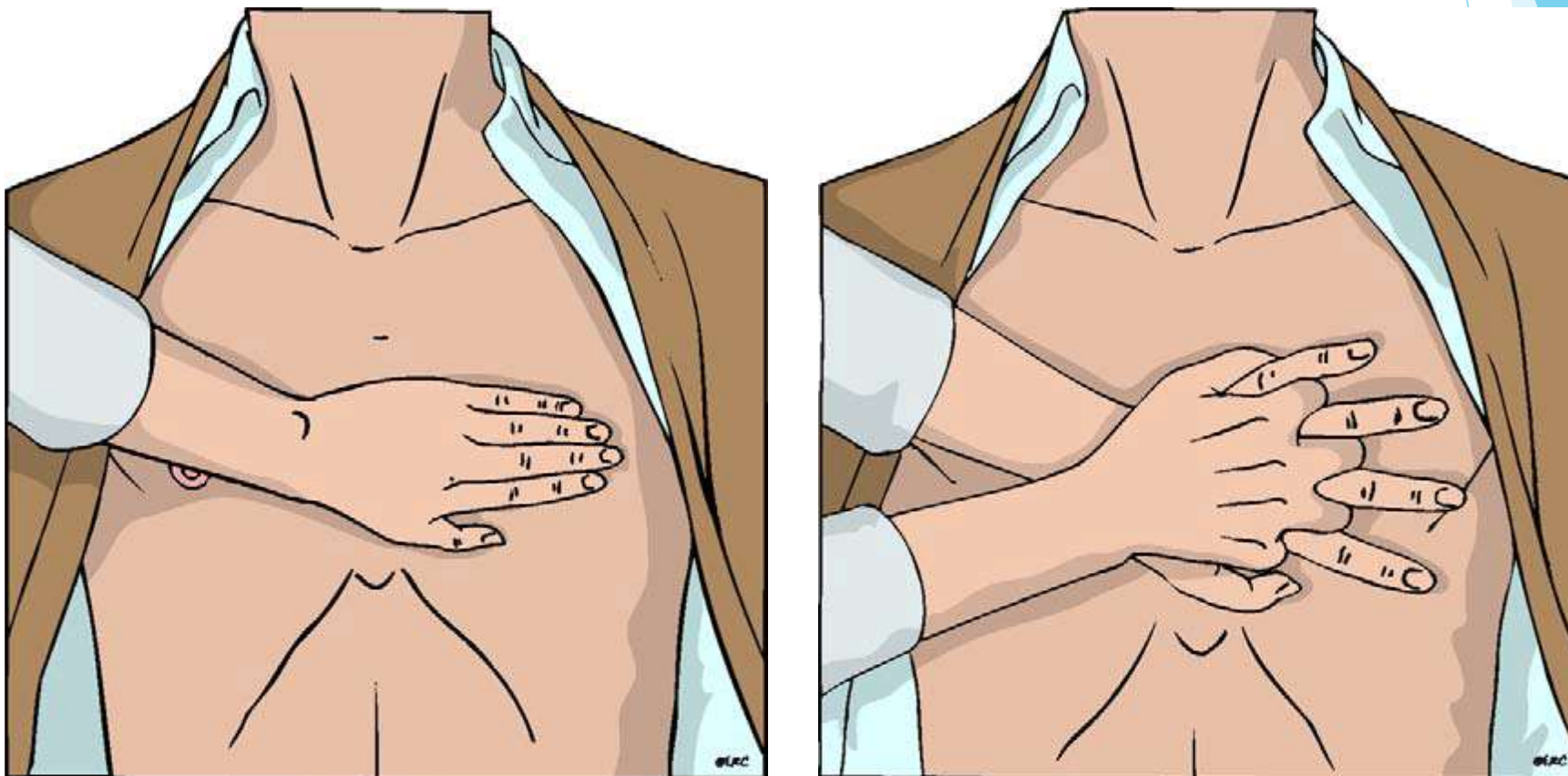
ja cietušais elpo normāli:

- novieto cietušo stabilā sānu pozā;
- atkārtoti pārbaudi cietušā elpošanu;



Sirds masāža

- atbrīvo sirds masāžas vietu no apģērba, **rokas novieto krūškurvja vidū** un uzsāc sirds masāžu:

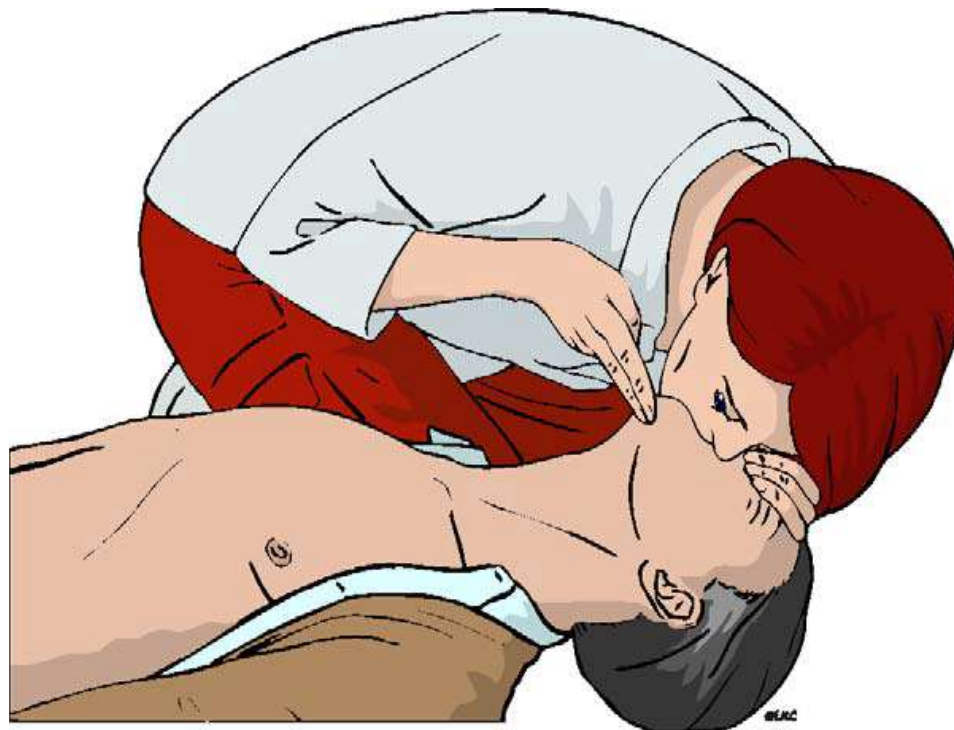


- veic **30** sirds masāžas;
- sirds masāžas temps **100 - 120** reizes minūtē;
- sirds masāžas dziļums **5 – 6** cm.



Veic 2 elpināšanas „mute – mutē”:

- atbrīvo elpceļus, atliecot galvu un paceļot zodu;
- aizspied cietušā degunu;

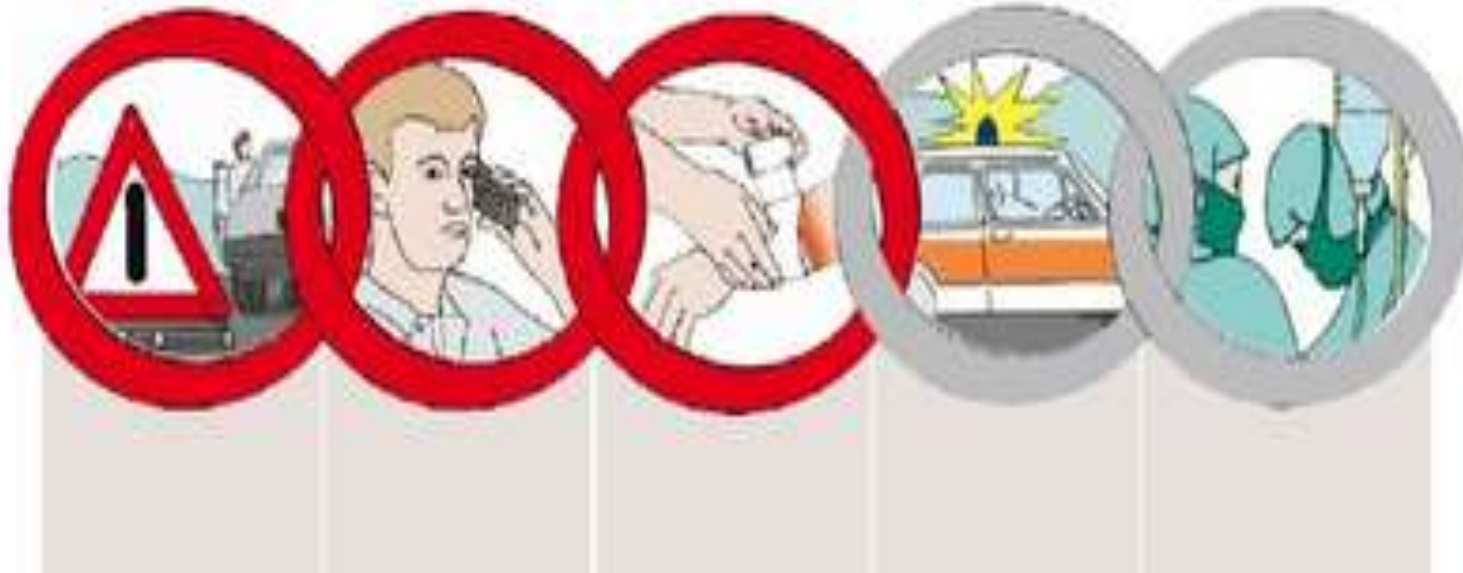


**Turpini masēt un elpināt attiecībā
30 : 2.**

Ja pēc pirmā elpināšanas mēģinājuma krūškurvis nepaceļas, tad pirms nākošās elpināšanas:

- paskaties cietušā mutē un izņem visus redzamos svešķermeņus;
- pārbaudi vai cietušā galva ir atliekta un zods pacelts;
- pārbaudi vai ir aizspiests cietušā deguns;
- neveic vairāk kā 2 elpināšanas.

Glābšanas ķēdīte



Tūlītējie
pasākumi

ĀP
izsaukšana
113; 112

Cietušā
aprūpe

Transports
uz
slimnīcu

Slimnīca

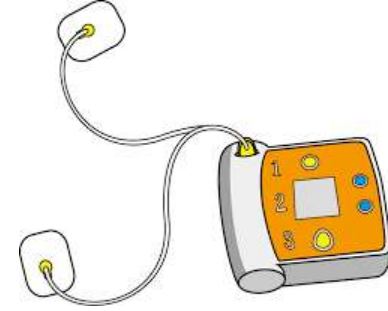
Ja nevari vai negribi izdarīt elpināšanu, veic tikai sirds masāžu:

- sirds masāža jāizdara nepārtraukti, bez pauzēm;
- sirds masāžas temps 100 - 120 reizes minūtē.

Atdzīvināšanas pasākumus pārtrauc tikai tad ja :

- ierodas neatliekamā palīdzība un pārņem cietušā atdzīvināšanu;
- cietušais sāk kustēties, atver acis un sāk normāli elpot;
- Tavi spēki izzūd.

*Jebkurā nelaiimes gadījumā,
kad cietušais ir zaudējis
smaņu, jārīkojas pēc
atdzīvināšanas pasākumu
principiem*



Atdzīvināšanas pasākumi, ja
pieejams automātiskais
ārējais
defibrilators

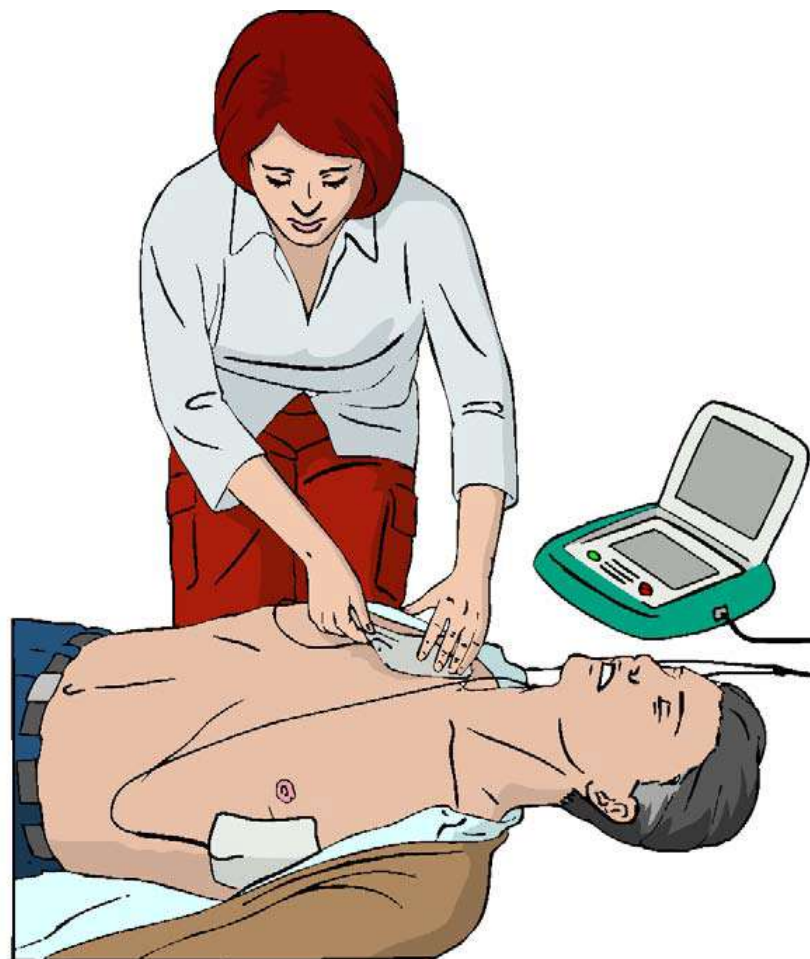
Tiklīdz atnests $\Delta \bar{A} D$



ieslēdz AĀD



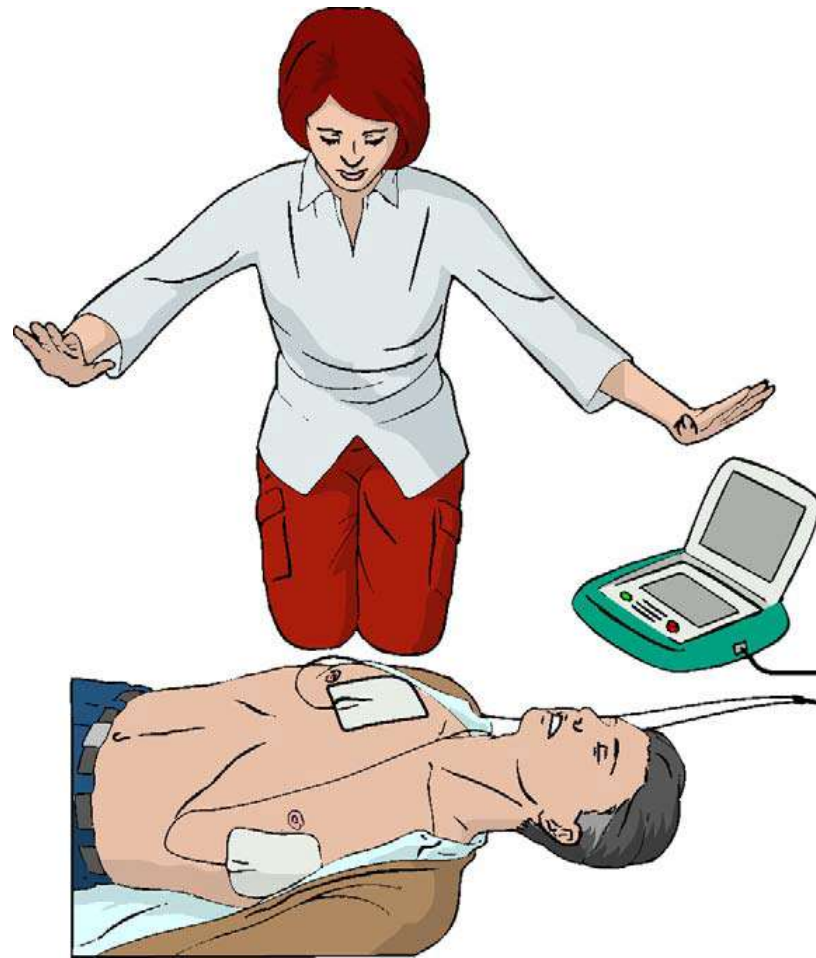
pielīmē elektrodus uz cietušā krūtīm



izpildi AĀD balss/ekrāna komandas



nodrošini, lai neviens nepieskaras cietušajam,
kamēr AĀD veic sirds ritma kontroli



ja AĀD dod komandu, ka nepieciešams šoks:
nospied AĀD pogu „SHOCK”
(ja AĀD ir pilnīgi automātisks, tas nodrošina elektrisko izlādi automātiski)



*nodrošini, lai neviens nepieskaras cietušajam;

turpini masēt un elpināt 30 : 2 un
izpildīt AĀD balss/ekrāna komandas



ja AĀD dod komandu, ka nav nepieciešams šoks

nekavējoties turpini masēt un elpināt 30 : 2;

turpini izpildīt AĀD balss/ekrāna komandas, līdz;

- ierodas neatliekama medicīniskā palīdzība un pārņem cietušā atdzīvināšanu;
- cietušais sāk kustēties, atver acis un sāk normāli elpot;
- Tavi spēki izsīkst



Dzīvībai bīstama asiņošana
(Stipra)



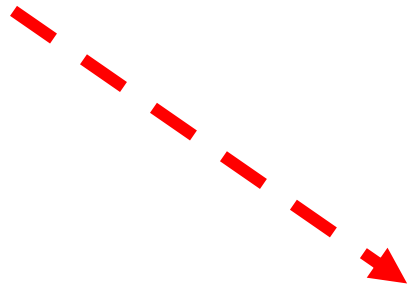
Stipra asiņošana

Kā noteikt, kā saprast???

Kā tas var izskatīties???

Dzīvībai bīstamas (**stipras**) asiņošanas pazīmes

- Redz daudz asiņu;
- Ir asiņainas drēbes;
- Asinis tek ar straumi;
- Asinis tek ar strūklu



Jebkuras stipras asiņošanas gadījumā jārīkojas kā dzīvībai bīstamas asiņošanas gadījumā!

Stipra asiņošana



- **Aizsargā sevi – uzvelc ūdens necaurlaidīgus priekšmetus (piem. VL cimdus);**
- **Atbrīvo brūci no apģērba;**

● **Aizspied brūci** ar pirkstu, plaukstu vai dūri, ja iespējams, izmantojot marles **kompresi** vai tīru **drēbes gabalu**;

- **Noguldi cietušo;**
- **Pacel asiņojošo ekstremitāti uz augšu;**
- **Pārlicinies vai asiņošana neturpinās;**

Stipra asiņošana

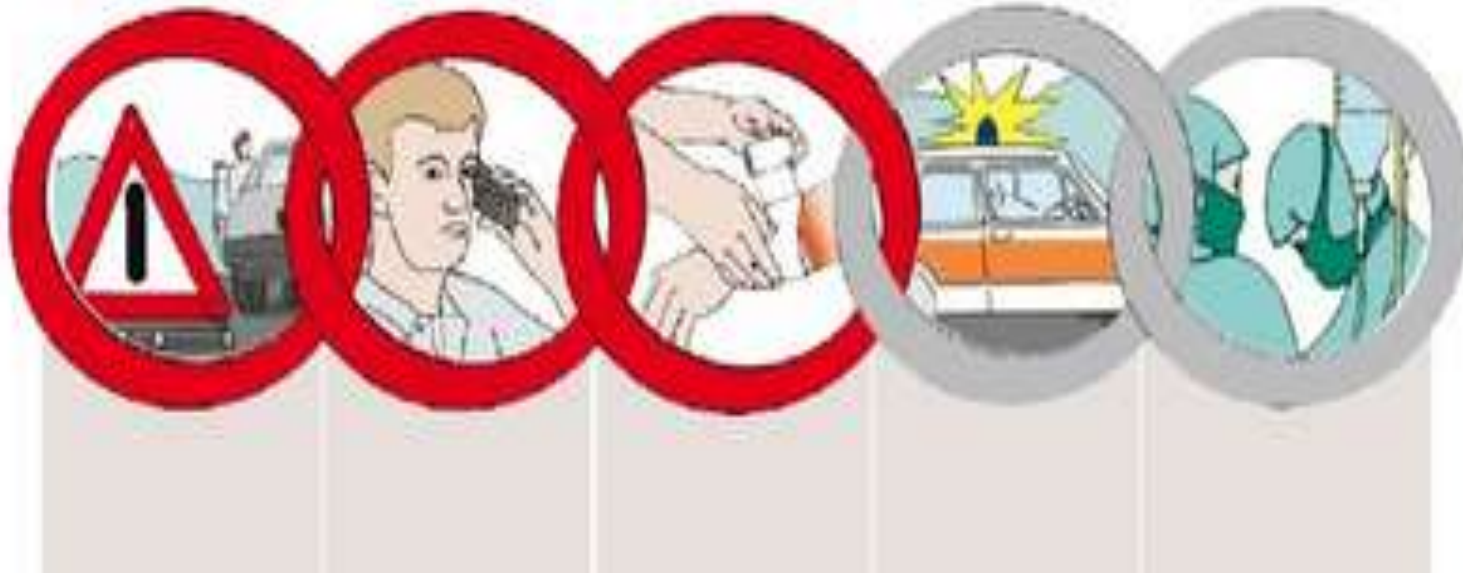
- **pārliecinies**, ka asiņošana ir apturēta;
- **piespied brūci stiprāk** uzliekot **vēl marles kompresi** vai **drēbes gabalu** pa virsu esošajam materiālam;
- **Izsauc NMP**;
- **Turi brūci aizspiestu līdz neatliekamās palīdzības atbraukšanai**;
- **Sasegt**;(neļauj atdzist)
- **Aprūpēt un nomierināt**.



Stipra asiņšana

Pārsējs - ???

Glābšanas ķēdīte



Tūlītējie
pasākumi

ĀP
izsaukšana
113; 112

Cietušā
aprūpe

Transports
uz
slimnīcu

Slimnīca

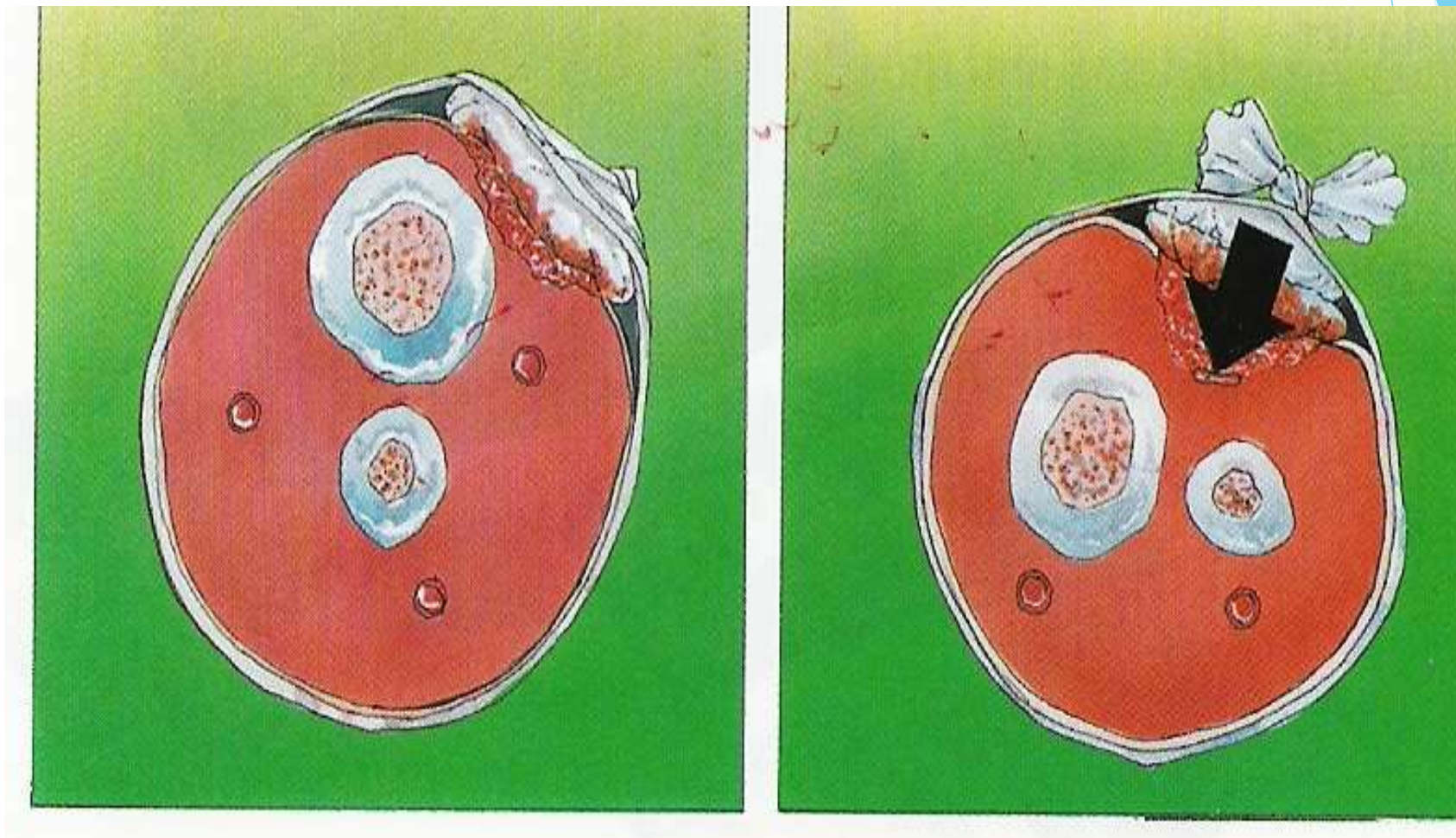
Stipra asiņošana rokā vai kājā un ir pieejami pārsienamie materiāli

- Aizsargā sevi - uzvelc VL cimdus;
- Atbrīvo brūci no apģērba;
- Aizspied brūci ar pirkstu, plaukstu vai dūri, ja iespējams, izmantojot marles kompresi vai tīru drēbes gabalu;
- Noguldi cietušo;
- Pacel asiņojošo ekstremitāti uz augšu;
- **Uzliec spiedošu pārsēju;**

Stipra asiņošana rokā vai kājā un ir pieejami pārsienamie materiāli

- **Pārlicinies vai asiņošana neturpinās;**
- Ja asiņošana turpinās, papildini spiedošā pārsēja konstrukciju ar **vēl vienu spiedošu priekšmetu;**
- **Pārlicinies, ka asiņošana ir apturēta;**
- **Izsauc NMP;**
- **Sasegt(neļauj atdzist);**
- **Aprūpēt un nomierināt.**

Uzlikt spiedošu pārsēju



Asiņošana no deguna

Palīdzība:

- aizspied cietušajam asiņojošo nāsi;
- galvu noliec uz priekšu, apsēdini;
- pieliec aukstumu pie deguna un pakauša;
- ja asiņošana turpinās ilgāk par 20 minūtēm, izsauc neatliekamo palīdzību.



Asiņošana no deguna





AMPUTĀCIJAS

**Asiņošanas
apturēšana**

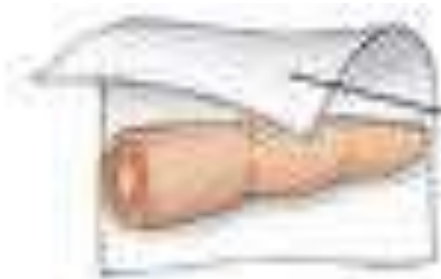
Rūpējies par amputēto ķermeņa daļu :

- ietin to tīrā materiālā;
- ieliec to nebojātā plastikāta maisiņā;

plastikāta maisiņu ievieto rezervuārā (maisiņš, spainis u.c.) ar ledus un auksta ūdens maisījumu vai ievieto ledusskapja siltākajā daļā (optimālā temperatūra $+4^{\circ}\text{C}$).

*** Nemazgā amputēto ķermeņa daļu.**

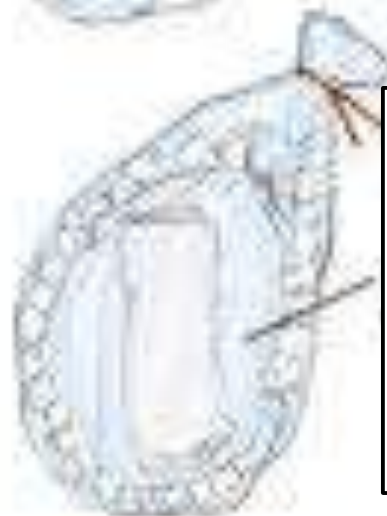
*** Neļauj amputētai ķermeņa daļai sasalt vai sasilt!**



ietin to tīrā materiālā



**ieliec to nebojātā
plastikāta maisiņā**



**plastikāta maisiņu ievieto
rezervuārā (maisniņš, spainis
u.c.) ar ledus un auksta ūdens
maisījumu vai ievieto
ledusskapja siltākajā daļā
(optimālā temperatūra +4⁰C)**

Izsists zobs

Palīdzība:

- zobu var saglabāt, turot to vēsā pienā vai ietin pārtikas plēvē;
- nekavējoties nepieciešama stomatologa konsultācija.

- Iespējama arī galvas trauma
- Neliec neko papildus mutē
- 1 h vēlams ārsts





Termiskie bojājumi



Pārkaršana var izraisīt smagus veselības traucējumus un ir bīstama cietušā dzīvībai.

Veicinošie apstākļi:

- bezvējš;
- nepietiekoši uzņemts šķidrums;
- karstums;
- mitrums;
- neatbilstošs apģērbs;
- fiziskā slodze.



pārkaršana

Palīdzība :

- novieto cietušo vēsākā vietā vai ēnā pusgūļus;
- atgērb cietušo;
- mitrini ar vēsu ūdeni cietušā pieri, kaklu, krūtis;
- dot dzert vēsu ūdeni;
- vēdini, dzesē, radi gaisa plūsmu;
- ja nepieciešams, izsauc neatliekamo palīdzību.

Apdegumi

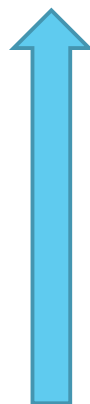


Apdegumi



Palīdzība:

- pēc iespējas ātrāk apdegušo vietu dzesē ar vēsu ($+15^{\circ}\text{C}$ līdz $+25^{\circ}\text{C}$), tekošu ūdeni vismaz **20 minūtes**;



Apdegumi

- lej ūdeni starp apģērbu un ādu;
- dzesēšanas laikā uzmanīgi novelc no cietušā traumētās ķermeņa daļas apģērbu, apavus, gredzenus;
- neplēs nost no ķermeņa piedegušos apģērba gabalus;
- Apdegumu brīvi pārklāj ar marles salveti, pārtikas plēvi vai folija segu
- neatver pūšļus;
- nelieto ziedes, pūderus, dezinfekcijas līdzekļus;
- ja apdegums lielāks par cietušā plaukstu, izsauc neatliekamo palīdzību;
- neļauj atdzist cietušajam/ pasargā to no apkārtējās vides iedarbības;
- aprūpē, nomierini cietušo.

Īpaši gadījumi

Sejas apdegumu gadījumā vienmēr apdeg elpceļi.

- Ja cietušajam ir elpceļu apdegums, vienmēr zvani neatliekamajai palīdzībai, jo draud smakšana.

Ja aizdedzies apģērbs:



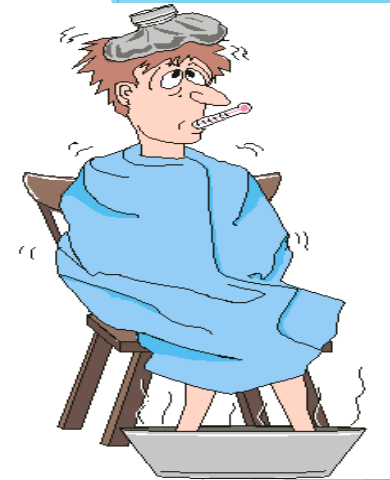
- degošu cilvēku nogāz zemē;
 - noslāpē liesmu ar segu, vārtot vai aplejot cietušo ar ūdeni;
- vari lietot speciālās ugunsdzēšanas ierīces, bet, dari to, saudzējot seju.**

ATDZIŠANA

Veicinošie apstākļi:

- aukstums;
- mitrums;
- vējš;
- alkohols;
- neatbilstošs apģērbs;
- nespēja kustēties.

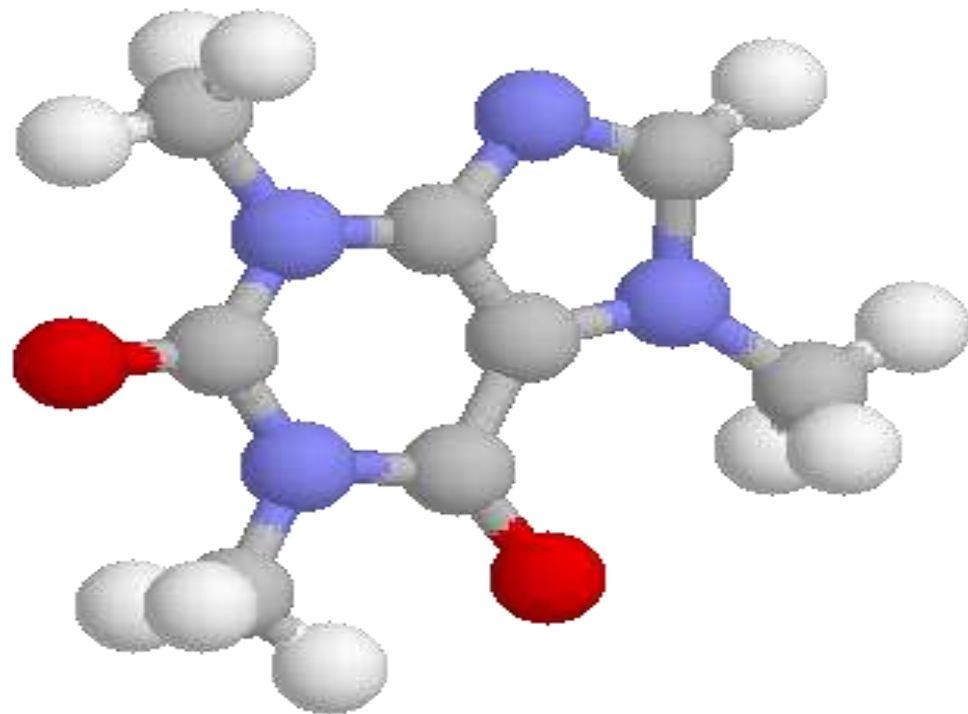




Palīdzība:

- Vienmēr izsauc neatliekamo palīdzību;
- novieto cietušo siltā telpā vai vismaz aizvējā;
- atbrīvo cietušo no mitrām drēbēm, apaviem;
- sasedz ar siltām, sausām drēbēm, un tad ietin folija segā;
- ja cietušajam nav traucēta apziņa, dod siltus, cukurotus dzērienus;
- atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.

Nedod cietušajam alkoholu un bez vajadzības nekustini rokas un kājas, nemasē, nesēdini, necel stāvus.



ĶĪMISKO VIELU IZRAISĪTIE NELAIMES GADĪJUMI

Ķīmiska viela uz ādas



Palīdzība:

- sausu vielu nopurini, noslauki, noberz;
- skalo cietušo vietu ar vēsu, tekošu ūdeni 20 minūtes;
- skalo tā, lai ūdens netek uz ne bojāto ādu;
- izsauc neatliekamo palīdzību;
- neļauj atdzist cietušajam/ pasargā to no apkārtējās vides iedarbības;
- aprūpē, nomierini cietušo.

Ķīmiska viela acī



Palīdzība:

- skalo traumēto aci ar vēsu tekošu ūdeni 20 minūtes;
- skalo tā, lai ūdens netecētu uz veselo aci;
- skalojot traumēto aci, turi to vaļā;
- Izņem kontaktlēcas
- izsauc neatliekamo palīdzību;
- pārsien ar sausu pārsēju abas acis;
- neļauj atdzist cietušajam/pasargā to no apkārtējās vides iedarbības;
- aprūpē, nomierini cietušo.

Kīmiska viela gremošanas traktā

Palīdzība:

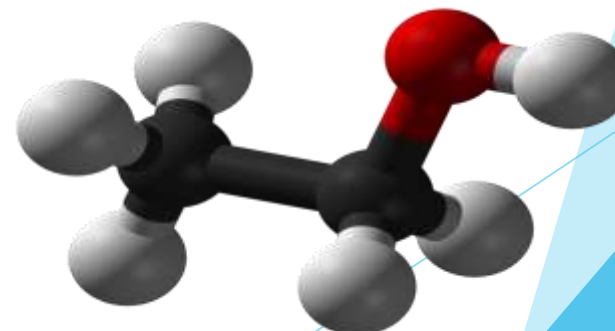
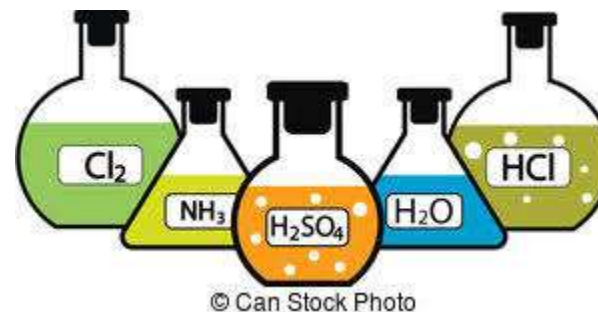
- izsauc neatliekamo palīdzību;
- dod izskalot ar ūdeni muti;
- dod dzert vēsu ūdeni, bet ne vairāk kā 200 ml;
- neizsauc vemšanu!
- neļauj atdzist cietušajam/ pasargā to no apkārtējās vides iedarbības;
- aprūpē, nomierini cietušo;
- atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.

Ieelpota ķīmiska viela

Bīstami! Pārvietojies drošā attālumā (svaigā gaisā) no nelaimes gadījuma vietas! **Netuvojies avārijas vietai!!!**

Palīdzība:

- sargā sevi!
- izsauc neatliekamo palīdzību;
- nodrošini svaigu gaisu;
- aprūpē, nomierini cietušo;
- atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.





Elektrotraumas

Elektrotrauma

Zemspriegums (līdz 1000 V).

Palīdzība:

- sargā sevi!
- atslēdz strāvu!
- atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams;
- vienmēr izsauc neatliekamo palīdzību!

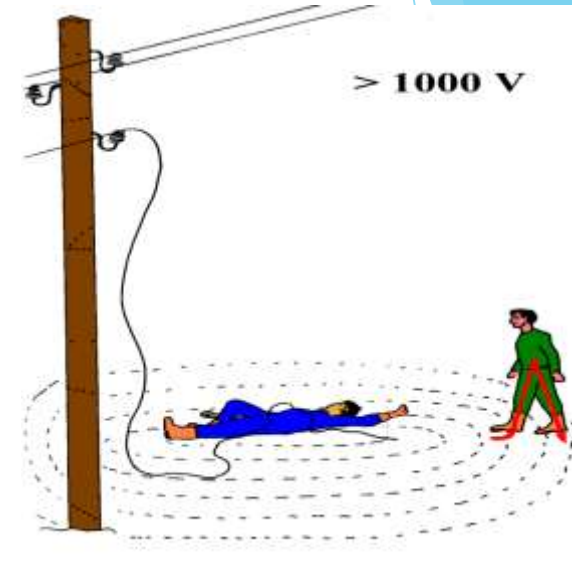


Elektrotrauma

Augstspriegums (virs 1000 V).

Palīdzība:

- sargā sevi!
 - netuvojies nelaimes gadījuma vietai, sargies no soļa sprieguma un elektriskā loka izlādes;
 - vienmēr izsauc neatliekamo palīdzību, informējot par augstspriegumu;
 - atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams, tikai tad, kad atslēgta augstsprieguma strāva.
- Zibens izraisīts nelaimes gadījums – rīcība identiska...



Slīkšana

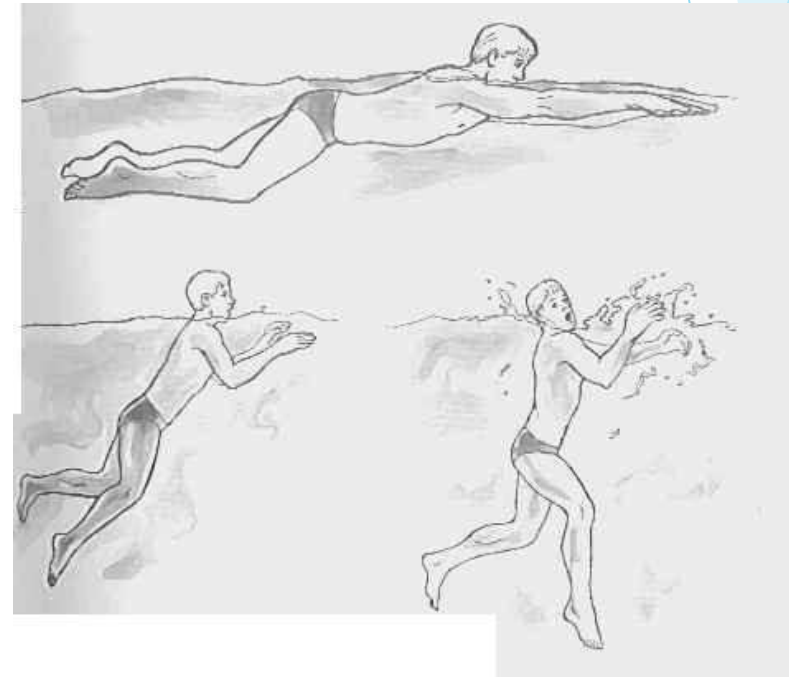


Slīkšana

Process, kura rezultātā ir primāri elpošanas traucējumi, ko izraisa iegremdēšanās šķidrumā.

Bojā ejas iemesli ūdenī:

- slīkšana
- sekundārā slīkšana



Slīkšana

Palīdzība:

- glāb cietušo tikai tad, ja tas neapdraud Tavu dzīvību;
- atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams;
- vienmēr izsauc neatliekamo palīdzību.



Traumas

Traumas



Kā tas var izskatīties :

- Sāpes,
- Deformācija,
- Nespēja kustēties,
- Pietūkums

**Necenties atšķirt dažādos traumu veidus!
Vienmēr pieņem, ka trauma var būt lūzums!**

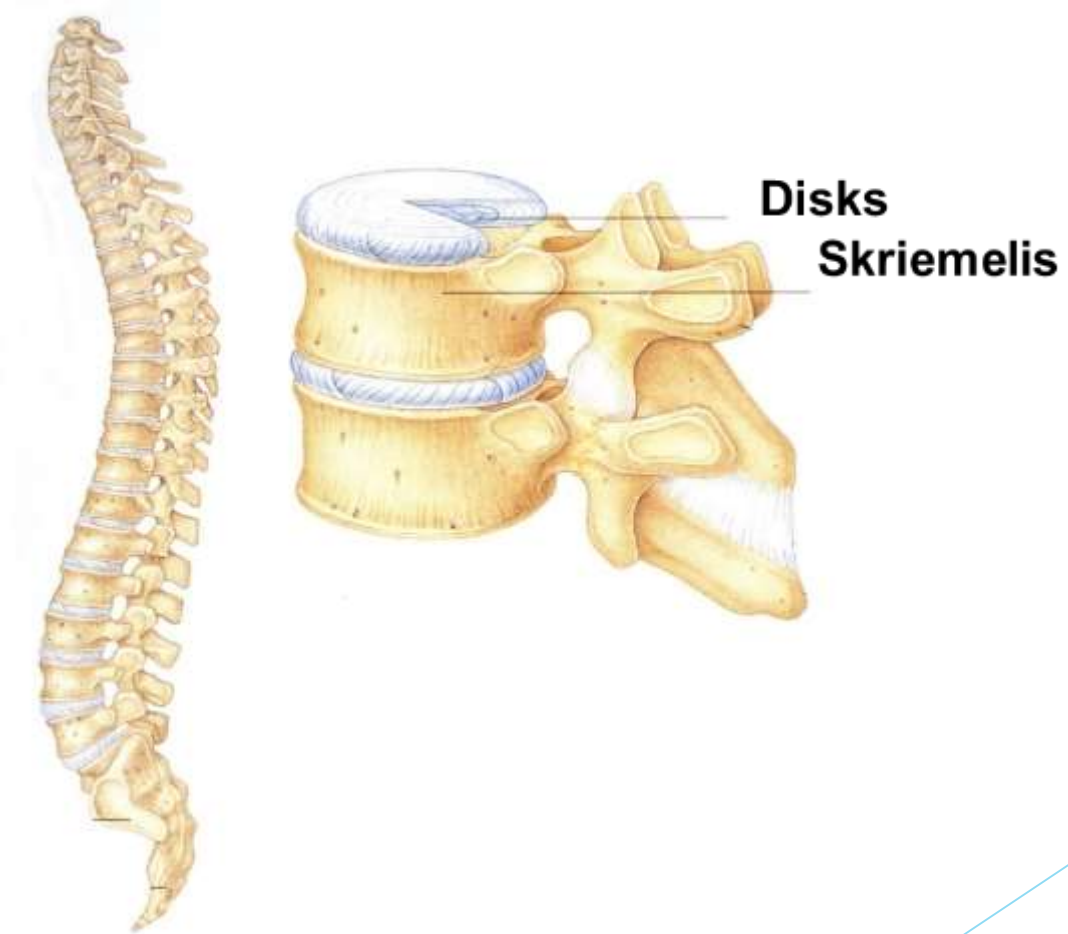


Palīdzība:

Ja traumēta kāja vai roka:

- nekustini, nepārvieto cietušo;
- pārvieto tikai tad, ja draud briesmas dzīvībai;
- Dari to saudzīgi
- saglabā traumas radīto deformāciju;
- izsauc neatliekamo palīdzību;
- aprūpē, nomierini cietušo.

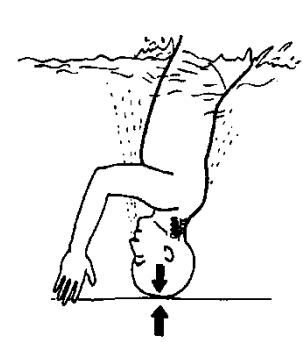
Mugurkaula traumas



Situācijas, kuras var izraisīt mugurkaula traumas

- Kritiens no augstuma,
- Lēciens ūdenī,
- Ceļu satiksmes negadījums, (**arī gājējs**)

**Šādos gadījumos pieņem,
ka mugurkaula trauma!!**

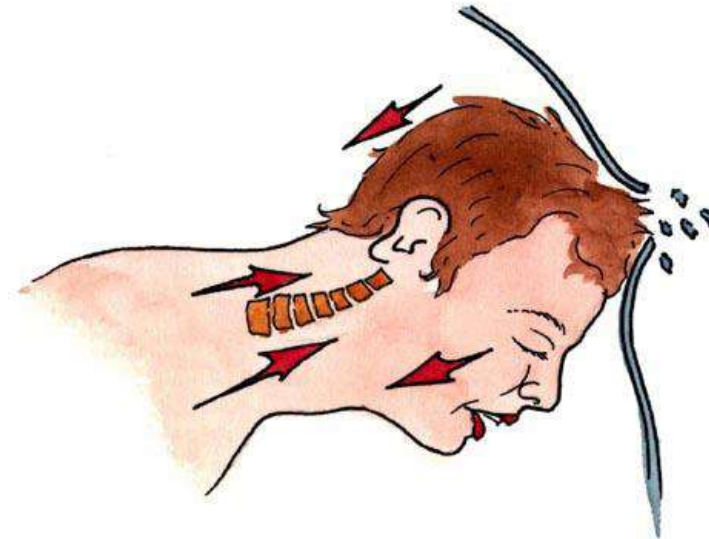
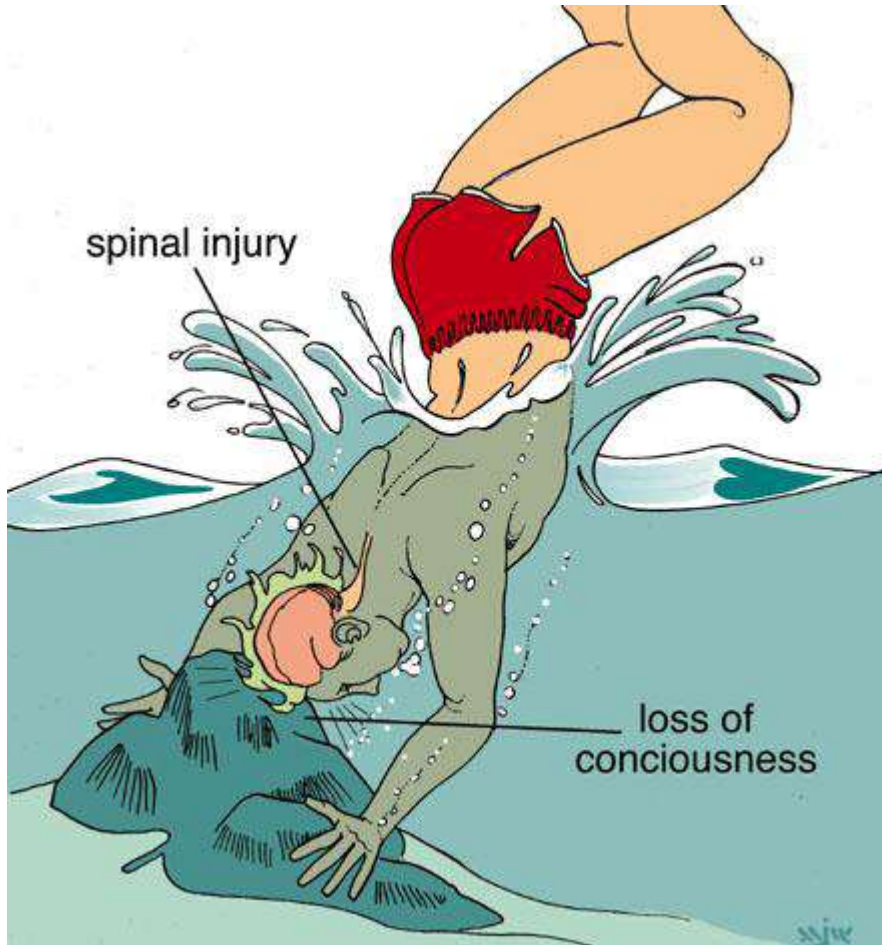


Mugurkaula traumas

Palīdzība :

- nekustini, nepārvieto cietušo!
- Neļauj to darīt citiem
- pārvieto tikai tad, ja draud briesmas dzīvībai;
- pārvietojot cietušo, saudzē mugurkaulu (ja nepieciešams pārvietot);
- vienmēr izsauc neatliekamo palīdzību;
- aprūpē, nomierini cietušo;
- atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.

Galvas traumas



Ir bīstami, jo var izraisīt bezsamaņu.

Kā rīkoties:

- novieto cietušo pusguļus vai
- Palīdzi ieņemt cietušajam ērtāko pozu;
- vienmēr izsauc neatliekamo palīdzību;
- ja cietušais vemj, pagriez to uz sāniem;
- ja ir brūce, pārklāj ar sterilu pārsēju;
- aprūpē, nomierini cietušo.

Krūškurvja traumas

Palīdzība:

- Palīdzi ieņemt cietušajam ērtāko pozu;
- izsauc neatliekamo palīdzību;
- ja ir brūce, uzliec sterilu pārsēju;
- Atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams;
- aprūpē, nomierini cietušo.

Vēdera traumas

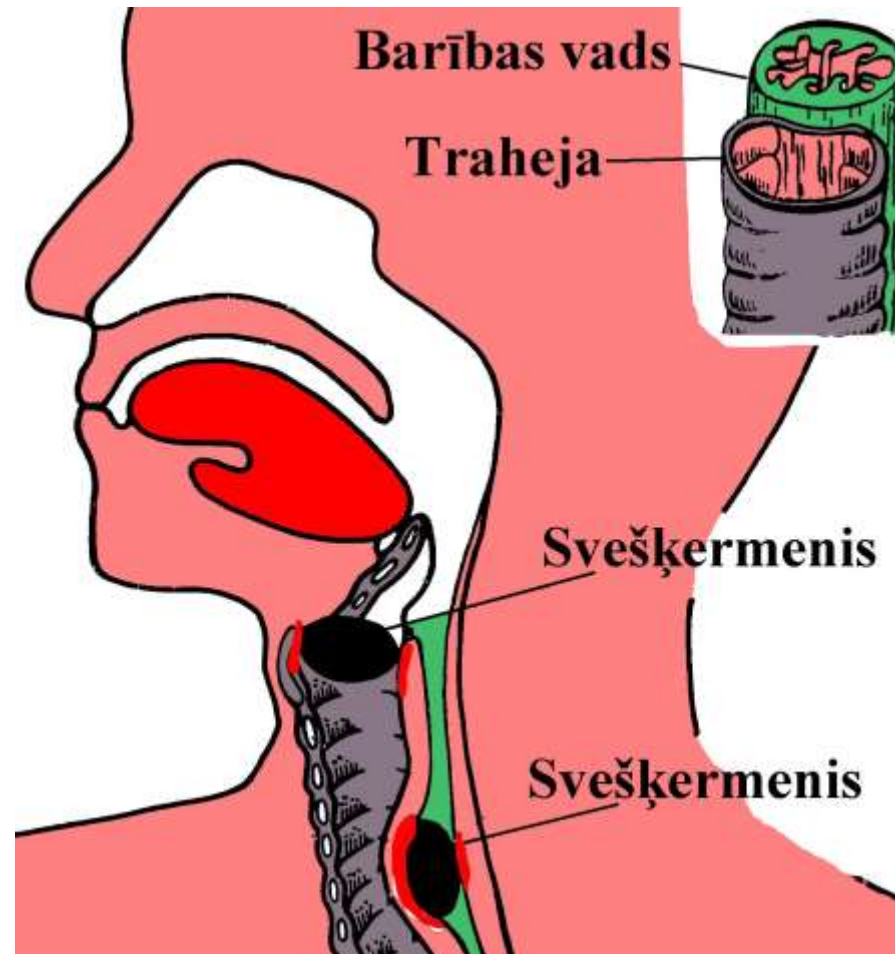
Palīdzība:

- Palīdzi ieņemt cietušajam ērtāko pozu;
- vienmēr izsauc neatliekamo palīdzību;
- ja ir brūce – pārklāj brūci;
- aprūpē, nomierini cietušo.

Necenties ievietot izkritušos orgānus atpakaļ vēderā un nedod ēst, dzert un medikamentus.

SVEŠKERMENİ

Svešķermenis elpceļos



Svešķermenis elpceļos

Bīstami- iespējama smakšana !

Palīdzība:

- ļauj cietušajam svešķermeni atklepot pašam;
- ja cietušais svešķermeni pats nespēj atklepot, tad palīdzi viņam:
 - noliecot cietušā ķermeņa augšdaļu, uzsit 5 reizes starp lāpstiņām;
 - lieto Heimliha paņēmienu (5 reizes spēcīgi spied savu dūri starp nabu un krūtīm);
 - turpini veikt sitienus starp lāpstiņām un Heimliha paņēmienu, ja nepieciešams;
 - izsauc neatliekamo palīdzību;
 - atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.

Heimliha paņēmiens



Svešķermenis brūcē

Palīdzība:

- izsauc neatliekamo palīdzību;
- Apturi stipru asiņošanu.
- Aprūpē, mierini

Neizvelc svešķermeni un nepieļauj svešķermeņa iespiešanu brūcē.

Svešķermenis acī

Palīdzība:

- Ja svešķermenis ir iedūries acī:
- uzliec pārsēju abām acīm;
- meklē medicīnisko palīdzību.

Neizvelc svešķermeni no acs.

Acu pārsēja uzlikšana



Svešķermenis ausī

Palīdzība:

- Ja auss ejā ir iekļuvis kukainis:
- iepilini ausī eļļu vai ūdeni;
- meklē medicīnisko palīdzību.



Svešķermenis degunā

Palīdzība:

- Ja svešķermeni var satvert ar pirkstiem- izņemt to;
- Ja nevar izņemt – nogādāt medicīniskajā iestādē. (neatliekamo palīdzību, ja nepieciešams);
- Ja no vienas nāss, iespējams arī no abām, ir smakojoši izdalījumi, strutainas iesnas – to iemesls var būt svešķermeni.

DZĪVNIEKU IZRAISĪTI NELAIMES GADĪJUMI



Dzīvnieku kostas brūces

Bīstami!!! Potenciālas trakumsērgas briesmas.

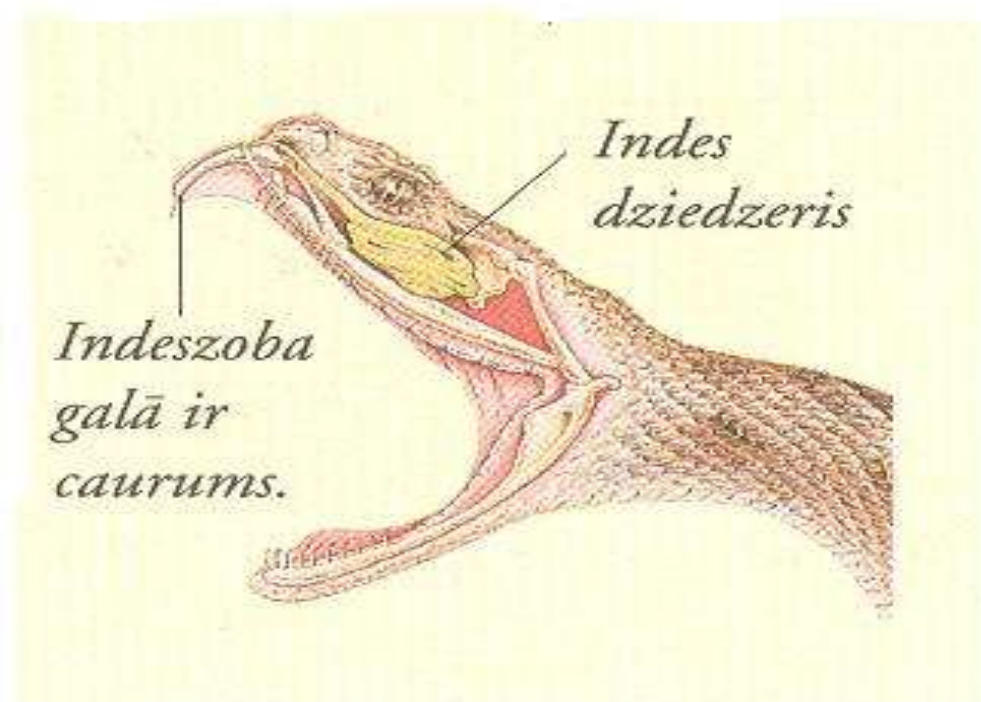
Palīdzība:

- ja brūce ir neliela, nav dzīvībai bīstama asiņošana, to mazgā ar ziepju ūdeni;
- pārsien brūci;
- izsauc neatliekamo palīdzību.

No saslimšanas ar trakumsērgu pasargā potēšanās tūlīt pēc dzīvnieka koduma.



Čūska kodums



Čūskas kodums

Kā rīkoties?

- izsauc neatliekamo palīdzību;
- centies nekustināt sakosto ķermeņa daļu;
- neļauj atdzist cietušajam/ pasargā to no apkārtējās vides iedarbības;
- aprūpē, nomierini cietušo.

Neliec žņaugu vai pārsējus, nesūc indi ar muti, negriez, nepiededzini.

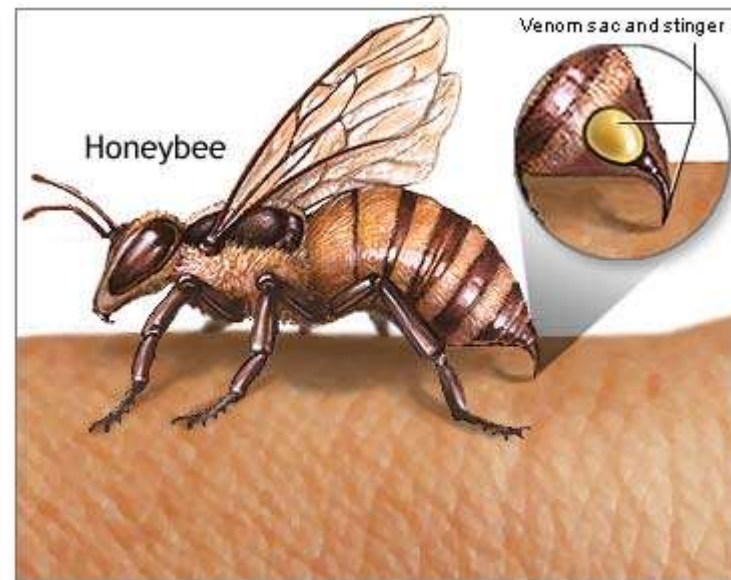


Insektu kodumi

Ja kodiens ir ķermenī

Palīdzība:

- Pie kodiena vietas pieliec aukstu ūdens kompresi.



Insektu kodumi mutes dobumā

Bīstami! Iespējama elpceļu nosprostošanās un smakšana tūskas dēļ.

Palīdzība:

- vienmēr izsauc neatliekamo palīdzību;
- dod sūkāt ledu vai maziem malkiem aukstu dzeramo;
- dzesē kaklu no ārpuses.





SLIMĪBAS

Krampji

Epilepsijas lēkme



Krampji

Palīdzība:

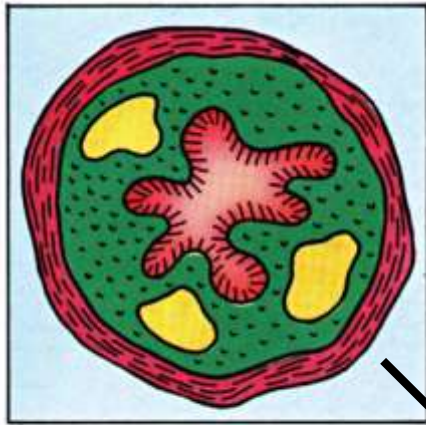
- Lēkmes laikā:
- sargā no iespējamām traumām;
- pasargā cietušā galvu;
- izsauc neatliekamo palīdzību.
- Tikai pēc lēkmes veic atdzīvināšanas pasākumus, ja nepieciešams.

Lēkmes laikā nefiksē slimo, nemēģini atvērt sakostos zobus un neko neliec mutē.

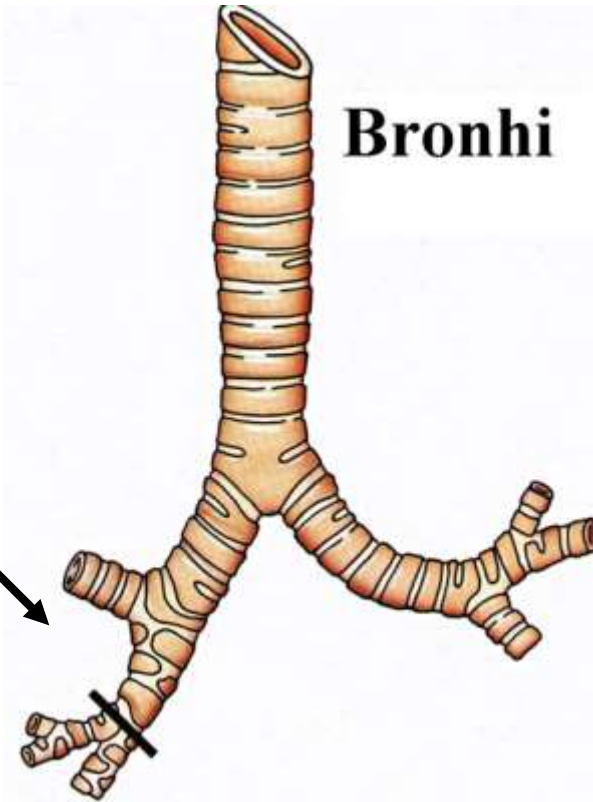


Download from
Dreamstime.com
The image cannot be displayed. Your computer may not have enough memory to open the image, or the image may have been deleted. Restart your computer and open the file again. If the red x still appears, you may have to delete the image and then insert it again.

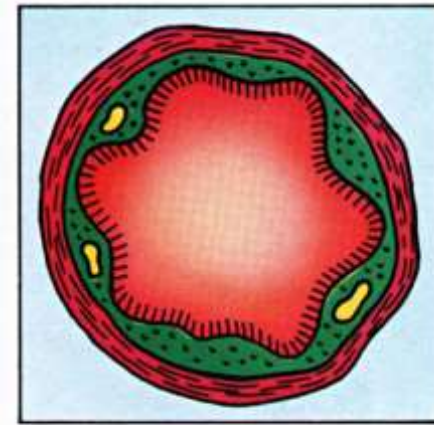
Sāpes krūtīs vai elpas trūkums



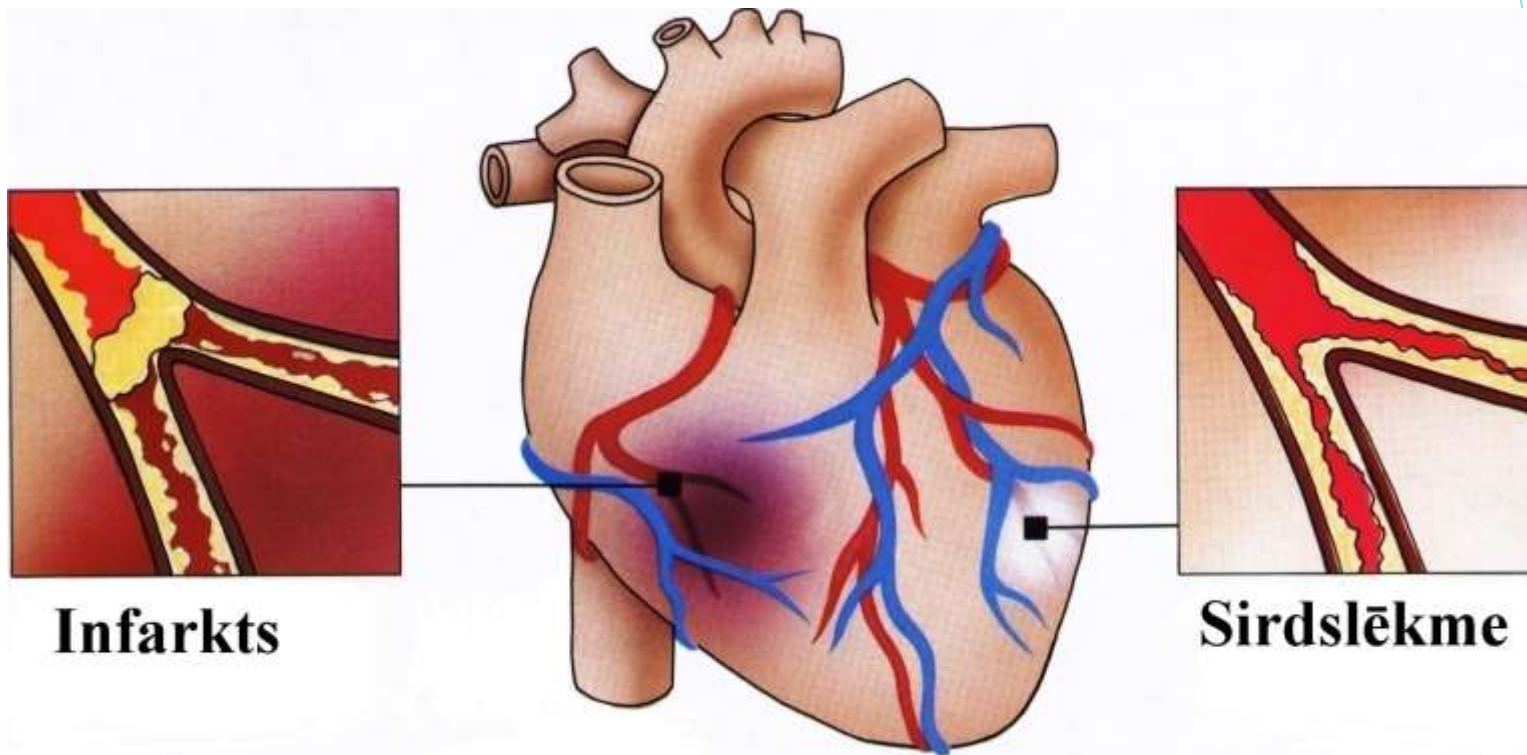
Spazms



Bronhi



Norma



Infarkts

Sirdslēkme

Sāpes krūtīs vai elpas trūkums

Palīdzība:

- nodrošini saslimušajam mieru un svaigu gaisu;
- palīdzi saslimušajam ieņemt visērtāko ķermeņa stāvokli;
- palīdzi saslimušajam ieņemt **viņa paša jau zināmās zāles**;
- izsauc neatliekamo palīdzību;
- aprūpē, nomierini saslimušo;
- atdzīvināšanas pasākumi,
ja nepieciešams.



Sāpes vēderā



Sāpes vēderā

Palīdzība:

- palīdzi saslimušajam ieņemt visērtāko ķermeņa stāvoklī;
- izsauc neatliekamo palīdzību;
- neļauj atdzist saslimušajam/ pasargā to no apkārtējās vides iedarbības;
- aprūpē, nomierini saslimušo.

Nedod pretsāpju medikamentus, nesildi, nedod ēst vai dzert.

Cukura diabēts

Cukura līmeņa pazemināšanās asinīs var izraisīt dzīvībai bīstamu stāvokli.

**Apzini cukura diabēta slimniekus
savu paziņu vidū!!!**



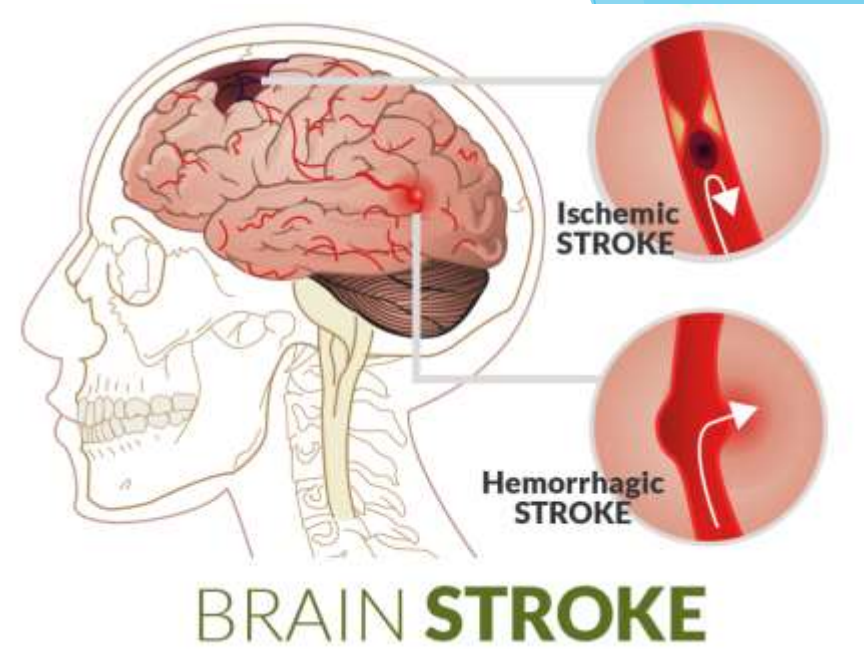
Cukura diabēts

Palīdzība:

- ja diabēta slimnieks sāk justies slikti - dod cukuru saturošus dzērienus vai ēdienus;
- **Ja pēc 15 minūtēm situācija neuzlabojas, izsauc neatliekamo palīdzību;**
- atkārtoti dod cukuru saturošu ēdienu dzērienu
- aprūpē, nomierini saslimušo;
- atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.

Cukura aizvietotāji neder!!!

Insults (ĀTRI)



- ▶ Atpazīsti:
- ▶ **Ā** - Atsmaidi
- ▶ **T** - Kustini rokas
- ▶ **R** - Atbildi uz vienkāršu jautājumu

- ▶ **I** - Sauc neatliekamo palīdzību
- ▶ Neatliekamā palīdzība jāizsauc, ja konstatēta kaut viena pazīme

Paldies par uzmanību!!!