

# PIERWSZA POMOC W NAGŁYCH WYPADKACH

## ZRANIENIA

Ostrożnie usunąć z rany i okolic ewentualne zanieczyszczenia. Brzegi rany zdezynfekować wodą utlenioną lub etanolem, a następnie nałożyć opatrunek jałowy i zabandażować (*patrz rysunek*). W przypadku rozległego zranienia skierować poszkodowanego do lekarza.

*Uwaga: nie kłaść bezpośrednio na ranę waty ani ligniny.*

## KRWOTOKI ZEWNĘTRZNE

W przypadku krwotoku tętniczego, żylnego lub mięszowego – jak najszybciej zatamować wypływ krwi, naciskając miejsce zranienia palcami, a następnie nałożyć na miejsce krwawienia opatrunek uciskający. Można do tego celu użyć zwitka bandaża lub innego przedmiotu o nieostrych krawędziach owiniętego gazą lub bandażem, i mocno zabandażować. **Zapamiętać godzinę założenia opatrunku i podać ją lekarzowi.**

Konieczna jest fachowa pomoc medyczna.

Uwaga: choremu nie wolno chodzić; musi być przenoszony lub przewożony.

## KRWOTOKI WEWNĘTRZNE

Ujawniają się przez błądność, zmęcenie świadomości, objawy wstrząsu (słabe tętno, obniżenie temperatury ciała, zimny pot). Mogą także wystąpić krwawe wymioty, wypływ krwi z ust i narządów rodnych. Konieczna jest niezwłoczna pomoc lekarska.

## ZŁAMANIA KOŃCZYN

**Objawy złamania:** silny ból w miejscu złamania, ograniczenie lub niemożność poruszania kończyną, deformacja kończyny, obrzęk. Unieruchomić złamaną kończynę przez usztywnienie dwóch sąsiednich stawów przy pomocy szyny, deszczulek lub innych przedmiotów dobrze przybandażowanych do unieruchomionej kończyny. W przypadku złamania otwartego (rozerwanie zewnętrznych powłok tkanki i skóry), zranienie należy prawidłowo opatrzyć (*patrz rysunek*). Niezbędna jest fachowa pomoc medyczna.

## ZŁAMANIA W OBRĘBIE TUŁOWIA

### Złamania żeber

**Objawy:** ból podczas głębokich oddechów, czasami krwioplucie, bolesność przy ucisku w miejscu złamania. Na okolicę złamanych żeber nałożyć (podczas głębokiego wydechu) szeroką warstwę przylepca lub opasać silnie klatkę piersiową bandażem elastycznym, ręcznikiem lub prześcieradłem.

### Złamania lub uszkodzenia kręgosłupa

**Objawy:** silny ból w okolicy kręgosłupa, niedowłady względnie porażenia kończyn dolnych, pęcherza lub kiszki stolcowej. Unikać przenoszenia poszkodowanego bez niezbędnej potrzeby. W razie konieczności ułożyć chorego ostrożnie na desce, ławce, drzwiach itp. **Przewozić chorego do szpitala tylko karetką pogotowia ratunkowego.**

## OPARZENIA I UDARY CIEPLNE

### **Objawy:**

**I stopień** - ból, zaczerwienienie ewentualnie lekki obrzęk skóry;

**II stopień:** - rumień, ból i pęcherze wypełnione płynem surowicznym;

**III stopień:** - zwęglenie skóry, martwica tkanek - nawet do kości.

Stan poparzonego zależy nie tyle od stopnia poparzenia co od powierzchni oparzonej skóry. Dla osób dorosłych oparzenie powierzchni 15-20% może zagrażać życiu. W takiej sytuacji należy bezwzględnie wezwać karetkę pogotowia ratunkowego.

W przypadkach lżejszych oparzeń, a także do czasu przybycia karetki pogotowia, należy zapewnić poszkodowanemu spokój, podać środki przeciwbólowe oraz słodkie i ciepłe napoje. Okolicę oparzenia można zdezynfekować etanolem, a powierzchnię poparzoną splukać przegotowaną (lub destylowaną) wodą. **Nie wolno odrywać części ubrania przyklejonych do powierzchni oparzonej.**

**BEZ WSKAZAŃ LEKARZA NIE WOLNO STOSOWAĆ ŻADNYCH MAŚCI LUB INNYCH ŚRODKÓW.**

### **Udar cieplny i słoneczny**

Występuje wskutek przegrzania organizmu.

**Objawy:** osłabienie, lękliwość, zawroty głowy, przyspieszone tętno, zaburzenia wzrokowe; mogą wystąpić wymioty i utrata przytomności. Chorego należy umieścić w chłodnym i przewiewnym miejscu, zapewnić spokój; głowę i klatkę piersiową lekko umieścić; całe ciało zmywać zimną

wodą; na głowę i klatkę piersiową stosować zimne okłady. W razie potrzeby stosować sztuczne oddychanie.

## OPARZENIA CHEMICZNE

### **Pryśnięcie cieczy żrącej w oczy**

Oczy przemywać nieprzerwanie znaczną ilością wody bieżącej (lub w ostateczności - podawanej z dużego naczynia).

W przypadku pryśnięcia **kwasami** – przemyć oczy 1%-owym roztworem wodorowęglanu sodu ( $\text{NaHCO}_3$ ), a następnie ponownie dużą ilością wody.

W przypadku pryśnięcia **lugami** – przemyć oczy 1%-owym roztworem kwasu borowego, a następnie ponownie dużą ilością wody.

*Konieczna jest jak najszybsza fachowa pomoc medyczna.*

### **Oblanie ciała cieczą żrącą**

Miejsca oparzone spłukać znaczną ilością wody bieżącej lub podawanej z dużego naczynia.

W przypadku oblania **kwasami** – myć oparzenia 5%-owym roztworem wodorowęglanu sodu ( $\text{NaHCO}_3$ ), a następnie ponownie dużą ilością wody.

W przypadku oblania **lugami** – myć oparzenia 1%-owym roztworem kwasu octowego lub 1%-owym roztworem kwasu borowego, a następnie ponownie dużą ilością wody.

*W przypadku oblania znacznej powierzchni ciała (ponad 10%) konieczne jest szybkie przewiezienie oparzonego do lekarza.*

### **Oblanie ciała fenolem**

Miejsca oparzone spłukać znaczną ilością bezwodnego etanolu, a następnie wodą wapienną.

### **Postępowanie w przypadku kontaktu ze związkami metaloorganicznymi**

W razie bezpośredniego kontaktu ze związkami metaloorganicznymi oparzoną powierzchnię ciała należy spłukać dużą ilością zimnej wody, a następnie przemyć bezwodnym etanolem. Po założeniu jałowego opatrunku – udać się do lekarza.

## PORAŻENIA PRADEM ELEKTRYCZNYM

Wyłączyć prąd ewentualnie oderwać osobę porażoną spod napięcia, **chwytając za ubranie (a nie za ciało)**. Jeżeli porażony jest przytomny, ułożyć go wygodnie, zapewnić spokój, okryć, podać do picia ciepły napój.

Jeżeli porażony jest nieprzytomny, ale ma zachowany oddech i krążenie, położyć go wygodnie, odchylając maksymalnie głowę do tyłu (język nie może blokować krtani) i niezwłocznie wezwać karetkę pogotowia. Jeżeli porażony jest w stanie śmierci pozornej, przystąpić niezwłocznie do wykonywania zabiegu sztucznego oddychania oraz zewnętrznego masażu serca. Zabiegi te wykonuje się aż do przybycia lekarza, względnie do momentu odzyskania świadomości przez poszkodowanego.

### ZAPALENIE SIĘ UBRANIA LUB WŁOSÓW

Przewrócić na ziemię i tłumić ogień kocem, paltem lub inną częścią ubrania.

## ZATRUCIA

### ZATRUCIA CHEMICZNE WEWNĘTRZNE

Występują przy przedostaniu się przez drogi pokarmowe silnych kwasów i ługów. **NIE WOLNO POWODOWAĆ WYMIOTÓW.**

W przypadku zatruc kwasami podawać do picia słaby roztwór sody oczyszczonej.

W przypadku zatruc ługami podawać słabe roztwory kwasów (np. kwasu octowego lub cytrynowego).

Jeśli nieznaną jest wchłonięta substancja należy podawać do picia duże ilości wody.

*Niezbędna jest fachowa pomoc medyczna.*

### ZATRUCIA ALKOHOLEM METYLOWYM

**Początkowo bezobjawowe;** w dalszej fazie - zaburzenia wzroku, świadomości.

**Przed wszystkim wywołać wymioty;** jeśli chory jest przytomny podać w ciągu 30 minut **40%-owy etanol sześciokrotnie rozcieńczony wodą** w ilości: 1,5-2,0 ml na 1 kilogram masy ciała poszkodowanego; jak najszybciej przetransportować chorego do szpitala.

### ZATRUCIA POKARMOWE

**Objawy:** ostre zaburzenia żołądkowo – jelitowe, ewentualnie podwyższona temperatura. **Pożądane wywołanie wymiotów.** W przypadku zatrucia jadem kiełbasianym, który może wystąpić w konserwach jarzynowych i mięsnych), lub grzybami - konieczna natychmiastowa pomoc lekarska.

## ZATRUCIA GÓRNYCH DRÓG ODDECHOWYCH

### ZATRUCIA GAZAMI:

#### gazy duszące (tlenek węgla, gaz świetlny, gazy spalinowe)

**Objawy:** ból głowy, szum w uszach, nudności, osłabienie nóg, senność. Natychmiast wynieść poszkodowanego z pomieszczenia skażonego gazami do miejsca, w którym ma zapewnione czyste powietrze. W razie potrzeby zastosować sztuczne oddychanie; podać tlen. Bezwzględnie wezwać pogotowie ratunkowe.

#### gazy drażniące (tlenki azotu, siarkowodór, amoniak, dwutlenek siarki, pary steżonych kwasów)

**Objawy:** ból i zawroty głowy, podrażnienia błon śluzowych, bóle brzucha, wymioty.

Wynieść poszkodowanego ze skażonego pomieszczenia i ułożyć poziomo w miejscu, w którym ma zapewniony dostęp czystego powietrza i spokój. W razie potrzeby zastosować sztuczne oddychanie; podać tlen. Bezwzględnie wezwać pogotowie ratunkowe. **Zabronić ruchu poszkodowanemu** (w przypadku tlenków azotu następuje obrzęk płuc!).

#### gazowe związki usypiające (rozpuszczalniki organiczne, jak na przykład ksylen, benzen, benzyna, czterochlorek węgla, alkohole)

**Objawy:** podrażnienia błon śluzowych, dróg oddechowych i oczu, działanie usypiające, niepokój i zawroty głowy.

Wynieść lub wyprowadzić poszkodowanego z obszaru zanieczyszczonego gazami. Umieścić w miejscu zapewniającym dopływ czystego powietrza lub tlenu. Ciepło okryć. Przy braku oddechu zastosować sztuczne oddychanie. Bezwzględnie wezwać pogotowie ratunkowe.

## ZACHOROWANIA NAGLE

### OMDLENIA

**Objawy:** zawroty głowy, ogólne osłabienie, utrata przytomności, przyspieszone tętno.

Chorego ułożyć z lekko uniesionymi kolanami; głowa powinna być umieszczona niżej. Zapewnić dopływ świeżego powietrza; rozluźnić ubranie; twarz spryskać zimną wodą. Po odzyskaniu przytomności należy podać choremu gorącą kawę lub herbatę.

### **ATAK PADACZKI (epilepsja)**

**Objawy:** drgawki, piana na ustach, upadek na ziemię, utrata przytomności, mimowolne oddawanie moczu.

Chorego zabezpieczyć przed potłuczeniem się i przegryzieniem języka - włożyć między zęby zwinięty kawałek tkaniny. Po ustąpieniu objawów - chorego położyć, przykryć i zapewnić spokój.

### **ZAWAŁ MIĘŚNIA SERCOWEGO**

#### **lub ostra niedomoga naczyń wieńcowych**

**Objawy:** długotrwały ból za mostkiem w okolicy serca, promieniujący aż do lewej ręki. Chory odczuwa lęk i duszność.

Przed przybyciem lekarza należy chorego ułożyć wygodnie na łóżku, tapczanie, ławce. Zapewnić spokój. Zastosować zimny okład na okolicę serca. Podać leki przeciwbólowe; w razie możliwości podać tlen.

**Natychmiast wezwać pogotowie ratunkowe.**

Warszawa, 10.06.2002 r.

**ANNA HERUBIN**  
**LEKARZ MEDYCYNY**  
6287397

PRODZIEKAN  
WYDZIAŁU CHEMICZNEGO

*prof. dr hab. Janusz Serwatowski*

Instrukcję opracowano w oparciu o następujące materiały:

1. Instrukcja ogólna BHP i ppoż. z dnia 18.05.1996 r., obowiązująca na Wydziale Chemicznym
2. B.Dolęgowski, S.Janczała: Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach, Wyd. WEKA sp. z o.o., Warszawa 1999