VILNIAUS
VYSTYMO
KOMPANIJA

PIRMOS PAGALBOS SUTEIKIMO NUKENTĖJUSIAJAM INSTRUKCIJA Nr. 2

Turinys:

I. Bendroji dalis
II. Bendrosios pirmosios pagalbos teikimo taisyklės
III. Pirmoji pagalba ištikus traukuliams
IV. Pirmoji pagalba kraujuojant
V. Pirmoji pagalba lūžus kaului
VI. Pirmoji pagalba esant galvos traumai
VII. Pirmoji pagalba nudegus
VIII. Pirmoji pagalba užspringus
IX. Pirmoji pagalba perkaitus ar ištikus saulė smūgiui
X. Pirmoji pagalba ištikus šokui
XI. Pirmoji pagalba įkandus ar įgėlus gyvūnui
XII. Pirmoji pagalba pasireiškus alerginei reakcijai
XIII. Pirmoji pagalba ištikus insultui
XIV. Pirmoji pagalba ištikus miokardo infarktui

BENDROJI DALIS

1. UAB „Vilniaus vystymo kompanija“ pirmos pagalbos suteikimo nukentėjusiajam instrukcija parengta pagal Lietuvos kariuomenės Dr. Jono Basanavičiaus karo medicinos tarnybos „Pirmos pagalbos teikimo vadovo“ ir Lietuvos raudonojo kryžiaus pirmosios pagalbos atmintinės „Pirmoji pagalba – aš galiu padėti“ rekomendacijas.
2. Asmuo, nukentėjęs dėl nelaimingo atsitikimo darbe, avarijos, incidento, jeigu jis pajėgia, privalo nedelsdamas apie tai pranešti tiesioginiam arba padalinio vadovui. Asmuo, matęs nelaimingą atsitikimą darbe arba jo padarinius, privalo suteikti nukentėjusiajam pirmąją pagalbą, iškviesti greitąją medicinos pagalbą ir nedelsdamas pranešti savo tiesioginiam arba padalinio vadovui, ar nukentėjusio darbuotojo padalinio vadovui:
3. Tiesioginis arba padalinio vadovas, gavęs informaciją apie darbo metu nukentėjusį darbuotoją, turi užtikrinti, kad nukentėjusiajam būtų suteikta reikiama pirmoji medicinos ir kitokia pagalba, o prireikus, nukentėjusysis būtų nugabentas į gydymo įstaigą bei organizuoti nelaimingo atsitikimo darbe tyrimą;
4. Įvykus nelaimingam atsitikimui darbe, darbo vieta ir įrenginių būklė, iki nelaimingo atsitikimo darbe tyrimo pradžios, turi būti išsaugoti tokie, kokie jie buvo nelaimingo atsitikimo darbe metu. Būtini pakeitimai gali būti daromi, jeigu jų nepadarius, kiltų pavojus aplinkinių asmenų gyvybei ir sveikatai, tačiau visa tai, kas buvo iki pakeitimų, turi būti raštu įforminta ir nufotografuota ar nufilmuota.
5. **Bendrasis pagalbos telefonas – 112.**

I. SKYRIUS
BENDROSIOS PIRMOSIOS PAGALBOS TEIKIMO TAISYKLĖS

6. Prieš pradedant teikti pirmąją pagalbą, būtina įvertinti situaciją, galimus pavojus ir imtis visų įmanomų, situaciją atitinkančių, atsargumo priemonių. Jei situacija pavojinga Jūsų gyvybei ar sveikatai, teikti pirmąją pagalbą draudžiama.
7. Galimi tokie pavojingi aplinkos poveikiai:
   - sprogimas,
   - ugnis,
   - elektros poveikis,
   - kulkos,
   - dujos,

- transporto eismas,
- vandens telkinys,
- nuodingosios medžiagos,
- degalai ir kt.

8. Imkitės priemonių pavojingai situacijai pakeisti (autoavarijos vietoje pastatykite įspėjamuosius ženklus, gesinkite gaisrą, išjunkite elektros srovę, naudokite apsaugos priemones ir t.t.) ir priklausomai nuo situacijos kvieskite pagalbą (darbuotojus, vadovą, greitąją medicinos pagalbą (toliau - GMP), policiją, ugniagesius ir t.t.). Kviesdami praneškite:
   - kas atsitiko;
   - kur atsitiko;
   - kiek nukentėjusiųjų ir kokia jų būklė.
9. Kviesdami pagalbą telefonu nepadėkite ragelio pirmas, leiskite operatoriui ar asmeniui, kuriam skambinate, viską išklausinėti.
10. Nenaudokite priemonių, kurios gali pabloginti nelaimingo atsitikimo situaciją (pvz., nejunkite elektros prietaisų, nedekite degtukų, jei aplinkoje yra sprogiųjų dujų mišinio – gamtinių dujų, benzino garų ir t.t.).
11. Nebloginkite nukentėjusiojo būklės (pvz., netraukite jo iš sudaužytos transporto priemonės, jei įtariate, kad lūžęs stuburas).
12. Jeigu tai įmanoma, išneškite nukentėjusįjį iš pavojingos aplinkos, nutraukite žalingą veiksnį.
13. Pirmąją pagalbą teikite kuo skubiau. Stiprų kraujavimą stabdykite tuojau pat nelaimingo atsitikimo vietoje.
14. Jei nukentėjęs žmogus sužalotas keliose vietose ar keliais būdais, pirmąją pagalbą pradėkite nuo to sužalojimo, kuris pavojingiausias gyvybei (pvz., stipraus kraujavimo stabdymas).
15. Jei yra daug nukentėjusiųjų, pirmiausia pagalbą teikite tiems, kuriuos galima greičiausiai išgelbėti ir kurių gyvybei gresia didžiausias pavojus.
16. Pirmąją pagalbą teikite visą laiką, kol atvyks GMP. Nepalikite nukentėjusiojo be priežiūros.
17. Padalinio vadovas, sužinojęs apie įvykusį nelaimingą atsitikimą darbe, esant poreikiui, privalo paskirti darbuotoją, atsakingą už GMP ir kitų tarnybų pasitikimą.
18. Prieš pradedant gaivinti nukentėjusįjį, būtina patikrinti asmens sąmoningumą atsargiai jį pajudinant ir paklausiant „kaip jaučiatės?“ (1 pav.).

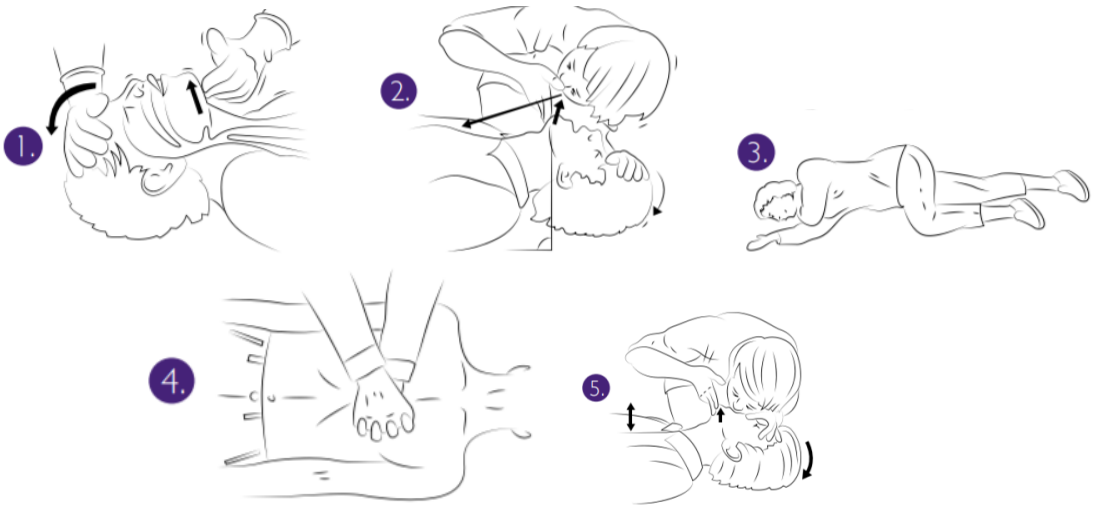


1 pav. Nukentėjusiojo sąmoningumo patikrinimas

19. **Jei nukentėjusysis sąmoningas:**
   - nuraminkite jį;
   - stenkitės nejudinti, nebent jei jums ar nukentėjusiajam aplinka yra pavojinga;nukentėjusįjį apžiūrėkite ir apčiuopkite nuo galvos iki kojų;
   - suteikite reikiamą pirmąją pagalbą;

- jei būtina, kvieskite GMP.

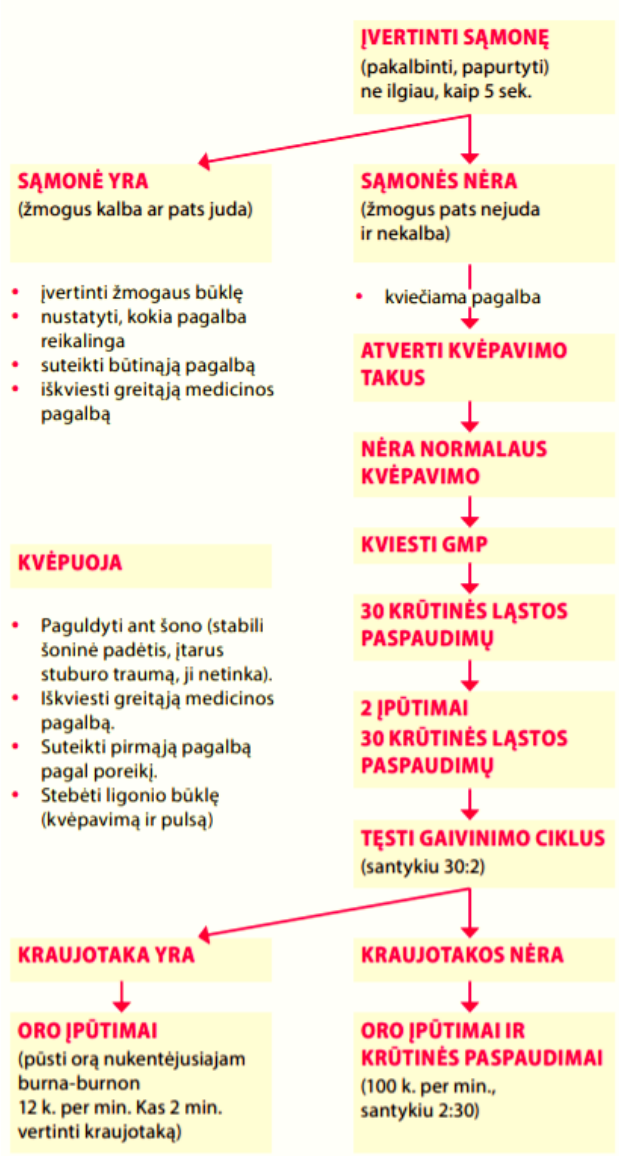
20. **Jeigu nukentėjusysis nesąmoningas (nejuda ir neatsako),** kvieskite GMP.
21. GMP kvieskite patys arba paprašykite aplinkinių.
22. Pradėkite gaivinimą.
    - paguldykite nukentėjusįjį ant nugaros;
    - jei nukentėjusysis nesąmoningas, bet kvėpuoja ir neįtariate stuburo traumos, paverskite jį ant šono, stebėkite sąmonę ir kvėpavimą;
    - jei nukentėjusysis nekvėpuoja atverkite nukentėjusiojo kvėpavimo takus: dviem pirštais pakelkite smakrą, kitos rankos delną uždėkite ant kaktos ir atloškite galvą. Stebėkite, klausykitės ir bandykite pajusti kvėpavimą (apie 10 sekundžių) (2 pav., 1);
    - jei nukentėjusysis nekvėpuoja ar nesate tikras dėl jo kvėpavimo, pradėkite gaivinti: atlikite 30 krūtinės paspaudimų 100 kartų per minutę dažniu (atitinka skaičiavimą „ir viens, ir du, ir viens, ir du...“)(2 pav., 4);
    - atlikę **30 krūtinės paspaudimų**, padarykite **2 įpūtimus**, ir t.t. Paspaudimus ir įpūtimus santykiu 30:2 (toliau – 30:2) kartokite tol, kol atvyks GMP, arba nukentėjusysis atsigaus pats (2 pav., 5);
23. Jeigu pagalbą teikiantis asmuo nėra profesionalus gaivintojas ar nenori/ negali daryti dirbtinio kvėpavimo, gaivinti nukentėjusįjį gali atlikdamas tik krūtinės paspaudimus: 100 krūtinės paspaudimų per 1 min.



2 pav. Pagrindinis nukentėjusiojo gaivinimas

24. Defibriliacija su automatiniu defibriliatoriumi (kai patalpose toks yra) atliekama nedelsiant, atnešus įrenginį į įvykio vietą.
25. Defibriliatorius prijungiamas prie gaivinamo nukentėjusiojo žmogaus vadovaujantis įrenginio gamintojo pateikta instrukcija.
26. Vykdant gaivinimą periodiškai tikrinama žmogaus kraujotaka:
    - stebima, ar yra judesiai, kvėpavimas, kosulys;
    - patikrinamas pulsas miego arterijos projekcijoje;

- šie veiksmai turi trukti ne ilgiau kaip 10 sekundžių.



3 pav. Suaugusio žmogaus gaivinimo algoritmas

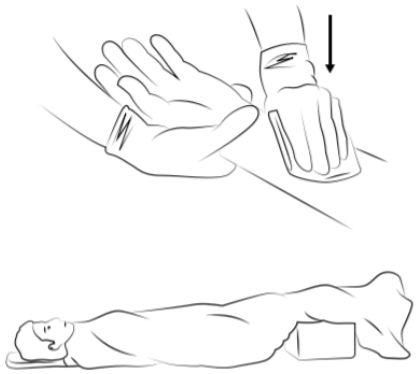
II. SKYRIUS
PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS TRAUKULIAMS

27. Paprastai traukuliai prasideda netekus sąmonės ar jos netenkant, todėl:
    - saugokite ligonį nuo susižalojimo aštriais ar kietais daiktais, griūvant, krentant –- prilaikykite jį ir paguldykite ant žemės;
    - ant kaktos uždėkite šaltą kompresą;
    - skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu 112 ir kvieskite GMP;
    - sustojus kvėpavimui ir širdies veiklai, pradėkite gaivinimą, kaip nurodyta II skyriuje.
28. Žinotina:
    - neslopinkite traukulių naudodami fizinę jėgą;
    - tarp dantų nedėkite jokių daiktų;

- nevežkite žmogaus į ligoninę traukulių priepuolio metu;
- net priepuoliui praėjus, nepalikite ligonio be priežiūros, būtinai kvieskite GMP.

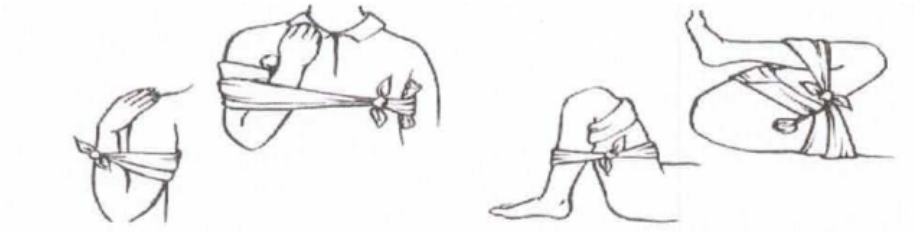
III. SKYRIUS
PIRMOJI PAGALBA KRAUJUOJANT

29. Kad apsisaugotumėte nuo užsikrėtimo infekcinėmis ligomis, užsimaukite vienkartines gumines pirštines.
30. Ant kraujuojančios vietos uždėkite sterilų tvarstį, jei žaizda kraujuoja smarkiai – užspauskite ją pirštais.
31. Žaizdą sutvarstykite tvarsčiu (bintu).
32. Jeigu žaizdoje yra svetimkūnis – stiklas, geležies gabaliukas ir t.t. – jokiu būdu jo negalima traukti lauk, nes jį ištraukus galime sukelti masyvų kraujavimą. Reikia stengtis svetimkūnį įtvirtinti taip kad jis nejudėtų:
    - suspauskite žaizdos kraštus, kad sumažėtų kraujavimas;
    - uždenkite sužeistą vietą marle;
    - paremkite įstrigusį daiktą iš abiejų pusių tvarsčio ritinėliais;
    - neveržd ami atsargiai apriškite sužeistą vietą su visu svetimkūniu.
33. Kraujuojant smarkiai, ant žaizdos uždėkite spaudžiamąjį tvarstį.
34. Jei kraujas vis dar sunkiasi, ant jau uždėto tvarsčio uždėkite dar vieną spaudžiamąjį tvarstį ir kvieskite GMP.
35. Paguldykite nukentėjusįjį ant nugaros ir pakelkite jo kojas arčiau širdies, nuraminkite, neduokite nieko gerti ir valgyti, užtikrinkite pastovią kūno temperatūrą (apklokite paltu, apsiaustu ar kt.), kad apsaugotumėte jį nuo šoko.
36. Jei nėra būtina, sąmoningo gulinčio nukentėjusiojo nejudinkite.



4 pav. Kraujavimo stabdymas

37. Jei nėra galūnės kaulų lūžimų, kraujavimą galima sustabdyti sulenkiant galūnę per sąnarį (5 pav.):
    - paraitoti kelnes arba rankovę;
    - iš bet kokios medžiagos padarius gniužulą įdėti į duobutę, kuri susidaro sulenkus sąnarį, esantį aukščiau sužeisto vietos;
    - kiek galima smarkiau sulenkti sąnarį, esantį virš gniužulo;
    - ranką ar koją tokioje padėtyje surišti arba perrišti prie nukentėjusio liemens.



5 pav. Kraujavimo sustabdymas sulenkiant galūnę per sąnarį

38. Esant arteriniam kraujavimui iš galūnės, kaip pagrindinė gelbėjimo priemonė smarkiai kraujuojant iš žaizdos, kai išorinio kraujavimo nepavyksta sustabdyti spaudžiamuoju tvarsčiu (standartiniais būdais), gali būti naudojamas **turniketas** (6 pav.).



6 pav. Turniketas

39. Turniketo naudojimo instrukcija skiriasi priklausomai nuo jo konstrukcijos, tačiau bendrosios taisyklės yra nekintamos:
    - turniketas dedamas 5–8 cm. virš žaizdos, bet ne ant sąnario;
    - vieta po turniketu atlaisvinama nuo kietų daiktų (ištuštinama kišenė, pašalinamos grandinėlės, raiščiai ir t.t.);
    - turniketas suveržiamas iki kraujotakos sustabdymo, sukant jo rankenėlę (lazdelę), kol kraujavimas sustos ir pulsas galūnėje nebus apčiuopiamas;
    - nepavykus sustabdyti kraujavimo vienu turniketu, aukščiau pirmojo uždedamas antrasis turniketas;
    - turniketo uždėjimo laikas būtinai nurodomas lydinčiuose dokumentuose, arba tiesiogiai ant turniketo (jeigu numatyta turniketo konstrukcijoje);



7 pav. Ant turniketo turi būti užrašomas jo uždėjimo laikas

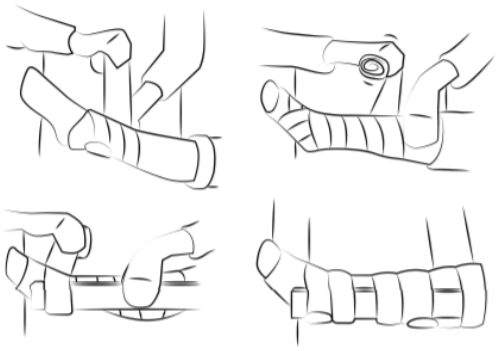
    - draudžiama ant turniketo dėti raiščius ar kitus įtvarus;
    - draudžiama atlaisvinti arba nuiminėti turniketą visiems, išskyrus medicinos personalą.
40. Kraujuojant iš nosies ar galvos srityje nukentėjusiojo neguldykite (į gydymo įstaigą jis transportuojamas sėdimoje padėtyje).
41. Įtariant vidinį kraujavimą, būtina kuo skubiau iškviesti GMP.

IV. SKYRIUS
PIRMOJI PAGALBA LŪŽUS KAULUI

42. **Kaulo lūžis gali būti:**
    - atviras – lūžio vietoje pažeidžiama oda, atsiveria žaizda, iš kurios kyšo kaulų galai;

- uždaras – oda lūžio vietoje nepažeidžiama.

43. Kaulų lūžių požymiai - lūžio vietoje atsiranda patinimas, kraujosruva, skausmas, jaučiamas ar girdimas traškėjimas, formos pasikeitimas: galūnė gali būti sutrumpėjusi, neįprastai perkreipta, persukta, sulenkta; judesių sutrikimas; atraminės funkcijos išnykimas; matomi lūžgaliai.
44. Jei GMP yra pakeliui, žmogaus geriau neliesti ir galūnės įmobilizuoti nereikia, pasistengti sustabdyti kraujavimą, suteikti žmogui patogią padėtį ir laukti medikų.
45. **Atviro kaulų lūžio atveju:**
    - stabdykite kraujavimą, dėdami tvarstį ant žaizdos;
    - nespauskite išsikišusių kaulų fragmentų;
    - tvarstykite sužalotą vietą taip, kaip tvarstoma žaizda su įstrigusiu svetimkūniu;
    - įmobilizuokite traumuotą galūnę taip, kad aukščiau ir žemiau pažeistos vietos esantys sąnariai nejudėtų.
46. **Uždaro kaulų lūžio atveju:**
    - prilaikykite sužalotą vietą, stenkitės nejudinti;
    - įmobilizuokite pažeistą vietą taip, kad aukščiau ir žemiau pažeistos vietos esantys sąnariai nejudėtų (jeigu nukentėjusiojo netransportuojate, sužalotą vietą tik prilaikykite, kol atvyks GMP);
    - naudokite standžius, kietus įtvarus (lentelės, kartonas, medžių šakelės, standžiai susukti laikraščiai) ir minkštus paklotus, kad nesusidarytų pragulos;
    - įtvarą prie sužeistos galūnės pritvirtinkite tvarsčiu ar skarele;
    - įtvaro negalima dėti ant žaizdos;
    - pažeistą galūnę pritvirtinkite prie šalia esančios galūnės ar kūno dalies.
47. Skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu 112 ir kvieskite GMP.
48. Stebėkite nukentėjusiojo gyvybinius požymius – sąmonę (ar kalbinamas žmogus atsako), pulsą ir kvėpavimą, kol atvyks medikai.
49. Jei nukentėjusysis prarado sąmonę, atverkite kvėpavimo takus ir įvertinkite kvėpavimą. Jei jis nekvėpuoja, pradėkite gaivinimą.



8 pav. Sužalotos galūnės įmobilizacija

50. Po traumos, jei yra ar įtariate, kad yra kaklo slankstelių lūžio požymių, jei žmogus su šalmu, šalmo nenuimkite. Galvą įmobilizuokite kartu su šalmu. Apsauginį šalmą galima nuimti tik šiais atvejais:
    - reikia stabdyti stiprų kraujavimą iš galvos;
    - apsauginis šalmas trukdo kvėpuoti;
    - nukentėjęs žmogus vemia ir gali užspringti;
    - reikia daryti dirbtinį kvėpavimą, o apsauginis šalmas trukdo;
    - įmobilizuoti neįmanoma, nes šalmas laisvas, suskilęs.
51. Jei reikia, šalmą nuimkite dviese:
    - pirmasis – atsiklaupkite nukentėjusiojo galvūgalyje. Abiem rankomis suimkite šalmą ir apatinį žandikaulį, atsargiai truputį patraukite į save ir atloškite;

- antrasis – atsekite šalmo dirželį ar nukirpkite. Vieną ranką pakiškite po nukentėjusiojo kaklu ir pakaušiu, kita prilaikykite apatinį žandikaulį;
- pirmasis – užkiškite pirštus už šoninių šalmo kraštų, patempkite į šonus ir nuimkite. Suimkite nukentėjusiojo galvą iš šonų, prilaikykite;
- antrasis – įmobilizuokite kaklą ir galvą.

V. SKYRIUS
PIRMOJI PAGALBA ESANT GALVOS TRAUMAI

52. Galvos trauma yra bet kuri trauma, kurios metu yra sužalojamas skalpas, kaukolė ar smegenys. Sužeidimas gali būti nuo pavienio skalpo sumušimo iki sudėtingo smegenų sužalojimo.
53. Galvos traumų klasifikacija:
    - **uždara galvos trauma** įvyksta patyrus stiprų smūgį į galvą kokiu nors buku daiktu, bet tas daiktas nesulaužo kaukolės;
    - **atviras galvos sužalojimas**. Smūgio metu sulaužoma kaukolė ir sužeidžiamos smegenys. Taip dažniausiai nutinka, kai yra judama dideliu greičiu, lekiant pro automobilio langą autoįvykio metu ar šovus į galvą ginklu.
54. **Simptomai:**
    - akių vyzdžių pokyčiai ar nevienodas jų dydis;
    - traukuliai;
    - iškreipti veido bruožai;
    - skysčio tekėjimas iš burnos, nosies ar ausų (skystis gali būti skaidrus arba kraujingas);
    - kaukolės ar veido lūžiai, veido nubrozdinimai, sužeidimo vietos sutinimas arba skalpo žaizda;
    - susilpnėjusi klausa, uoslė, skonis ar regėjimas;
    - negalėjimas pajudinti vienos ar daugiau galūnių;
    - dirglumas (ypač vaikų), asmenybės pasikeitimai ar nebūdingas elgesys;
    - sąmonės netekimas, sumišimas arba mieguistumas;
    - retas kvėpavimas arba labai žemas kraujo spaudimas;
    - neramumas, nerangumas, koordinacijos netekimas;
    - stiprus galvos skausmas;
    - neaiški kalba arba išsiliejantis regėjimo vaizdas;
    - sustingęs kaklas ar vėmimas;
    - simptomai stiprėja ir staiga pasidaro labai blogai (sutrinka sąmonė).
55. **Pirmoji pagalba**:
    - kuo skubiau skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu 112 ir kvieskite **GMP** arba patys gabenkite žmogų į gydymo įstaigą;
    - nėra sąmonės, kvėpavimo – pradinis gaivinimas 30:2;
    - dažnai esant galvos traumai, būna sužalotas ir stuburas;
    - jei žmogus vemia, paverskite žmogų ant šono, kaip parodyta II skyriuje;
    - stabdykite kraujavimą tiesiogiai spausdami žaizdą švariu audeklu;
    - jei įtariate kaukolės lūžį, nedėkite spaudžiamojo tvarsčio ant žaizdos ir nešalinkite jokių svetimkūnių iš žaizdos;
56. uždenkite žaizdą sterilia marle.

VI. SKYRIUS
PIRMOJI PAGALBA NUDEGUS

57. **Nudegimas** gali būti terminis, cheminis, elektros:
    - terminis nudegimas - nudegimą gali sukelti prisilietimas prie ugnies ar įkaitusių daiktų, sausas karštis, trintis, karšti skysčiai ir garai;
    - cheminis nudegimas - nudegimą gali sukelti korozinės medžiagos (rūgštys,šarmai);
    - elektros nudegimas – juos gali sukelti elektros srovė, radiacija.
58. **Nudegimo požymiai:**
    - skausmas;
    - odos paraudimas, aplinkiniai audiniai paburkę (paviršinis nudegimas);
    - pūslės (vidutinio gylio nudegimas);
    - apanglėjusi, papilkėjusi oda (gilus nudegimas);
    - šokas;
    - elektros nudegimams būdingos rusvos, vario spalvos nuosėdos ant odos, nudegimo požymiai elektros srovės įėjimo ir išėjimo vietos.
59. **Pirmoji pagalba:**
    - užtikrinkite savo saugumą (jeigu gresia tiesioginis pavojus, nesiartinkite prie nukentėjusiojo);
    - skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu 112 ir iškvieskite GMP;
    - nutraukite deginimo procesą, jei jis dar vyksta. Pavyzdžiui, jei nukentėjusio drabužiai dega, užgesinkite, jei elektra dar teka, nutraukite jos srovę. Jei nudegimas cheminis, pasistenkite pašalinti visas chemines medžiagas nuo odos jas nuplaudami tekančiu vandeniu arba tiesiog jas nubraukdami;
    - vėsinkite nudegusią vietą kambario temperatūros (apie 8–20°C) vandeniu, geriausia po silpna tekančio vandens srove. Ją nukreipkite taip, kad vanduo nuo nudegimo ant sveikos odos netekėtų mažiausiai 10 minučių, arba kol nukentėjusysis nejaus skausmo (ne ilgiau 20 min.);
    - nuvilkite (apkirpkite) visus apdegusius drabužius, nuimkite apyrankes, žiedus, laikrodžius ir kita, kas patinus audiniams, gali spausti nudegusią vietą;
    - visą nudegimo plotą kartu su apanglėjusiais drabužiais aplink žaizdą lengvai aptvarstykite;
    - parinkite nukentėjusiojo kūnui patogią padėtį iki atvyks GMP.

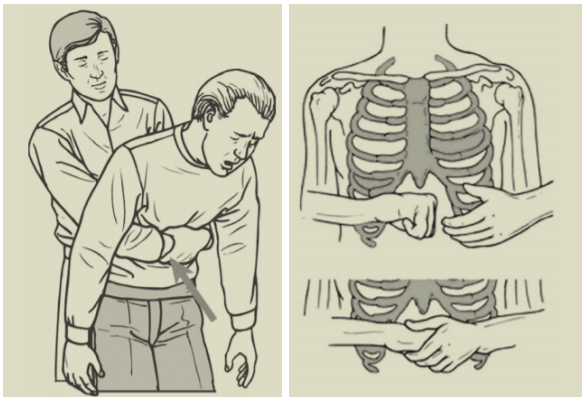
VII. PIRMOJI PAGALBA UŽSPRINGUS

60. Įtarus užspringimą nukentėjusiojo klauskite „Ar Jūs užspringote?“, „Ar galite kalbėti?“. Jei kvėpavimo takai visiškai užkimšti, žmogus kalbėti negalės.
61. Jeigu nukentėjusysis gali kalbėti ir kosėti, nieko nedarykite, tik skatinkite nukentėjusįjį kosėti. Stiprus kosulys yra geriausia svetimkūnio pašalinimo priemonė.



9 pav. Užspringimo požymis

62. Jei nukentėjusysis negali kalbėti ir kosėti, 5 kartus stuktelėkite per nugarą į tarpumentę. Jei tai nepadeda – 5 kartus spustelkite viršutinėje pilvo srityje (atlikite Heimlicho manevrą).
    - 5 kartus stuktelėkite į tarpumentę;
    - 5 kartus spustelkite viršutinėje pilvo srityje;



10 pav. Pirmoji pagalba užspringus

- jei nepadėjo, kartokite smūgius į tarpumentę ir pilvo spustelėjimus.

63. Jei spausti po krūtinkauliu negalima (pilvo žaizdos, nėštumas), spauskite krūtinkaulį žemiausioje vietoje.
64. Jei nukentėjusysis prarado sąmonę, kvieskite **GMP**, atlikite pradinį gaivinimą.

VIII. SKYRIUS
PIRMOJI PAGALBA PERKAITUS AR IŠTIKUS SAULĖS SMŪGIUI

65. Perkaitimo požymiai atsiranda staiga: pakyla kūno temperatūra, atsiranda galvos skausmai, mieguistumas, žiovulys, sutrinka pusiausvyra, kalba tampa nerišli, veidas parausta, padažnėja pulsas (110–160 kartų per min.) ir kvėpavimas. Jei kūno temperatūra pakyla iki +41°C ar daugiau ir tokia būklė užsitęsia, žmogus netenka sąmonės ir gali mirti.
66. Saulės smūgis ištinka tada, kai tiesiogiai krintant ant nepridengtos galvos ir sprando saulės spinduliams, sudirginus galvos smegenų dangalus, pakyla galvos smegenų temperatūra – sutrinka galvos smegenų funkcija. Ištikus saulės smūgiui, skauda galvą, spengia ausyse, pykina, žmogus vemia, suglemba, netenka sąmonės ir gali mirti.
67. Perkaistama esant šioms sąlygoms:

- aukštai aplinkos temperatūrai;
- didelei santykinei oro drėgmei;
- nevėdinamoms patalpoms;
- dideliam fiziniam krūviui.

68. Greičiau perkaista turintys didesnį viršsvorį, pavargę, neištvermingi, senyvi žmonės ir vaikai.
69. Nukentėjusįjį būtina skubiai išnešti iš karštos aplinkos ir paguldyti pavėsyje (vėsioje aplinkoje), atsagstyti drabužius (atsekite apykaklę) ir vėdinti (vėduokle, ventiliatoriumi). Nukentėjusįjį reikia šaldyti: ant kūno dėti sudrėkintą +37°C vandenyje paklodę, rankšluostį, ant stambių kraujagyslių (kaklo, pažastų, kirkšnies) dėkite kelis šaltus kompresus. Jei nukentėjusysis sąmoningas, duokite gerti vandens. Vežkite į gydymo įstaigą.
70. Negalima į šaltą vandenį nardinti visą kūną.
71. Dažnai perkaitimas ir saulės smūgis ištinka kartu. Tokiais atvejais, šaldykite nukentėjusiojo galvą.

IX. PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS ŠOKUI

72. Nekontroliuojamas kraujavimas ir skausmas gali sukelti trauminį šoką. Šokas išsivysto dėl sumažėjusios kraujo tėkmės į smegenis ar kitus organus. Kadangi kraujas yra labai svarbus žmogaus vidinės terpės skystis, atliekantis deguonies pernašos į visus organus ir kūno temperatūros užtikrinimo

funkcijas, dėl jo stokos pasireiškia žemiau išvardyti simptomai. Negydomas šokas, kurį sukėlė nukraujavimas, visada baigsis mirtimi.

73. Trauminio **šoko požymiai:**
    - žmogus būna sudirgęs arba vangus;
    - oda šalta, blyški;
    - žmogus išpiltas šalto prakaito;
    - padažnėja kvėpavimas;
    - padažnėja pulsas;
    - krūtinės skausmas.
74. Pirmoji **pagalba:**

- svarbiausia yra sukontroliuoti kraujavimą. Tačiau, jei nukentėjusiajam išryškėja pirmieji šoko požymiai, labai svarbu stabilizuoti nukentėjusiojo būklę, kol atvažiuos GMP;
- skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu 112 ir kvieskite GMP;
- įsitikinkite ar nukentėjusysis kvėpuoja, jei ne – pradėkite pradinio gaivinimo žingsnius;
- kraujavimas turi būti sustabdytas prieš bet kokį šoko gydymą;
- jei neįtariate kaklo traumos, paguldykite nukentėjusįjį ant nugaros ir pakelkite kojas aukščiau širdies lygio;
- jei įtariate kaklo sužalojimą, nejudinkite nukentėjusiojo;
- užtikrinkite, kad nukentėjusysis nesušaltų;
- nuolat tikrinkite nukentėjusiojo būklę. Jei nukentėjusysis nustoja kvėpuoti, pradėkite gaivinti. Jei nukentėjusysis vemia, apverskite ligonį ant šono ir pirštais išvalykite nukentėjusiojo burną.

X. PIRMOJI PAGALBA ĮKANDUS AR ĮGĖLUS GYVŪNUI

75. Įkandus ar įgėlus gyvūnui, būtina imtis visų įmanomų priemonių, kad įvykis nepasikartotų, ir:

- stabdyti kraujavimą bei pažeistą vietą sutvarstyti;
- esant nuodingų gyvūnų įkandimams jokiu būdu nuodų nečiulpkite, o nuo įkąstos galūnės nuimkite žiedus ir apyrankes. Pažeistą galūnę specialiai sutvarstykite. Tvarstis apvyniojamas glaudžiai apie visą galūnę, tačiau per daug nesuveržiant, kad būtų įmanoma po juo pakišti pirštą. Galūnės apvyniojimas mažina limfos tėkmę ir nuodų išplitimą;
- stenkitės galūnę laikyti žemiau širdies lygio;
- priklausomai nuo situacijos, kvieskite **GMP** arba nukentėjusįjį gabenkite į gydymo įstaigą.

XI. PIRMOJI PAGALBA PASIREIŠKUS ALERGINEI REAKCIJAI

76. **Alerginė reakcija** gali būti atpažįstama pagal šiuos požymius:
    - dusulys;
    - odos paraudimas, dilgėlinis bėrimas, niežėjimas;
    - veido, vokų, lūpų, liežuvio paburkimas;
    - silpnas, greitas pulsas;
    - pilvo skausmai, pykinimas, vėmimas, viduriavimas;
    - galvos svaigimas, nualpimas, sąmonės praradimas;
    - šokas.
77. **Pirmoji pagalba:**
    - skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu **112** ir kvieskite **GMP**. Jei įmanoma, surinkite informacijos apie galimą alergeną ir jį pašalinkite;

- paklauskite nukentėjusiojo, ar jis turi su savimi adrenalino švirkštą (paprastą švirkštą arba automatinį – autoinjektorių) ir padėkite nukentėjusiajam susišvirkšti adrenalino į raumenis;
- nukentėjusiajam suteikite tokią padėtį, kuri jam būtų patogi. Jei kamuoja dusulys, pasodinkite. Jeigu nukentėjusysis jaučia silpnumą, svaigsta galva, paguldykite ir kojas pakelkite aukščiau nei jo galva;
- atlaisvinkite nukentėjusiajam drabužius, kad būtų lengviau kvėpuoti. Jokiu būdu neduokite nieko gerti;
- stebėkite gyvybinius požymius – sąmonę (ar kalbinamas žmogus atsako), pulsą ir kvėpavimą, kol atvyks medikai;
- jei nukentėjusysis prarado sąmonę, atverkite kvėpavimo takus ir įvertinkite kvėpavimą, jei jis nekvėpuoja, pradėkite gaivinimą 30:2;
- nukentėjusįjį būtina vežti į gydymo įstaigą nors ir pagerėtų sveikata. Po anafilaksijos dažnai simptomai atsikartoja. Todėl būtina, kad toks žmogus būtų stebimas gydymo įstaigoje bent kelias valandas.

XII. PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS INSULTUI

78. **Insultas** yra kraujotakos sutrikimas smegenyse. Insultas pažeidžia smegenų ląsteles ir sukelia neurologinę simptomatiką bei sutrikdo paciento sveikatą, sukelia grįžtamus arba negrįžtamus pakitimus.
79. **Kaip atpažinti**:
    - nukarę nukentėjusiojo lūpos kampas, pasikeitusi šypsena;
    - sutrikusi sunkiai suprantama kalba;
    - sumažėjusi vienos pusės galūnės jėga (paprašius jos negali pakelti);
    - staigus stiprus galvos skausmas;
    - atrodo kaip „girtas“;
    - sąmonės sutrikimas.
80. **Pirmoji pagalba:**
    - jei nukentėjusysis sąmoningas, padėkite jam atsigulti, nežymiai pakelkite galvą ir pečius, panaudodami minkštą pagrindą;
    - atlaisvinkite drabužius, kurie gali apsunkinti kvėpavimą. Nuraminkite.
81. Svarbu:
    - skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu 112 ir kvieskite GMP;
    - stebėkite gyvybinius požymius sąmonę (ar kalbinamas žmogus atsako), pulsą ir kvėpavimą, kol atvyks medikai;
    - jei nukentėjusysis prarado sąmonę, atverkite kvėpavimo takus ir įvertinkite kvėpavimą, jei jis nekvėpuoja, pradėkite gaivinimą 30:2;
    - žmogus ištiktas insulto į gydymo įstaigą turi būti nugabentas per 3 val.

XIII. PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS MIOKARDO INFARKTUI

82. **Miokardo infarkto** metu užsikemša širdies kraujagyslė ir dalis širdies ploto negauna deguonies. Dėl to sutrinka širdies veikla.
83. **Kaip atpažinti:**
    - diskomfortas krūtinės srityje ar krūtinės skausmas yra dažniausi miokardo infarkto požymiai;
    - nemalonus spaudimas, pilnumas, sunkumas ar skausmas krūtinės centre už krūtinkaulio. Skausmas gali plisti į bet kurį petį ar ranką, apatinį žandikaulį;
    - galvos svaigimas;
    - staigus sąmonės netekimas;

- pykinimas;
- dusulys;
- išbalęs žmogus su pamėlusiomis lūpomis.

84. **Pirmoji pagalba:**
    - nuraminkite nukentėjusįjį;
    - nukentėjusiajam suteikite tokią padėtį, kuri jam būtų patogi ir leistų lengviau kvėpuoti. Dažniausiai tai - pusiau sėdima padėtis su atremta galva ir pečiais bei sulenktomis per kelio sąnarį kojomis;
    - skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu 112 ir kvieskite GMP;
    - duokite nukentėjusiajam aspirino tabletę (160-325 mg);
    - jei nukentėjęs sąmoningas ir su savimi turi nitroglicerino, padėkite jam įsidėti tabletę nitroglicerino po liežuviu. Jei žmogus be sąmonės, vaistų jam į burną dėti negalima, nes tai svetimkūnis, kuriuo žmogus gali užspringti.

85. **Svarbu**:
    - skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu 112 ir kvieskite GMP;
    - stebėkite gyvybinius požymius sąmonę (ar kalbinamas žmogus atsako), pulsą ir kvėpavimą, kol atvyks medikai;
    - jei nukentėjusysis prarado sąmonę, atverkite kvėpavimo takus ir įvertinkite kvėpavimą; jei jis nekvėpuoja, pradėkite gaivinimą 30:2;
    - žmogus ištiktas miokardo infarkto į gydymo įstaigą turi būti pristatytas per 3 val.

Metaduomenys	
Vidinis DVS dokumento numeris	DOK-00045792
Dokumento sudarytojas	
Dokumento pavadinimas	Pirmos pagalbos suteikimo nukentėjusiajam instrukcija Nr.2
Dokumento registracijos data	2024-03-01
Dokumento registracijos numeris	2024-VTA-003
Dokumento specifikacijos identifikavimo žyma	PDF
Parašo paskirtis	Pasirašymas
Pasirašiusio asmens vardas	Laura Joffė
Parašo sukūrimo data ir laikas	2024-03-01 09:11
Parašo formatas	PAdES_BASELINE_B
Laiko žymoje nurodytas laikas	-
Sertifikavimo paslaugos tiekėjas	BSSIT CA
Sertifikato galiojimo laikas	2117-09-24 06:00
Pagrindinio dokumento priedų skaičius	-
Pagrindinio dokumento pridedamų dokumentų skaičius	-
Programinės įrangos, kuria naudojantis sudarytas elektroninis dokumentas, pavadinimas	-
Informacija apie elektroninio dokumento ir elektroninių parašų tikrinimą (tikrinimo data)	Tikrinant nenustatyta jokių klaidų (2024-04-04 13:23)
Elektroninio dokumento nuorašo atspausdinimo data ir ją atspausdinęs darbuotojas	2024-04-04 13:23 atspausdino Tatjana Tunkevič

Tipas	Vardas Pavardė	Sprendimas	Dokumento versija	Įgyvendinta
Vizavimas	Diana Špakauskaitė	**Priėmė - Diana Špakauskaitė**	1	2024-02-29 14:56
Pasirašymas	Laura Joffė	**Priėmė - Laura Joffė**	2	2024-03-01 9:11
Registravimas	Tatjana Tunkevič	**Priėmė - Tatjana Tunkevič**	2	2024-03-01 12:02