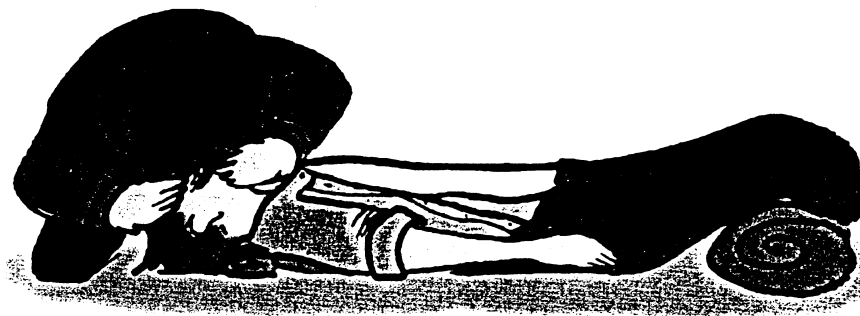


# RESUSCYTACJA

## (sztuczne oddychanie, masaż serca)

- Nieprzytomnemu kontrolujemy obecność oddychania i tętna na tętnicach szyjnych. Osobę nie oddychającą ratujemy zastępczym (sztucznym) oddychaniem techniką „usta-usta”. Odchylamy głowę poszkodowanego do tyłu. Oczyszczamy jamę ustną z ewentualnych ciał obcych. O ile to możliwe korzystamy z „maseczek jednorazowych” do sztucznego oddychania. Uszczelniamy usta wokół ust. Zaciskamy nos poszkodowanego. Wykonujemy wdech (około 0,3 – 0,5 litra powietrza), tak aby uniosła się klatka piersiowa. Robimy przerwę na wydech. Powtarzamy z częstotnością 10 – 20 oddechów na minutę.

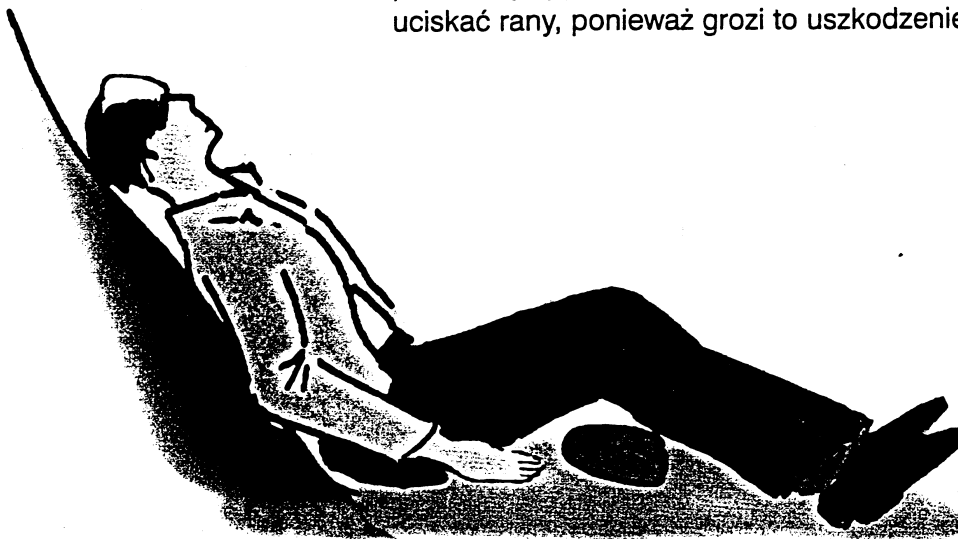


- Osobę z zatrzymaniem krążenia układamy na twardym podłożu. Unosimy wysoko jej nogi, opierając o stół lub krzesło. Odstawiamy jej klatkę piersiową. Opieramy dłonie na dolnej połowie mostka, 2 – 3 cm od kąta podżebrowego. Uciskamy rytmicznie na głębokość 3 – 5 cm, nie odrywając dłoni. Częstość uciskania 80 – 100 uciśnień na minutę. Proporcja ucisku do rozluźnienia jak 1:1. Co 15 uciśnień mostka robimy 2 zastępcze oddechy. Kontynuujemy działania ratownicze do czasu przybycia lekarza.

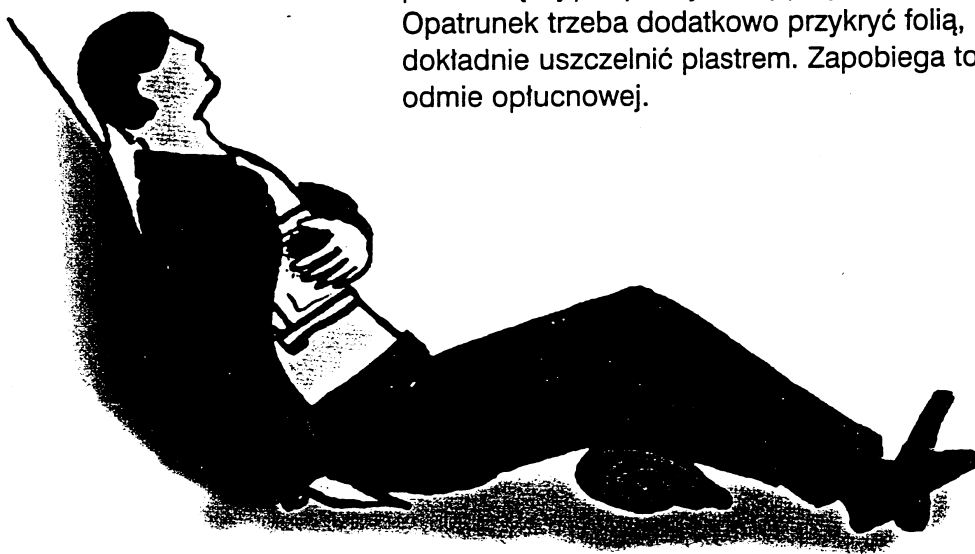


## Urazy głowy i klatki piersiowej

- Osobę przytomną z **raną głowy** należy ułożyć w pozycji półsiedzącej podpartej. Ranę ostonić jałową gazą. Nie wolno uciskać rany, ponieważ grozi to uszkodzeniem mózgu.



- Osobę z **raną klatki piersiowej** należy ułożyć w pozycji półsiedzącej podpartej. Ranę przykryć jałową gazą i ucisnąć. Opatrunek trzeba dodatkowo przykryć folią, której brzegi dokładnie uszczelnić plastrem. Zapobiega to ewentualnej odmie opłucnowej.

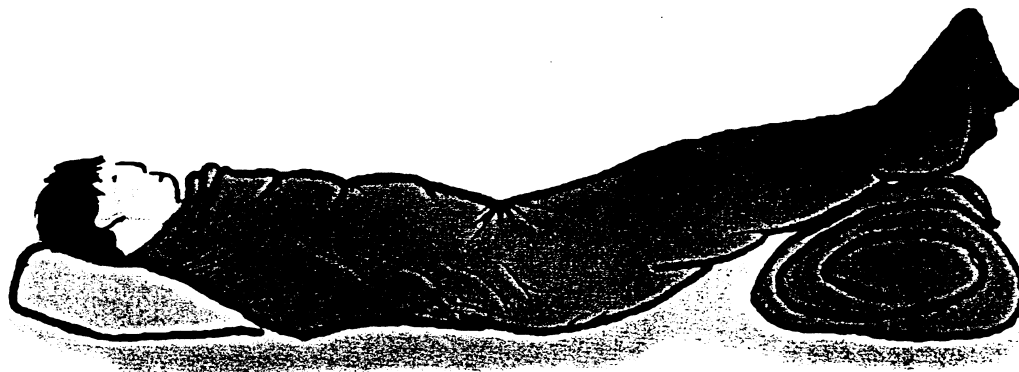


## Jrazy brzucha i wstrząs

- ☐ Poszkodowanego z raną **brzucha** należy ułożyć na plecach, z nieznacznie ugiętymi nogami, aby zmniejszyć napięcie mięśni ściany brzucha, ranę trzeba przykryć dużym jałowym opatrunkiem z gazy lub chusty trójkątnej. Nie należy uciskać rany, nawet gdyby doszło do wytrzewienia.



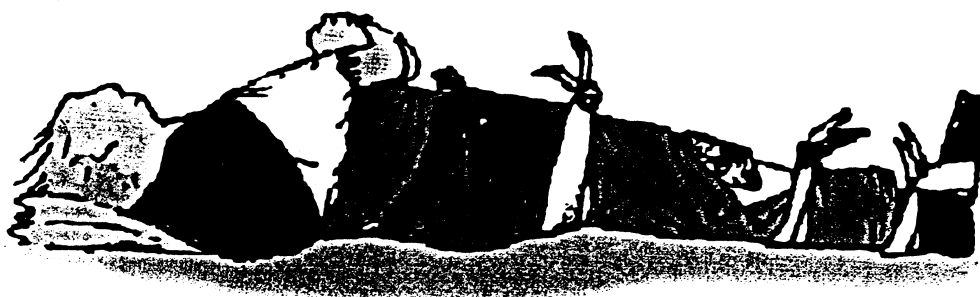
- ☐ Poszkodowanych **we wstrząsie** nigdy nie pozostawiamy bez opieki. W celu ochrony przed utratą ciepła można okryć chorego kocem lub folią termoizolacyjną NRC. Aby poprawić krążenie krwi nogi należy unieść wyżej.



# Opatrywanie złamań

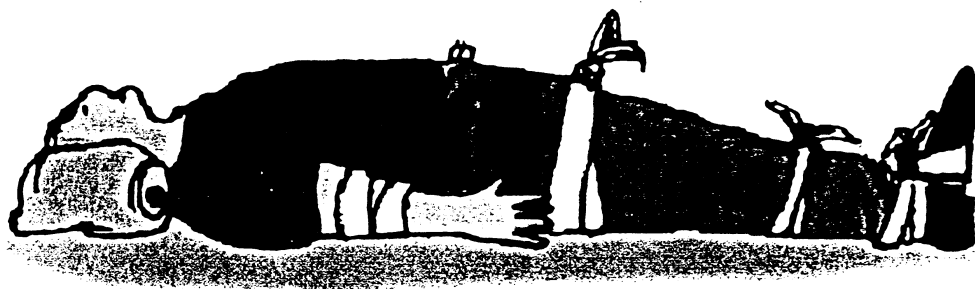
## ■ Opatrywanie zwichnięć i złamań

Złamaną kończynę górną należy unieruchomić do klatki piersiowej np. połą bluzy, koszuli. Złamaną nogę należy unieruchomić wiążąc z drugą zdrową nogą za pomocą bandaża lub chusty.

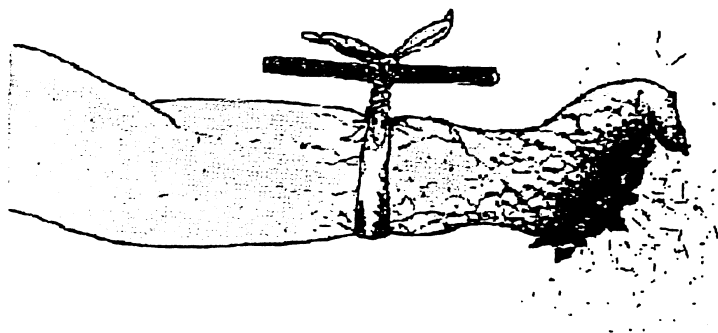


## ■ Uraz kręgosłupa

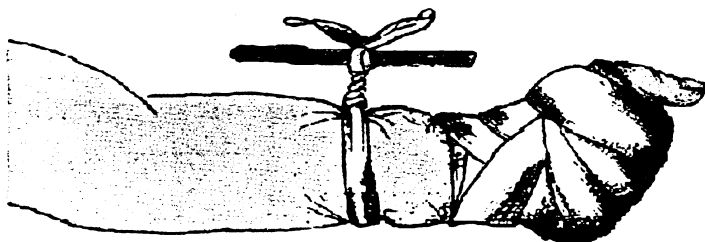
Podejrzewając złamanie kręgosłupa należy unikać przenoszenia poszkodowanego. Trzeba ustabilizować głowę wałkami z ubrania. Nogi można z wiązać razem ze sobą. O ile to możliwe, transport powinien się odbywać po usztywnieniu kręgosłupa sztywnego kołnierzem usztywniającym.



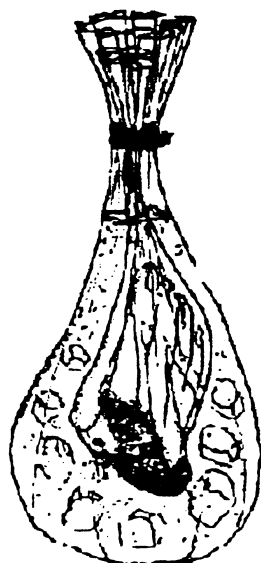
# Amputacja urazowa



- W razie amputacji urazowej należy zachować spokój. Unieść zranioną kończynę wyżej poziomu serca. <sup>Ponad</sup> Powyżej rany zaciśnąć opaską uciskową z taśmy, chusty trójkątnej.



- Na ranę położyć grubą opatrunek z gazy sterylnej i mocno docisnąć bandażem. Opaskę uciskową należy rozluźniać raz na godzinę, żeby nie doszło do martwicy tkanek.



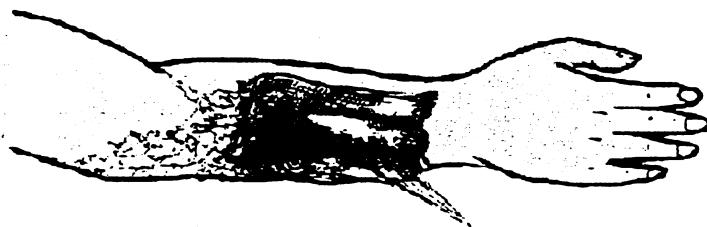
- Amputowane części ciała umieszczamy w plastikowym worku, a ten w następnym worku z wodą z lodem. Tak zabezpieczone być może uda się jeszcze replantować.



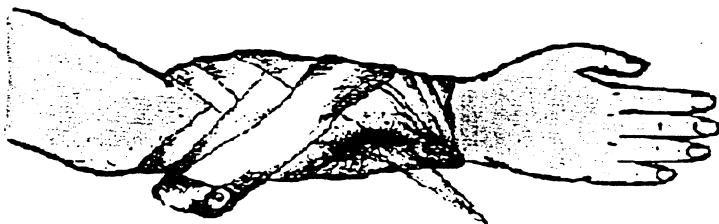
## Ciało obce w ranie



- Jeżeli w ranie utkwił jakiś kawałek metalu, drewna, szkła (ciało obce), nie należy go z rany wrywać. Na ostrzu obkurczyły się mięśnie, może tkwić pomiędzy naczyniami krwionośnymi i nerwami. Wrywanie grozi silnym krwotokiem i uszkodzeniem nerwów.



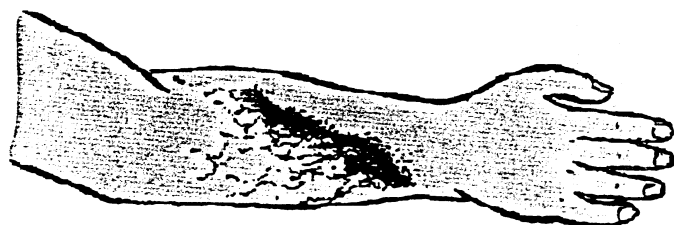
- Wokół ciała obcego układamy gazę jałową, rolki bandaża, tak aby stabilizować, a nie przemieszczać go w ranie. Dociskając brzegi rany tamujemy krwotok.



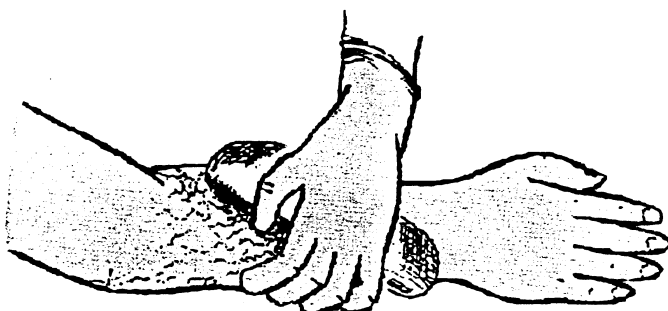
- Opatrunek z gazy mocujemy delikatnie bandażem lub chustą trójkątną. Stabilizujemy zranioną część ciała.



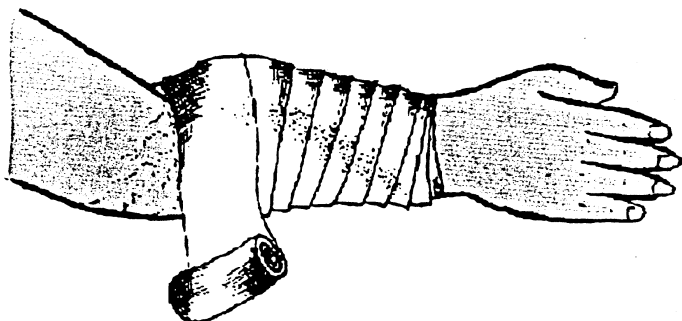
# Opatrywanie rany urazowej



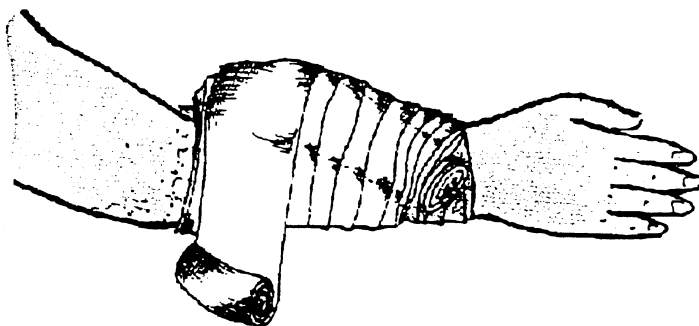
- Zranioną kończynę dobrze jest unieść powyżej poziomu serca.



- Ranę trzeba ucisnąć opatrunkiem z gazy, tak aby zatamować krwotok. Ratownik nie powinien zapominać o rękawiczkach ochronnych.



- Opatrunek z gazy należy silnie przywiązać bandażem lub chustą trójkątną.



- Jeżeli opatrunek przekrwawia, na pierwszą warstwę można przyłożyć wałek z bandaża lub gazy i silnie dowieźć następnym bandażem.



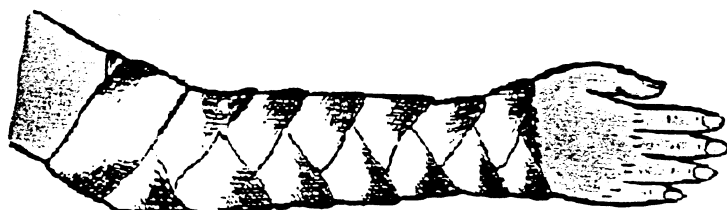
# Oparzenie termiczne



- Płonącą odzież należy ugasić wodą lub kocem gaśniczym.



- Oparzenie natychmiast schłodzić zimną wodą. Zdjąć obrączki, pierścionki, zegarek.



- Po schłodzeniu okryć oparzenie jałowym opatrunkiem. Nie smarować kremem, nie dezynfekować spirytusem.

