

Šolsko leto 2012/2013

Zapiski 2. šole za starše z dne 15.1.2013

„PRVA POMOČ PRI OTROCIH“

Predavatelj: dr. Marko Rifel, zdravnik

KAJ JE PRVA POMOČ

... je neposredna oskrba poškodovanca ali nenadno zbolelega na kraju dogodka, ki jo opravimo s preprostimi pripomočki



**Krvavitve
Rane
Opekline
Zlomi in zvini**

**Neodziven otrok
Zadužitve
Krči
Zastrupitve
Alergije**

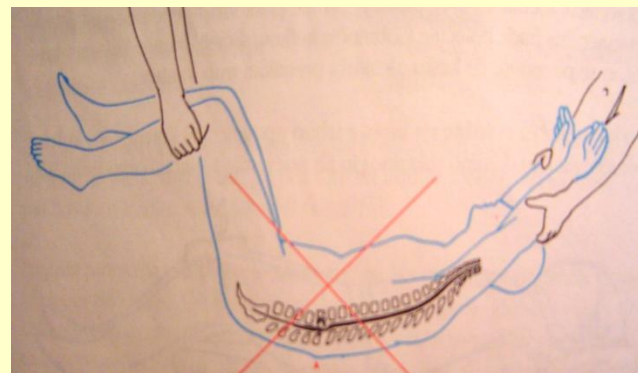


CILJ

+ Ohraniti življenje



+ Preprečiti poslabšanje zdravstvenega stanja



+ Poskrbeti za strokovno pomoč



Otrok se zgrudi pred našimi očmi ali ga najdemo ležečega na tleh...
... UGOTAVLJANJE ZAVESTI...

Glasno pokliči:
"Tonček, poglej me."

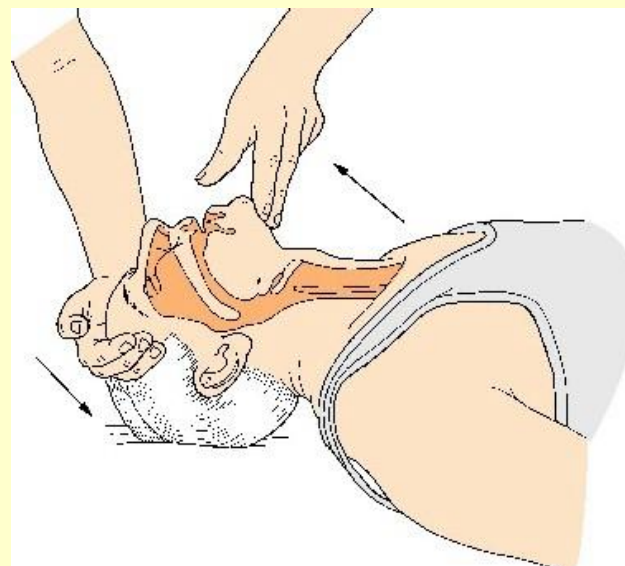
Nežno ga stresi za ramena.

Če se ne odzove, zakliči:
"NA POMOČ."



... se NE ODZIVA... je nezavesten / mrtev
...ločimo tako, da ugotovimo, če diha...

Sklonimo se nad poškodovanca, zvrnemo glavo nazaj in dvignemo brado ter **GLE DAMO** dvigovanje prsnega koša, **POS LU ŠAMO** dihanje ter preverimo ali **Č UTIMO** zrak na svojem licu.



... da,DIHA... STABILNI BOČNI POLOŽAJ



Ne diha zaradi zapore dihalnih poti ??
...znaki DUŠENJA...

... nenadno... dramatično...

...prepoznava znakov... **hitro ukrepanje**

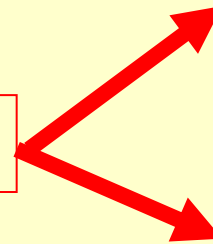
... **NENADNA** težava z dihanjem...

+ kašelj... davljenje...

+ težko, piskajoče dihanje



POMISLI NA ZAPORO DIHALNE POTI



TUJEK

BOLEZEN

Astma,
bronhiolitis

... delna / popolna zapora

*TPO = temeljni
postopki oživljanja*

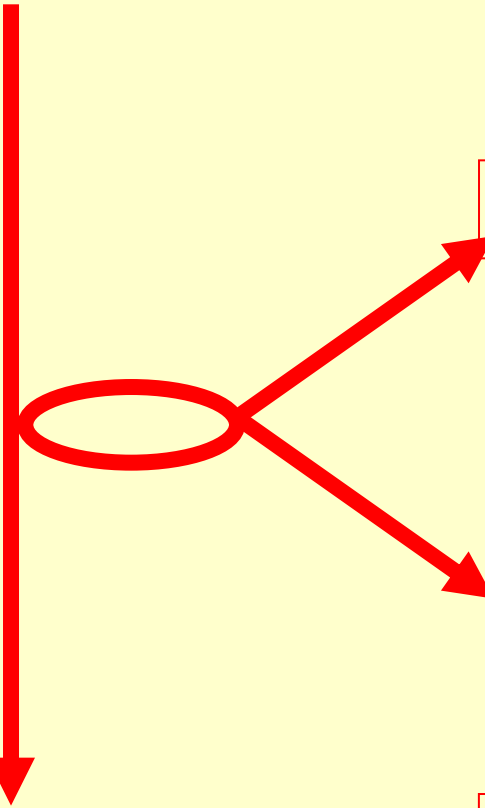
TUJEK ??

VIDELI...

ZELO VERJETNO in
se stanje slabša ??

POSTOPKI za
odstranjevanje

NEODZIVEN +
Potrebni TPO +
Neuspešna sprostitvev dihalne poti





da

Ni bolje.
Pri zavesti.

ne

TPO 30:2



Se ne odziva in ne diha-MRTEV... zunanja masaža srca

2000 SLOVENCEV / leto umre nenadne smrti..... 5 / dan

... brez oživljanja... preživi 5 - 10 % (ob hitrem prihodu reševalcev)

... oživljanje ... 2-3x več jih preživi ...

Zato MORAMO znati OŽIVLJATI.

Zunanja masaža srca

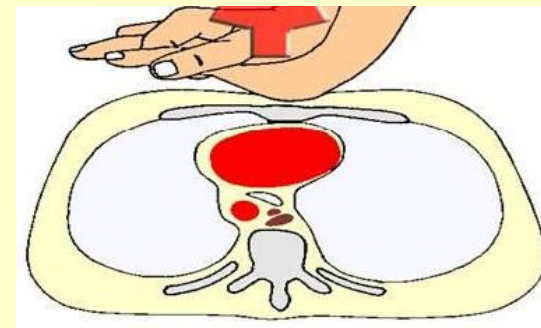


ZAKAJ ??.....KUPUJEMO ČAS...

KDAJ ??.....TAKOJ, ko...

✚ Ugotovimo neodzivnost

✚ Po 10 sekundah ne ugotovimo dihanja/nezadostno

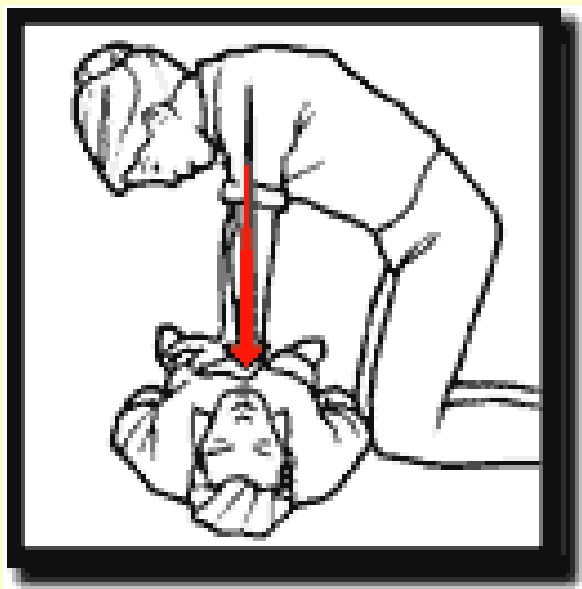


KAKO ??.....



Pravilen položaj rok





- ... naprej
- ... pritiskamo **navpično**
- ... roke stegnjene

Vtisnemo pri odraslem za 5-7 cm,
pri OTROKU 1/3 premera prsnega koša
100-120 x / min (skoraj 2x / sekundo)

POSEBNOSTI PRI OTROKU.....

- + Globina vtisa... $\frac{1}{3}$ debeline prsnega koša
- + Pritiskamo ...



Do 1.leta



Od 1.leta naprej

UMETNO DIHANJE

- ✚ **Odraslemu** usta na usta - poljub življenja
(pazi AIDS, ptičja gripa, hepatitis...
potrebna je ZASČITA)
- ✚ **OTROKU** usta na usta + nos



Frekvenca umetnega dihanja: **VPIH na 5-6 sekund**

Volumen vpiha - da se DVIGNE PRSNI KOŠ

Posamezni vpih traja: 1- 1,5 s

30 : 2

EPILEPSIJA

Epilepsija je bolezen z **različnimi vzroki**,

- + poškodba glave,
- + tumorji,
- + vnetje možganov (encefalitis),
- + žilni (možganska kap, krvavitev),
- + odtegnitev alkohola ali drog in nekaterih zdravil,
- + nejasni.



2% ljudi v življenju ima vsaj en epileptični napad,

kronične oblike epilepsije pa so redkejše (pri okoli 0,5 % prebivalcev).

Večinoma so **napadi z izgubo zavesti in krči** (t. i. napad grand mal - okoli 90 %), v 10 % so epileptični napadi brez krčev.

Prva pomoč

Ne stoj in ne čakaj, da bo pomagal kdo drug. Ponovnega napada na terenu ne moreš preprečiti ali ustaviti brez zdravil, lahko pa poskrbiš, da bo minil brez hujših posledic.

MED NAPADOM

- ✚ Iz bolnikove bližine **odstrani vse predmete, ki bi ga lahko med napadom poškodovali!**
- ✚ **Glavo mu podpri** z mehko in ravno podlago!
- ✚ Ne tlači bolniku **ničesar v usta** in mu nasilno ne odpiraj ust!
- ✚ **Odpni ovratnik srajce**, odveži kravato, ruto, odpni pas na hlačah!

KO NAPAD MINE

- ✚ **Počakaj ob bolniku, dokler si ne opomore** in pokliči strokovno pomoč.
- ✚ Če se še **ni ovedel**, ga namesti v pravilen **položaj za nezvestnega**. Poskrbi, da se ne duši.

VROČINSKI KRČI

+ 38,5 °C

+ 3-4% otrok

+ Pri 6 mes. do 5 let, pogosteje fantki



+ Izguba zavesti, glava nazaj, krči

+ Otežkočeno dihanje, pena na ustih, bled, modrikast

+ V nekaj minutah mine

+ Po napadu zmeden in ne prepozna okolice

Med napadom

+ Na bok, prosta dihalna pot

+ Če v 5 min ne mine - svečka (Stesolid 5mg, 10mg) ali sprej

- zdravila,
- alkohol,
- prepovedane droge,
- plini,
- pesticidi,
- predmeti splošne rabe (npr. čistila, kozmetika)
- strupi strupenih rastlin, gob in živali.

Nenamerne

otročih

odrasli

- neprevidno delo
- zloraba prepovedanih drog/alkohola
- zaužitje strupene hrane
- pik strupenih živali



Namerne

ZASTRUPITEV

Strupi so snovi, ki zaradi svoje kemične sestave škodljivo vplivajo na organizme. Kadar strup povzroči določeno okvaro, govorimo o **zastrupitvi**.

Koža
Dihala
prebavila

?

OČITNA

OKOLIŠČINE

- Embalaža
- Vbodna rana
- Vonj
- Razlita tekočina
- Pismo

Na zastrupitev moramo pomisliti vedno, ko si bolnikovega stanja ne znamo pojasniti!

PRVA POMOČ



Lastna
varnost

?

Reševanje iz
zastrupljenega
območja

PREVERITI
VZPOŠTAVITI
VZDRŽEVANJE

Življenjske
funkcije



Odstranjevanje strupa
(pri jedkovinah pred klicem)



Prevoz zastrupljenca

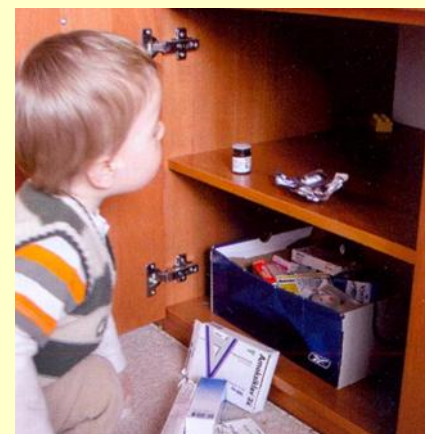
Prepoznavna strupa + embalaža

Delovanje strupa zmanjšamo z odstranjevanjem strupa s/iz telesa zastrupljenca

Zaužitje strupa

Zastrupljencu, ki je strup zaužil, odstranimo strup ali zmanjšamo njegovo strupenost s:

- + **čiščenjem ustne votline** in
- + z **razredčevanjem** z navadno vodo.
- + Po posvetovanju z zdravnikom
 - + izzovemo bruhanje ali
 - + damo aktivno oglje





Čiščenje ustne votline

Trde delce v ustni votlini najlažje očistimo **s prstom, ovitim v robec ali gazo**. Pomembno je, da zastrupljenec, ki je pri zavesti, v čiščenje privoli in pri tem sodeluje, saj nas lahko v nasprotnem primeru ugrizne v prst.

Tekoče jedke snovi v ustni votlini najlažje odstranimo **pri zavestnem** zastrupljencu z grgranjem navadne vode, ki jo mora zastrupljenec nato izpljuniti.

Če pa je zastrupljenec nezavesten, očistimo ustno votlino s prstom, ovitim v robec ali gazo.



Razredčevanje strupa

Cilj razredčevanja je **zmanjšanje koncentracije** zaužite strupene snovi, ki je v stiku s sluznico prebavil. Čim hitrejša razredčevanje z vodo je koristno predvsem pri zaužitju **jedkovin**.

Zastrupljenec naj popije 1-2 dcl navadne vode po požirkih.

POZOR! Hitro zaužitje večje količine vode lahko izzove bruhanje, zato mora zastrupljenec, ki je zaužil jedkovino, ob bruhanju **TAKOJ** prenehati piti, kajti pri zaužitju jedkovine je bruhanje škodljivo (dodatna poškodba in razpoke stene prebavil).

Osebi z moteno zavestjo ne smemo dati ničesar piti ali jesti!

Izničevanje učinka strupa z zaužitjem limoninega soka, kisa, soli ali surovih jajc ni dovoljeno.

Zastrupljencu ne smemo nikoli dati piti mleka brez posveta z zdravnikom.



Izzivanje bruhanja

Bruhanje izzovemo:

- le po **posvetu** z zdravnikom;
- le, če je zastrupljenec **PRI ZAVESTI** in **sodeluje**.

Preden izzovemo bruhanje, mora zastrupljenec popiti **1-2 dcl navadne vode**.

S **prstom ali mehkim predmetom** dražimo jeziček na mehkem nebu ali žrelo.

Izzivanje bruhanja je **PREPOVEDANO** pri:

- ✚ zastrupitvah z **jedkovinami** (kislina, baze, jedke soli);
- ✚ zastrupitvah s **hlapnimi organskimi topili** (bencin, nafta, petrolej, eterično olje, aceton);
- ✚ zastrupitvah, ki povzročajo **krče**;
- ✚ **moteni zavesti** ali odsotnem žrelnem refleksu;
- ✚ **nosečnicah**.

Uporaba slane vode za izzivanje bruhanja ni dovoljena.

Odstranjevanje strupa s kože



Kožo moramo **čim hitreje** očistiti z navadno vodo in milnico.

Pomembno je, da strupa **ne razširimo** na zdrave predele kože in da si med čiščenjem **ne poškodujemo rok**.

Postopek odstranjevanja strupa s kože:

- ✚ zastrupljencu **odstranimo obleko**, vendar pri tem obleke ne smemo vleči čez glavo, ampak jo moramo **razrezati ali raztrgati** (pri jedkovinah obleko najprej speremo, npr. pod tušem);
- ✚ kožo **splaknemo** z mlačno vodo;
- ✚ kožo očistimo z **mlačno milnico** ter ponovno dobro izperemo;
- ✚ pazimo, da voda s strupom **ne odteka na zdrave predele** kože;
- ✚ uporabljati moramo **rokavice** oz. paziti, da se ne dotaknemo strupa;
- ✚ poškodovano kožo pokrijemo s **suhim sterilnim povojem**;
- ✚ poškodovanega **obraza ne obvezujemo**;
- ✚ **mehurjev ne prediramo**.

Odstranjevanje strupa pri vdihavanju strupa

Pri reševanju zastrupljenca, ki se je zastrupil s plini, je zelo **pomembno, da v prostoru ni več strupenih plinov.**

Strupen **plin lahko odstranimo** s prezračevanjem prostora (odpremo vrata in okna) in/ali z zaprtjem dovoda strupenega plina (*cevi plinske napeljave so rumene barve*).

Ob vstopu v prostor moramo **čimbolj zadržati dih**. Zastrupljenca moramo takoj premestiti na svež zrak.

V primeru, da iz prostora ne moremo odstraniti plina ali ne moremo preveriti njegove prisotnosti in nimamo zaščitne opreme, moramo **POČAKATI NA POMOČ** gasilcev.



Čebela, čmrlj, osa in sršen

ZNAKI PIKA:

- + bolečina,
- + oteklina,
- + pordelost predela kože.



Prva pomoč

- + Odstranimo **želo**
- + Mesto pika **očistimo** z vodo in **hladimo** z obkladki
- + **Aspirin** na mesto pika??
- + Ud **dvignemo**
- + **Shranimo** žuželko ali njene ostanke



Zaradi nevarnosti zadušitve so nevarni predvsem piki v **ustno votlino** in **vrat**. V teh primerih moramo hladiti ustno votlino in vrat z obkladki ter takoj poiskati zdravniško pomoč.

Pik čebele, čmrlja, ose ali sršena lahko sproži **alergično reakcijo**, ki se kaže s srbečo, pordelo kožo celega telesa, otekanjem obraza, težkim dihanjem, omotičnostjo in nezavestjo. Najpomembnejše pri prvi pomoči je čim hitreje poiskati zdravniško pomoč.

KRVAVITEV



PANIKA, STRAH...

ČAKANJE...

v kratkem času lahko izgubimo veliko krvi

PRVA POMOČ PRI ZUNANJI KRVAVITVI

1. Zaustavi krvavitve



Pritisk v rano



Pritisk na žilo

2. Kompresijska preveza



3. Imobiliziramo



4. Če je izgubil večjo količino krvi...



Pokrijemo, nadziramo,
kompresijsko prevezo
na 5-10 minut

Ko res ni več druge možnosti...
Če ne moremo na noben drug
način zaustaviti krvavitve
(še! **amputacije**)

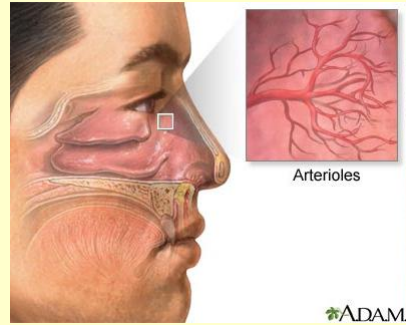


Preveza uda

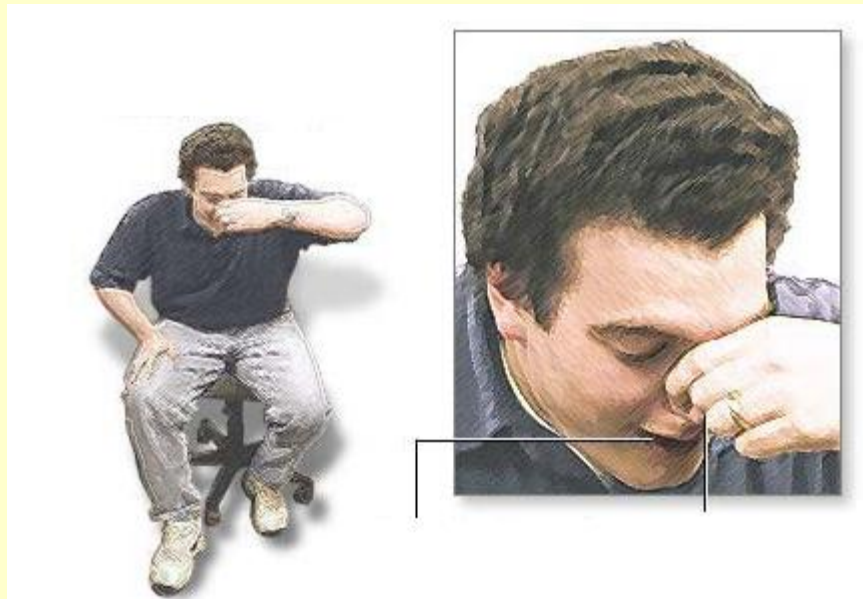
Pogoste napake pri oskrbi krvavečih ran...

- + **Čiščenje** obsežnih krvavečih ran... še močnejše krvavijo.
- + Povoj prekrvavi... ga **ne odstrani**, preko dodaj drugega (razen, če je slabo nameščena kompresijska preveza).
- + **Ne odstrani** povoja, da vidiš, če rana še krvavi.
- + **Premočno stisnemo** povoj - ud pomodri/pobledi.
- + **Ne odstranjuj** TUJKOV !!

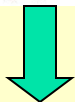
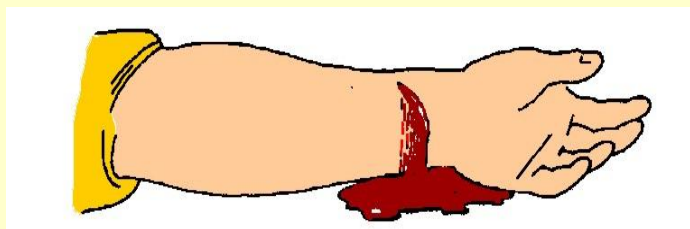
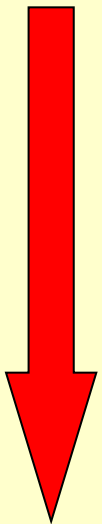
KRVAVITEV IZ NOSU



Stisni nosnici.



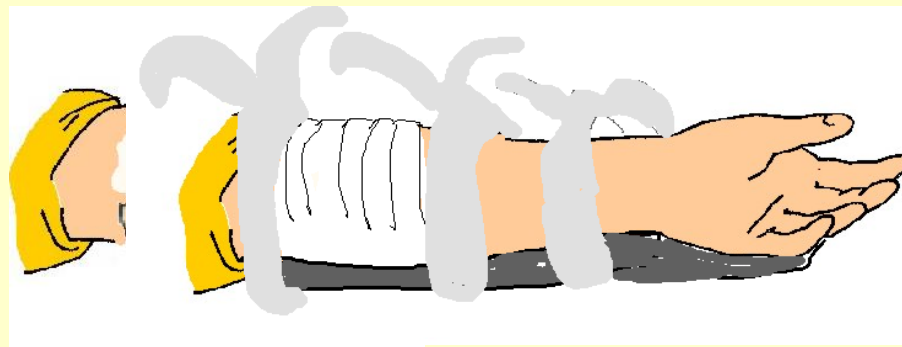
RANA ...vsaka nasilna prekinitev kože oz. površine telesa
in lahko zajema povrhnja in globoka telesna tkiva



Okužba (raztrganine, zmečkanine,
globoke rane-vbodnine, ugriznine)

Krvavitev (vreznine, vbodnine, streline)

Prva pomoč pri ranah

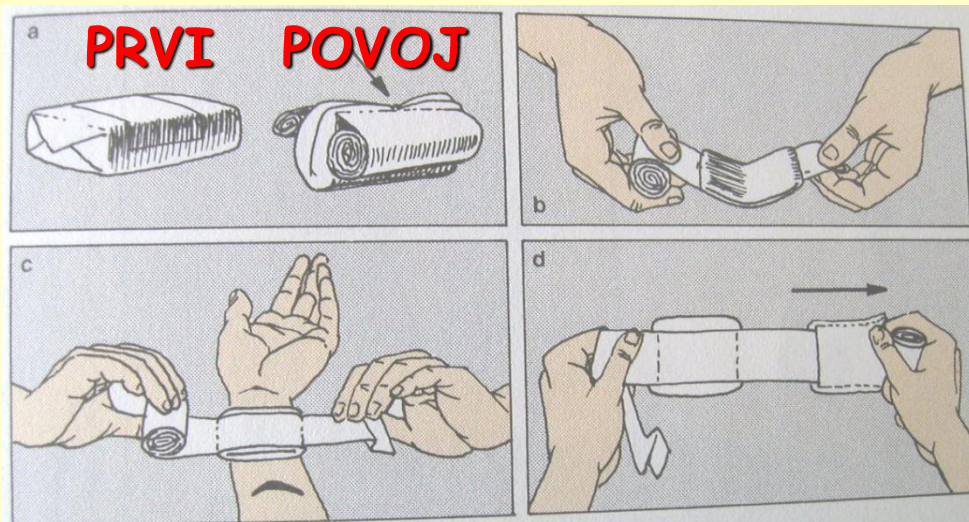


1. **ODKRIJ** ranjeni del telesa tako, da vidiš vso rano.

2. Če rana hudo krvavi –
ZAUSTAVI KRVAVITEV

3. Rano **POKRIJ** s sterilno prevezo, ki jo pritrdiš s trikotno ruto ali povojem.

Bolje da pustiš rano brez preveze in povoja, kakor da jo okužiš z umazano obvezo!



4. Ranjeni del telesa ali ud mora mirovati

- **IMOBILIZACIJA**

- ublaži bolečine,
- preprečuje povečanje ali novo krvavitev,
- preprečuje širjenje morebitne okužbe.

Ran ne izpiramo z vodo **RAZEN:**

1. Umazana odrgnina
2. Zelo plitva zamazana rana
3. Ugriznina

Tujki v ranah

Tujki (zlasti na udih) lahko potekajo skozi **žile**, **živce** in **kite**.

Če bi tujek poskušali odstraniti na kraju poškodbe, brez ustrezne strokovne pomoči in opreme, bi lahko povzročili hudo **krvavitev** in **dodatno poškodovali** tkivo.



OSKRBA AMPUTIRANEGA DELA



✓	Prst v vrečki bi položili v mešanico vode in ledu	13 % vprašanih
✗	Prst bi položili neposredno na led	27 % vprašanih
✗	Prst bi položili na hladilne vložke	53 % vprašanih
✗	Drugi nepravilni načini oskrbe	7 % vprašanih

NAUČIMO SE pravilnega ukrepanja.



... najhujša oblika odprte poškodbe udov...



OSKRBA AMPUTIRANEGA DELA



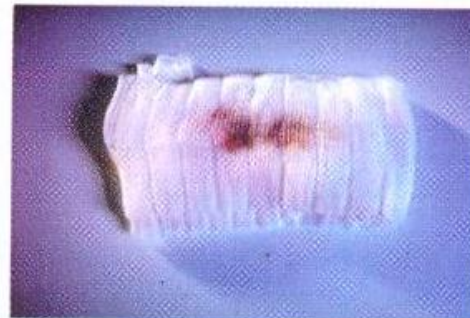
1. Zaustavi krvavitev
2. Oskrbi rano (krn)
3. Imobiliziraj ud
4. Udobno namestimo (šok??)

1.



Odtrgani del položimo v sterilno gazo ...

2.



.. in ga zavijemo.

3.



Nato ga damo v PVC-vrečko in zavežemo neprepustno za vodo.

4.



V drugo vrečko damo kocke ledu in vodo, da dosežemo temperaturo okoli 4 °C.

5.



Obe vrečki damo v tretjo.

6.



Opremimo s podatki o poškodovancu in poškodbi ter časom nastanka poškodbe.

- Najprej poskrbi za **poškodovanca**.
- Amputiran del NE damo NA LED.



"Pet pirov."



Opekline



... nastanejo zaradi delovanja **toplotne**, **kemične** in **električne energije** na tkiva.

Suha vročina:

- Plamen
- Vroč predmet
- Plin
- Sevanje

Mokra vročina:

- Krop
- Para
- Vrelo olje

KISLINE

LUGI

Nizkonapetostni

Visokonapetostni

STRELA



HLADIMO (če je minilo nekaj minut)
...zaradi toplotne in kemične energije, **NE** električne)

... **dokler ne minejo bolečine.** (otroci 15min,
odrasli 30 min)

Oskrbimo opeklinsko **rano.**



Poškodovanca s hudimi opeklinami **ne slačimo**
(do oblačila, ki meji na kožo).

Izjema so opekline s kislinami in lugi ter OPARINE.

Pokrijemo jo s čistim, suhim sterilnim povojem ali
alu-folijo (velika, hladi, se ne zalepi).

Opečene obvezane ude **imobiliziramo** z ustrezno opornico.

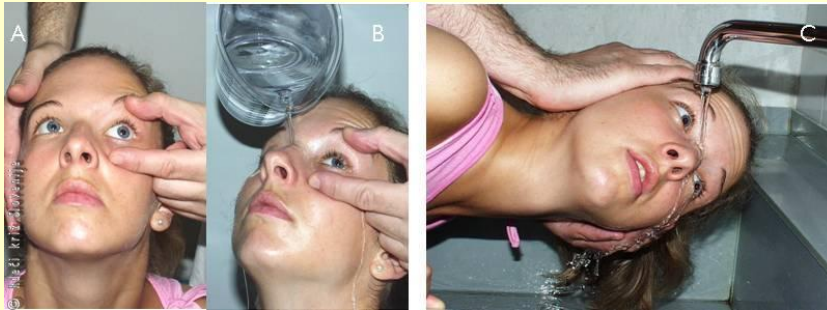


NAPAKE !



Opekline oči

Oko izperem z vodo

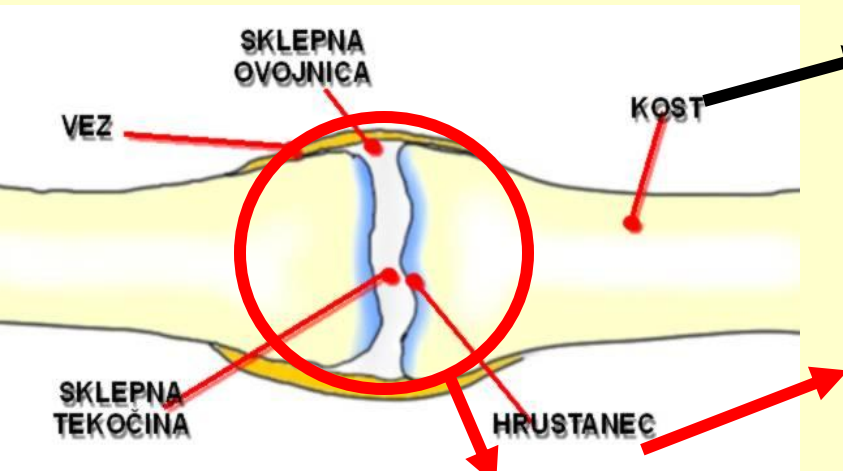


Napotim / odpeljem k zdravniku

Sterilno obvežem



Poškodbe kosti in sklepov



ZLOM... prekinitev
kostnega tkiva



Sklepne kosti se **razmaknejo**, sklepna glavica skoči iz ponvice in sklep ostane v **nenaravni obliki**. Pri tem se navadno **pretrgajo** sklepna ovojnica in vezi.

SKLEP
ZVIN

Sklepne kosti se vrnejo v prvotni naravni položaj. Navadno so **raztegnjeni in natrgani mehki sklepni deli** (sklepna ovojnica, vezi).

ZNAKI:

- Oteklina
- Podplutba
- Boleča in omejena gibljivost



ZNAKI:

- **Močno spremenjena oblika sklepa**
- Huda **oteklina**
- **Gibljivost sklepa ni mogoča**

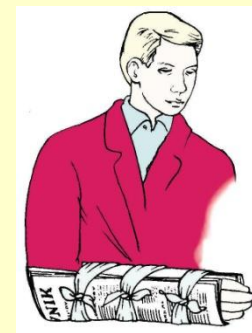
Sklep nad in pod zlomom naredimo **negiben**

Da bi poškodovani ud napravili negiben, potrebujemo:

IMOBILIZACIJA



Zlome ne smemo poskušati uravnati, to je delo zdravnika



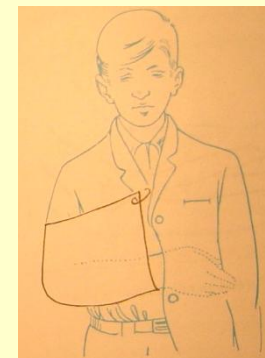
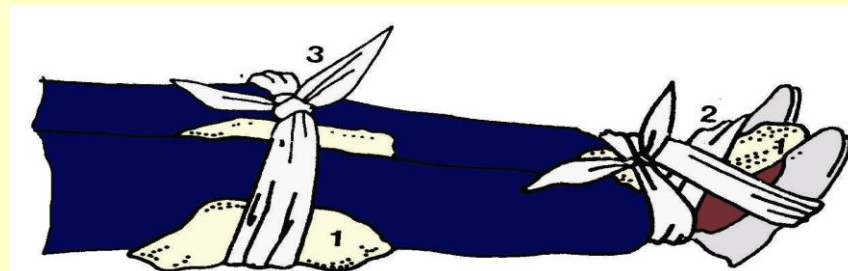
- Ublaži **bolečine** in zmanjša nevarnost **šoka**.
- Preprečuje možnost **dodatnih poškodb** mehkih tkiv (žil in živcev).
- Pri odprtem zlomu zmanjšuje možnost nastanka in širjenja **okužbe**.

Trdna opora ali opornica

1. **Standardne** (Cramerjevo žično opornico)

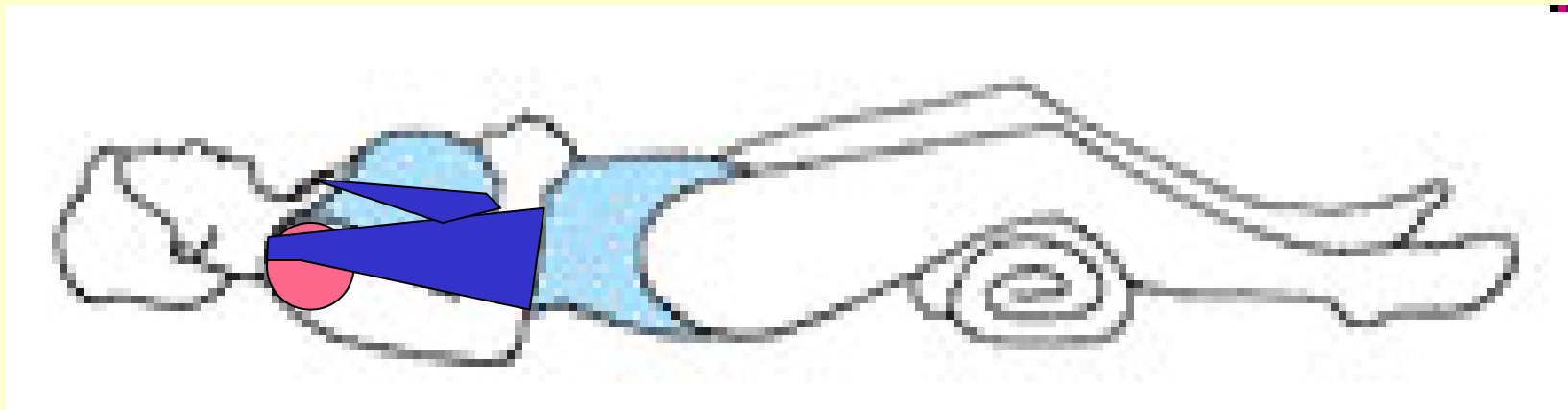
2. **Priročne** opornice, ki so pri roki (deščico, palico, ročaj metle, karton...). Pred uporabo opornico obložimo ali podložimo z vato ali mehkim blagom.

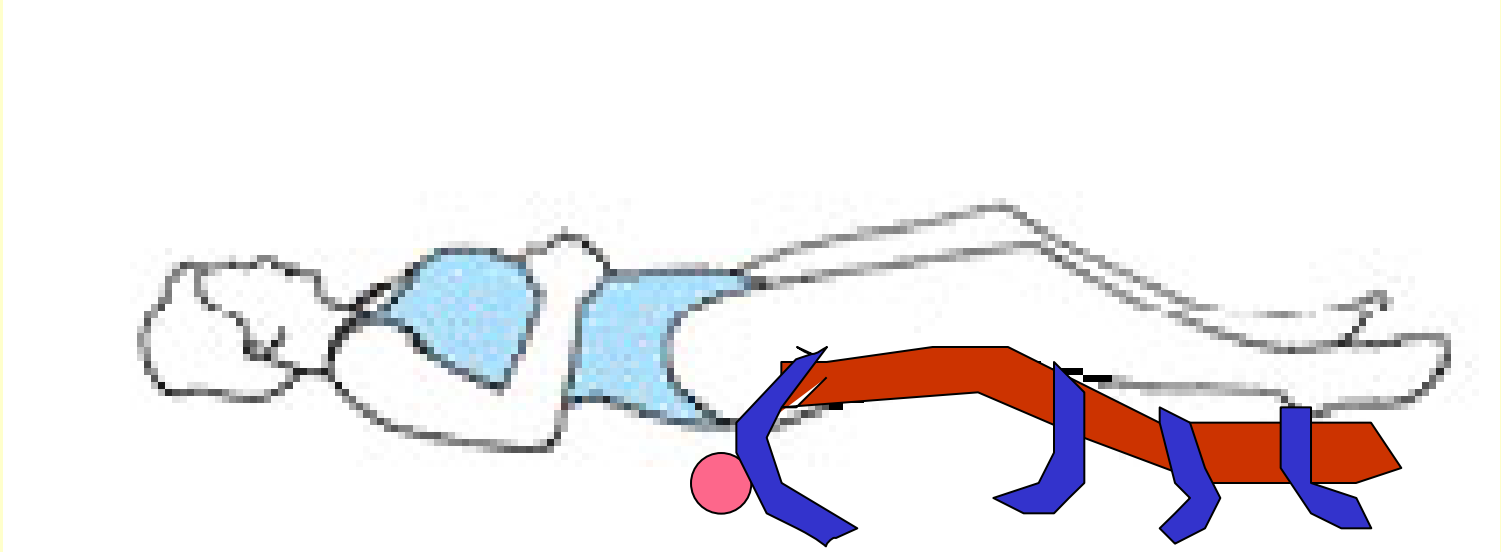
3. Kadar **nimamo** na voljo nobene opornice uporabljamo za oporo **zgornjega uda** oprsje ali trup, za **spodnji ud** pa sosednjo nepoškodovano nogo.



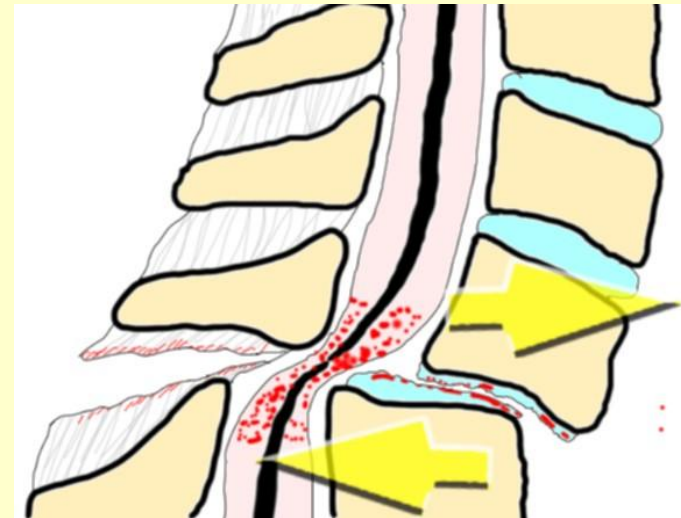
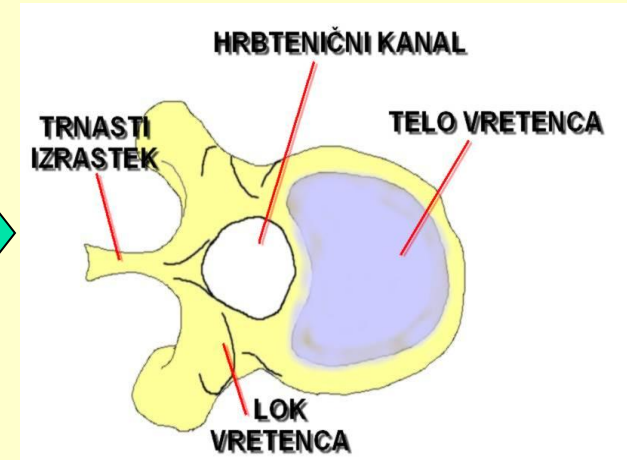
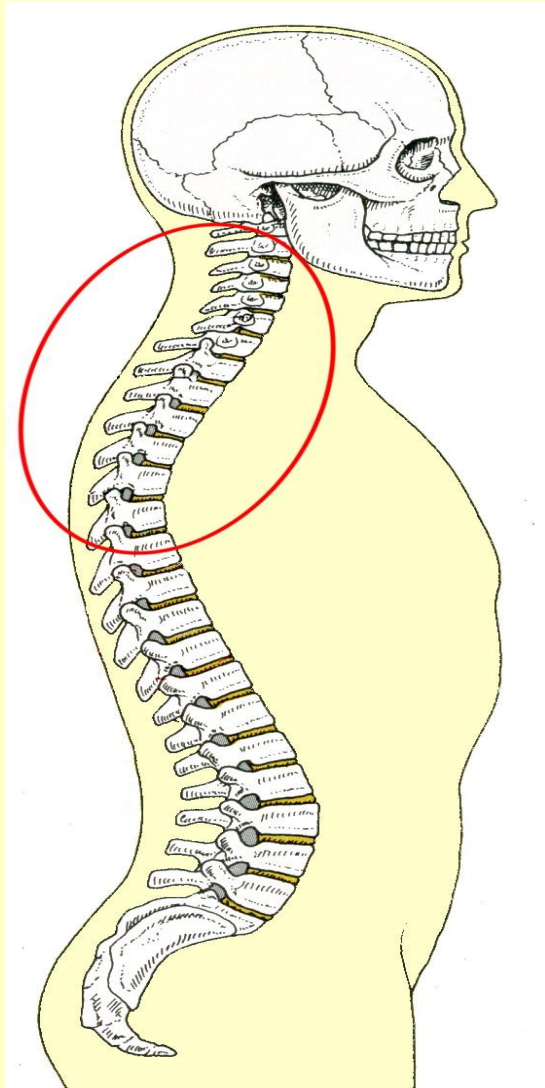
Povoje ali trikotne rute, s katerim ud privežemo ob oporo.

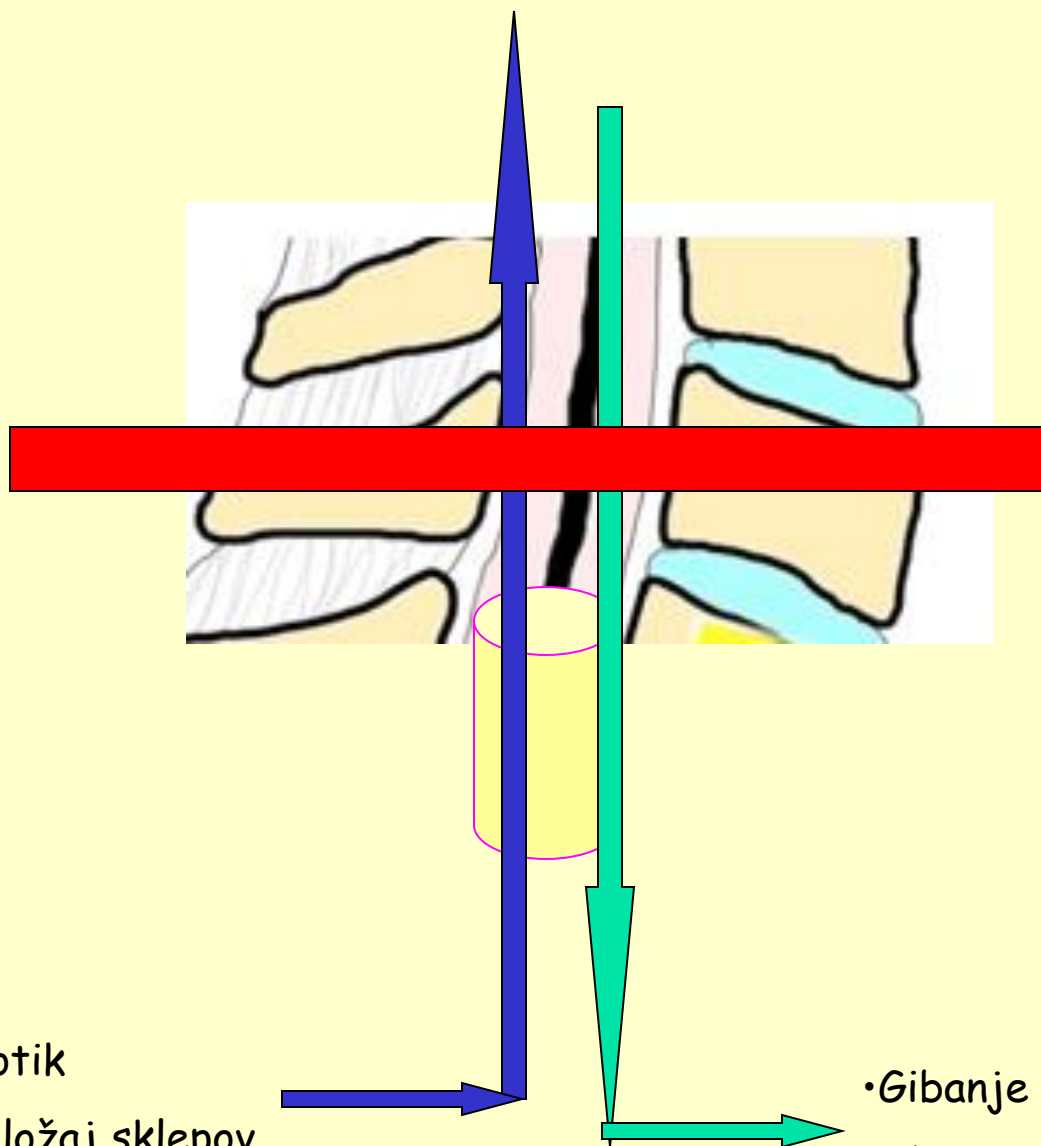
Otrok naj ostane TEŠČ





Poškodbe hrbtenice...





NE GIBA

NE ČUTI

Pod mestom prekinitve
hrbtenjače

- Dotik
- Položaj sklepov

- Gibanje
- Ukazi mehurju, črevesju za hoteno odvajanje

Simptomi in znaki....

VPRAŠAJ

- Zaletel sem se z avtom
- Boli me ...
- Normalno OBČUTIM

GLEJ in TIPAJ

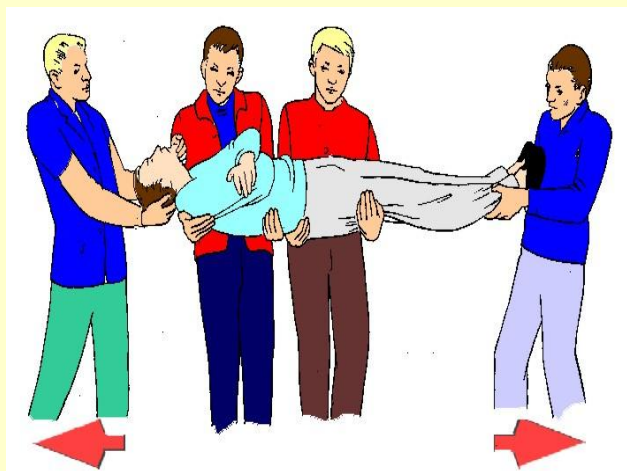
Pri poškodbi
hrbtenjače ne
morejo hoteno
odvajati vode

- Boleč predel.
- Mišičnina je napeta.
- Obračanje in upogibanje zelo boleče.
- Moteno OBČUTENJE

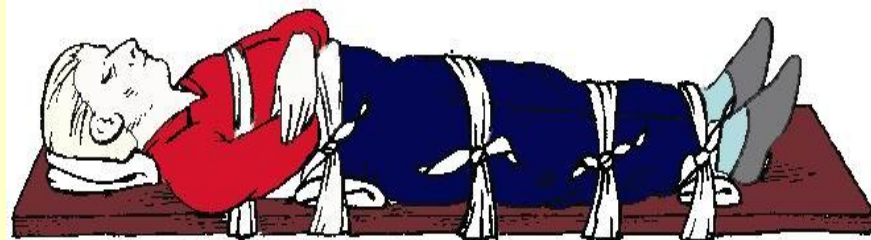
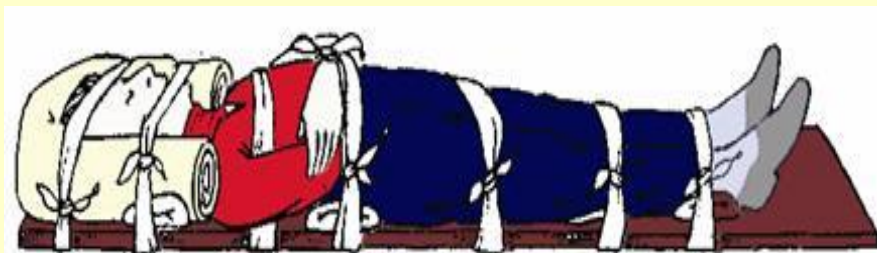
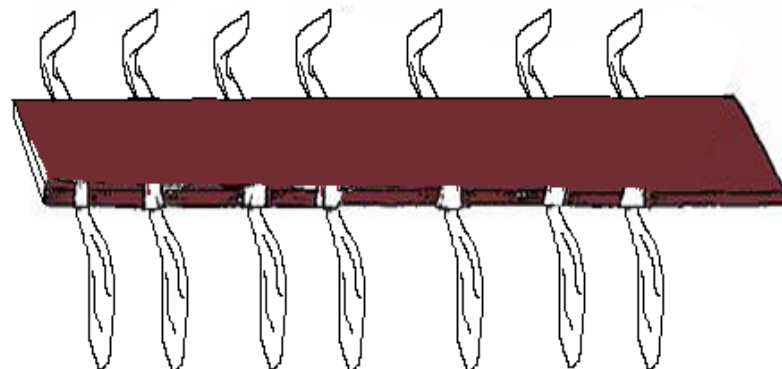


Prva pomoč pri poškodbi hrbtenice

Dvigovanje in imobilizacija...



VSE PRIPRAVI



Prva pomoč pri izbitem zobu

Izbiti zob **čim prej znova vsadimo** v njegovo ležišče.

Če je umazan, ga speremo s tekočo vodo.

Zobne korenine se **čim manj dotikamo**, je ne brišemo, razkužujemo ali strgamo.

Ce vsaditev zoba na mestu poškodbe ni mogoca, damo zob v mleko ali vodo, izjemoma v poskodovančevo slino in poskrbimo za čimprejšnjo strokovno pomoč zobozdravniku.



Izbitih **mlečnih zob** (otrokom do 6. leta starosti) pri prvi pomoči ni treba vsaditi.

Pri **zlomu zoba**: poiščemo odlomljeni del zoba in poskodovanca čim prej pošljemo zobozdravniku.



Ko zob **vstavimo** v zobnico, ga lahko poskodovanec do dokončne oskrbe **učvrsti** sam z rahlim ugrizom skozi gazo.