VILNIAUS RAJONO PEDAGOGINĖ PSICHOLOGINĖ TARNYBA
Įstaigos pavadinimas

Įstaigos kodas 302678586

PATVIRTINTA
Vilniaus rajono pedagoginės
psichologinės tarnybos direktoriaus
2025 m. sausio 31 d. įsakymu Nr. _____

PIRMOS PAGALBOS SUTEIKIMO NUKENTĖJUSIAJAM INSTRUKCIJA

Nr. 2

TEKSTO SUDEDAMOSIOS DALYS:

I. BENDROJI DALIS
II. BENDROSIOS PIRMOSIOS PAGALBOS TEIKIMO TAISYKLĖS
III. GAIVINIMAS SU AUTOMATINIU DEFIBRILIATORIUMI
IV. PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS TRAUKULIAMS
V. PIRMOJI PAGALBA KRAUJUOJANT
VI. PIRMOJI PAGALBA ESANT GALVOS TRAUMAI
VII. PIRMOJI PAGALBA LŪŽUS KAULUI
VIII. PIRMOJI PAGALBA NUDEGUS
IX. PIRMOJI PAGALBA PERKAITUS AR IŠTIKUS SAULĖ SMŪGIUI
X. PIRMOJI PAGALBA UŽSPRINGUS
XI. PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS ŠOKUI
XII. PIRMOJI PAGALBA ĮKANDUS AR ĮGĖLUS GYVŪNUI
XIII. PIRMOJI PAGALBA PASIREIŠKUS ALERGINEI REAKCIJAI
XIV. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

I. BENDROJI DALIS

1. Ši pirmos pagalbos suteikimo nukentėjusiajam instrukcija (toliau – Instrukcija) skirta visiems Vilniaus rajono pedagoginės psichologinės tarnybos (toliau – Įstaiga) darbuotojams, siekiant supažindinti juos su reikiamais atlikti veiksmais teikiant pirmąją pagalbą nukentėjusiems nelaimingų atsitikimų atvejais.

2.  Asmuo, nukentėjęs dėl nelaimingo atsitikimo darbe, avarijos, incidento, jeigu jis pajėgia, privalo nedelsdamas pranešti tiesioginiam vadovui.

3. Asmuo, matęs nelaimingą atsitikimą darbe arba jo padarinius, privalo suteikti nukentėjusiajam pirmąją pagalbą, iškviesti greitąją medicinos pagalbą ir nedelsdamas pranešti savo tiesioginiam vadovui.

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 –** 

.

II.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:

7.1.  elektros poveikis;

7.2.  besisukančios judančios įrenginių, mechanizmų dalys;

7.3.  įkaitusios įrenginių dalys, karšti paviršiai;

7.4.  drožlės, skiedros;

7.5.  triukšmas;

7.6.  krentantys daiktai;

7.7.  darbo vietų, praėjimo kelių užkrovimas;

7.8. transporto eismas;

7.9. pavojingos, kenksmingos cheminės medžiagos;

7.10. fizinė perkrova;

7.11. nepalankios meteorologinės sąlygos (karštis, šaltis).

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:

8.1. kas atsitiko;

8.2. kur atsitiko;

8.3. 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. 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:**

19.1. nuraminkite jį;

19.2. stenkitės nejudinti, nebent jei jums ar nukentėjusiajam aplinka yra pavojinga;

19.3. nukentėjusįjį apžiūrėkite ir apčiuopkite nuo galvos iki kojų;

19.4. suteikite reikiamą pirmąją pagalbą;

19.5. jei būtina, kvieskite **GMP**.

20. **Jeigu nukentėjusysis nesąmoningas (nejuda ir neatsako),** kvieskite **GMP.**

21. GMP kvieskite patys arba paprašykite aplinkinių.

22. Pradėkite gaivinimą (2 pav.):

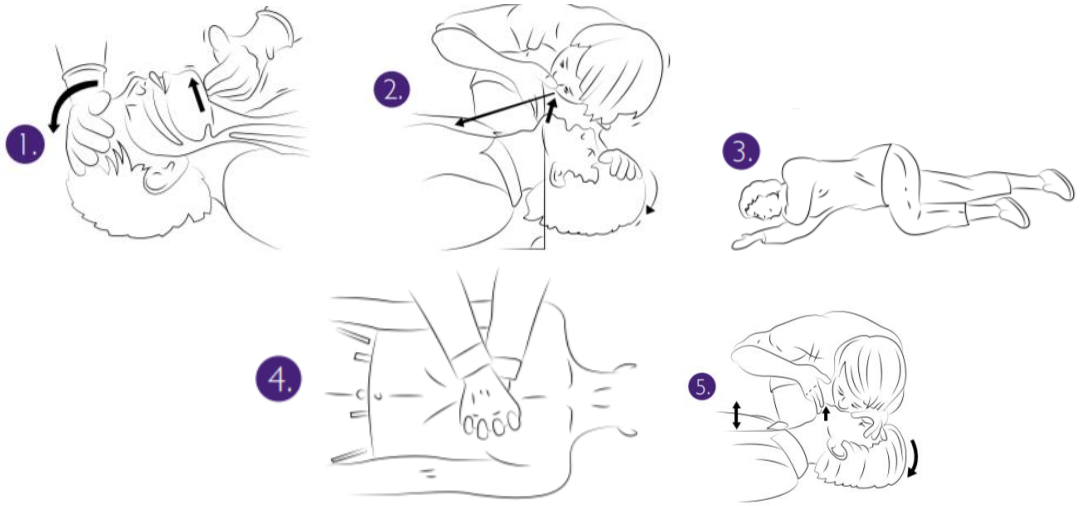
22.1. paguldykite nukentėjusįjį ant nugaros;

22.2. 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);

22.3. jei nukentėjusysis nesąmoningas, bet kvėpuoja ir neįtariate stuburo traumos, paverskite jį ant šono, stebėkite sąmonę ir kvėpavimą;

22.4. 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...“);

22.5. 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. Pagrindinis nukentėjusiojo gaivinimas

III. GAIVINIMAS SU AUTOMATINIU DEFIBRILIATORIUMI

23. Visi modernūs defibriliatoriai sukonstruoti taip, kad įjungus aparatas pats pasako, ką reikia daryti.



3 pav. Automatinis defibriliatorius

24. Ant defibriliatoriaus dėžės surašyti ir pirmieji gaivinimo veiksmai, kuriuos turi atlikti pagalbą teikiantis žmogus

25. Defibriliacija atliekama nedelsiant, atnešus automatinį išorinį defibriliatorių:

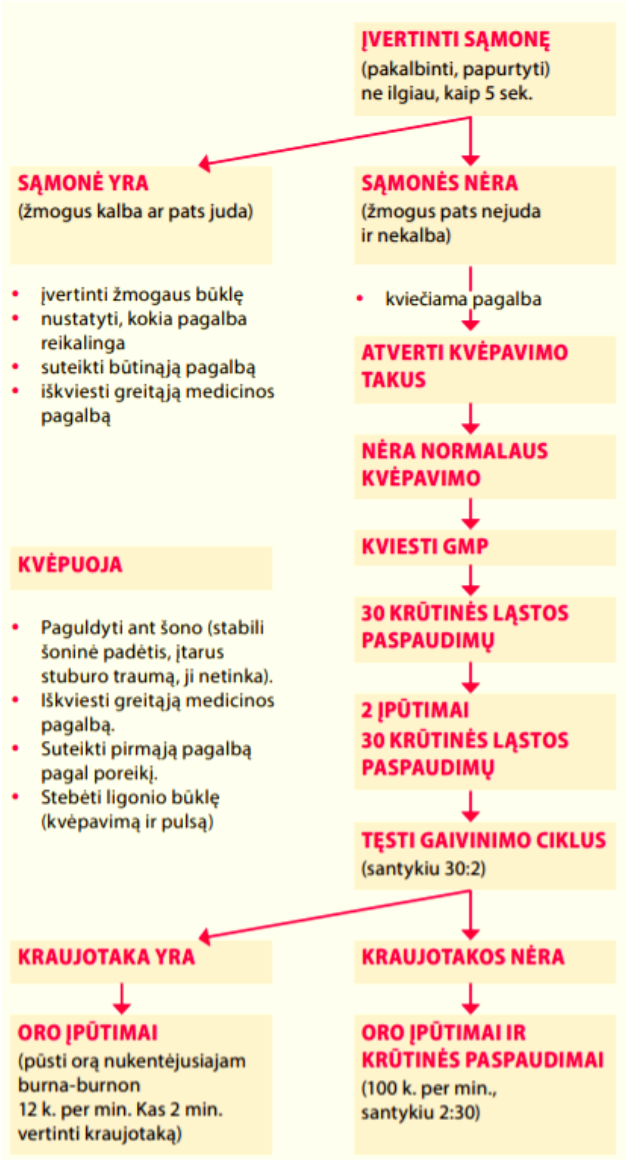
25.1. įjunkite aparatą;

25.2. prijunkite automatinį išorinį defibriliatorių prie nukentėjusiojo, sekite aparato nurodymus;

25.3. išgirdę nurodymą, paspauskite analizavimo mygtuką (jei jis yra);

26. išgirdę nurodymą ir įsitikinę, kad niekas neliečia nukentėjusiojo, paspauskite „elektros šoko“ mygtuką.

27. 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.



4 pav. Suaugusio žmogaus gaivinimo algoritmas

IV. PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS TRAUKULIAMS

28. Paprastai traukuliai prasideda netekus sąmonės ar jos netenkant, todėl:

28.1. saugokite ligonį nuo susižalojimo aštriais ar kietais daiktais, griūvant, krentant –- prilaikykite jį ir paguldykite ant žemės;

28.2. ant kaktos uždėkite šaltą kompresą;

28.3. skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu **112** ir kvieskite **GMP**;

28.4. sustojus kvėpavimui ir širdies veiklai, pradėkite gaivinimą, kaip nurodyta II skyriuje.

29. Žinotina:

29.1. neslopinkite traukulių naudodami fizinę jėgą;

29.2. tarp dantų nedėkite jokių daiktų;

29.3. nevežkite žmogaus į ligoninę traukulių priepuolio metu;

29.4. net priepuoliui praėjus, nepalikite ligonio be priežiūros, būtinai kvieskite **GMP**.

V. PIRMOJI PAGALBA KRAUJUOJANT

30. Kad apsisaugotumėte nuo užsikrėtimo infekcinėmis ligomis, užsimaukite vienkartines gumines pirštines.

31. Ant kraujuojančios vietos uždėkite sterilų tvarstį, jei žaizda kraujuoja smarkiai – užspauskite ją pirštais.

32. Žaizdą sutvarstykite tvarsčiu (bintu).

33. 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:

33.1. suspauskite žaizdos kraštus, kad sumažėtų kraujavimas;

33.2. uždenkite sužeistą vietą marle;

33.3. paremkite įstrigusį daiktą iš abiejų pusių tvarsčio ritinėliais;

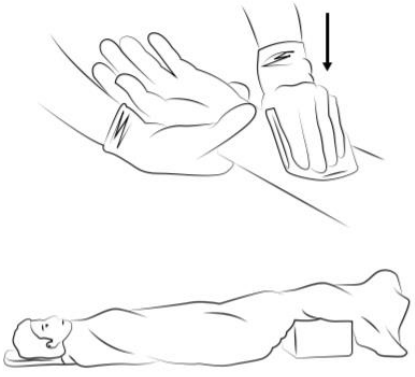
33.4. neveržkdami atsargiai apriškite sužeistą vietą su visu svetimkūniu.

34. Kraujuojant smarkiai, ant žaizdos uždėkite spaudžiamąjį tvarstį. Sutvarstykite naudodami binto volą ar kitokį kietą daiktą, tada pakelkite sužalotą galūnę.

35. Jei kraujas vis dar sunkiasi, ant jau uždėto tvarsčio uždėkite dar vieną spaudžiamąjį tvarstį ir kvieskite **GMP**.

36. 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.

37. Jei nėra būtina, sąmoningo gulinčio nukentėjusiojo nejudinkite.



4 pav. Kraujavimo stabdymas

38. Kraujuojant iš nosies ar galvos srityje nukentėjusiojo neguldykite (į gydymo įstaigą jis transportuojamas sėdimoje padėtyje).

39. Įtarus vidinį kraujavimą, būtina kuo skubiau gabenti nukentėjusįjį į gydymo įstaigą. Nustatyti vidinį kraujavimą dažniausiai yra sudėtinga.

VI. PIRMOJI PAGALBA ESANT GALVOS TRAUMAI

40. 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.

41. Galvos traumų klasifikacija:

41.1. **uždara galvos trauma** įvyksta patyrus stiprų smūgį į galvą kokiu nors buku daiktu, bet tas daiktas nesulaužo kaukolės;

41.2. **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.

42. Simptomai:

42.1. akių vyzdžių pokyčiai ar nevienodas jų dydis;

42.2. traukuliai;

42.3. iškreipti veido bruožai;

42.4. skysčio tekėjimas iš burnos, nosies ar ausų (skystis gali būti skaidrus arba kraujingas);

42.5. kaukolės ar veido lūžiai, veido nubrozdinimai, sužeidimo vietos sutinimas arba skalpo žaizda;

42.6. susilpnėjusi klausa, uoslė, skonis ar regėjimas;

42.7. negalėjimas pajudinti vienos ar daugiau galūnių;

42.8. dirglumas (ypač vaikų), asmenybės pasikeitimai ar nebūdingas elgesys;

42.9. sąmonės netekimas, sumišimas arba mieguistumas;

42.10. retas kvėpavimas arba labai žemas kraujo spaudimas;

42.11. neramumas, nerangumas, koordinacijos netekimas;

42.12. stiprus galvos skausmas;

42.13. neaiški kalba arba išsiliejantis regėjimo vaizdas;

42.14. sustingęs kaklas ar vėmimas;

42.15. simptomai stiprėja ir staiga pasidaro labai blogai (sutrinka sąmonė).

43.  Pirmoji pagalba:

43.1. kuo skubiau skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu **112** ir kvieskite **GMP** arba patys gabenkite žmogų į gydymo įstaigą;

43.2. nėra sąmonės, kvėpavimo – pradinis gaivinimas 30:2;

43.3. dažnai esant galvos traumai, būna sužalotas ir stuburas;

43.4. jei žmogus vemia, paverskite žmogų ant šono, kaip parodyta II skyriuje;

43.5. stabdykite kraujavimą tiesiogiai spausdami žaizdą švariu audeklu;

43.6. jei įtariate kaukolės lūžį, nedėkite spaudžiamojo tvarsčio ant žaizdos ir nešalinkite jokių svetimkūnių iš žaizdos;

43.7. uždenkite žaizdą sterilia marle.

VII. PIRMOJI PAGALBA LŪŽUS KAULUI

44. Kaulo lūžis gali būti:

44.1. atviras – lūžio vietoje pažeidžiama oda, atsiveria žaizda, iš kurios kyšo kaulų galai;

44.2. uždaras – oda lūžio vietoje nepažeidžiama.

45. Kaulų lūžių požymiai:

45.1. lūžio vietoje – patinimas, kraujosruva;

45.2. skausmas;

45.3. jaučiamas ar girdimas traškėjimas;

45.4. formos pasikeitimas: galūnė gali būti sutrumpėjusi, neįprastai perkreipta, persukta, sulenkta;

45.5. judesių sutrikimas;

45.6. atraminės funkcijos išnykimas;

45.7. matomi lūžgaliai.

46. Jei GMP yra pakeliui, žmogaus geriau neliesti ir galūnės įmobilizuoti nereikia, pasistengti sustabdyti kraujavimą, suteikti žmogui patogią padėtį ir laukti medikų.

47. **Atviro kaulų lūžio atveju:**

47.1. stabdykite kraujavimą, dėdami tvarstį ant žaizdos;

47.2. nespauskite išsikišusių kaulų fragmentų;

47.3. tvarstykite sužalotą vietą taip, kaip tvarstoma žaizda su įstrigusiu svetimkūniu;

47.4. įmobilizuokite traumuotą galūnę taip, kad aukščiau ir žemiau pažeistos vietos esantys sąnariai nejudėtų.

48. **Uždaro kaulų lūžio atveju:**

48.1. prilaikykite sužalotą vietą, stenkitės nejudinti;

48.2. įmobilizuokite pažeistą vietą taip, kad aukščiau ir žemiau pažeistos vietos esantys sąnariai nejudėtų (jeigu nukentėjusiojo netransportuojate, sužalotą vietą tik prilaikykite, kol atvyks GMP);

48.3. naudokite standžius, kietus įtvarus (lentelės, kartonas, medžių šakelės, standžiai susukti laikraščiai) ir minkštus paklotus, kad nesusidarytų pragulos;

48.4. įtvarą prie sužeistos galūnės pritvirtinkite tvarsčiu ar skarele;

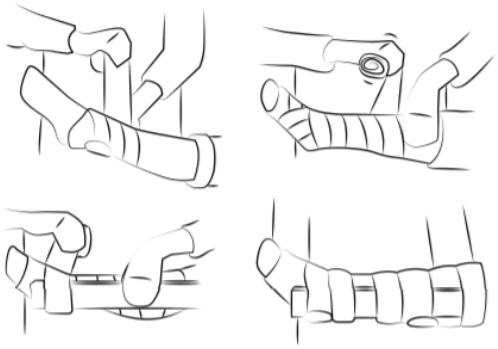
48.5. įtvaro negalima dėti ant žaizdos;

48.6. pažeistą galūnę pritvirtinkite prie šalia esančios galūnės ar kūno dalies.

49. Skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu **112** ir kvieskite **GMP**.

50. Stebėkite nukentėjusiojo gyvybinius požymius – sąmonę (ar kalbinamas žmogus atsako), pulsą ir kvėpavimą, kol atvyks medikai.

51. Jei nukentėjusysis prarado sąmonę, atverkite kvėpavimo takus ir įvertinkite kvėpavimą. Jei jis nekvėpuoja, pradėkite gaivinimą 30:2.



5 pav. Sužalotos galūnės įmobilizacija

52. Po traumos, jei yra ar įtariate, kad yra kaklo slankstelių lūžio požymių, šalmo nenuimkite. Galvą įmobilizuokite kartu su šalmu. Apsauginį šalmą galima nuimti tik šiais atvejais:

52.1. reikia stabdyti stiprų kraujavimą iš galvos;

52.2. apsauginis šalmas trukdo kvėpuoti;

52.3. nukentėjęs žmogus vemia ir gali užspringti;

52.4. reikia daryti dirbtinį kvėpavimą, o apsauginis šalmas trukdo;

52.5. įmobilizuoti neįmanoma, nes šalmas laisvas, suskilęs.

53. Jei reikia, šalmą nuimkite dviese:

53.1. pirmasis – atsiklaupkite nukentėjusiojo galvūgalyje. Abiem rankomis suimkite šalmą ir apatinį žandikaulį, atsargiai truputį patraukite į save ir atloškite;

53.2. antrasis – atsekite šalmo dirželį ar nukirpkite. Vieną ranką pakiškite po nukentėjusiojo kaklu ir pakaušiu, kita prilaikykite apatinį žandikaulį;

53.3. pirmasis – užkiškite pirštus už šoninių šalmo kraštų, patempkite į šonus ir nuimkite. Suimkite nukentėjusiojo galvą iš šonų, prilaikykite;

53.4. antrasis – įmobilizuokite kaklą ir galvą.

VIII. PIRMOJI PAGALBA NUDEGUS

54. Nudegimas gali būti terminis, cheminis, elektros:

54.1. terminis nudegimas - nudegimą gali sukelti prisilietimas prie ugnies ar įkaitusių daiktų, sausas karštis, trintis, karšti skysčiai ir garai;

54.2. cheminis nudegimas - nudegimą gali sukelti korozinės medžiagos (rūgštys,šarmai);

54.3. elektros nudegimas – juos gali sukelti elektros srovė, radiacija.

55. Nudegimo požymiai:

55.1. skausmas;

55.2. odos paraudimas, aplinkiniai audiniai paburkę (paviršinis nudegimas);

55.3. pūslės (vidutinio gylio nudegimas);

55.4. apanglėjusi, papilkėjusi oda (gilus nudegimas);

55.5. šokas;

55.6. elektros nudegimams būdingos rusvos, vario spalvos nuosėdos ant odos, nudegimo požymiai elektros srovės įėjimo ir išėjimo vietos.

56. Pirmoji pagalba:

56.1. užtikrinkite savo saugumą (jeigu gresia tiesioginis pavojus, nesiartinkite prie nukentėjusiojo);

56.2. skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu **112** ir iškvieskite **GMP**;

56.3. 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;

56.4. 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.);

56.5. nuvilkite (apkirpkite) visus apdegusius drabužius, nuimkite apyrankes, žiedus, laikrodžius ir kita, kas patinus audiniams, gali spausti nudegusią vietą;

56.6. visą nudegimo plotą kartu su apanglėjusiais drabužiais aplink žaizdą lengvai aptvarstykite;

56.7. parinkite nukentėjusiojo kūnui patogią padėtį.

IX. PIRMOJI PAGALBA PERKAITUS AR IŠTIKUS SAULĖS SMŪGIUI

57. 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.

58. 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.

59. Perkaistama esant šioms sąlygoms:

59.1. aukštai aplinkos temperatūrai;

59.2. didelei santykinei oro drėgmei;

59.3. nevėdinamoms patalpoms;

59.4. dideliam fiziniam krūviui.

60. Greičiau perkaista turintys didesnį viršsvorį, pavargę, neištvermingi, senyvi žmonės ir vaikai.

61. 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.

62. Negalima į šaltą vandenį nardinti visą kūną.

63. Dažnai perkaitimas ir saulės smūgis ištinka kartu. Tokiais atvejais, šaldykite nukentėjusiojo galvą.

X. PIRMOJI PAGALBA UŽSPRINGUS

64. Įtarus užspringimą nukentėjusiojo klauskite „Ar Jūs užspringote?“, „Ar galite kalbėti?“. Jei kvėpavimo takai visiškai užkimšti, žmogus kalbėti negalės.

65. Jeigu nukentėjusysis gali kalbėti ir kosėti, nieko nedarykite, tik skatinkite nukentėjusįjį kosėti. Stiprus kosulys yra geriausia svetimkūnio pašalinimo priemonė.

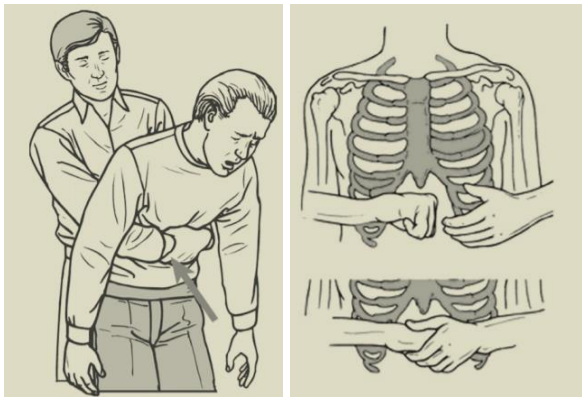


6 pav. Užspringimo požymis

66. 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).

66.1. 5 kartus stuktelėkite į tarpumentę;

66.2. 5 kartus spustelkite viršutinėje pilvo srityje;



7 pav. Pirmoji pagalba užspringus

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

67. Jei spausti po krūtinkauliu negalima (pilvo žaizdos, nėštumas), spauskite krūtinkaulį žemiausioje vietoje.

68. Jei nukentėjusysis prarado sąmonę, kvieskite **GMP**, atlikite pradinį gaivinimą.

XI. PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS ŠOKUI

69. 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.

70. Trauminio šoko požymiai:

70.1. žmogus būna sudirgęs arba vangus;

70.2. oda šalta, blyški;

70.3. žmogus išpiltas šalto prakaito;

70.4. padažnėja kvėpavimas;

70.5. padažnėja pulsas;

70.6. krūtinės skausmas.

71. Pirmoji pagalba:

71.1. svarbiausia yra sukontroliuoti kraujavimą. Tačiau, jei nukentėjusiajam išryškėja pirmieji šoko požymiai, labai svarbu stabilizuoti nukentėjusiojo būklę, kol atvažiuos **GMP**;

71.2. skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu **112** ir kvieskite **GMP**;

71.3. įsitikinkite ar nukentėjusysis kvėpuoja, jei ne – pradėkite pradinio gaivinimo žingsnius;

71.4. kraujavimas turi būti sustabdytas prieš bet kokį šoko gydymą;

71.5. jei neįtariate kaklo traumos, paguldykite nukentėjusįjį ant nugaros ir pakelkite kojas aukščiau širdies lygio;

71.6. jei įtariate kaklo sužalojimą, nejudinkite nukentėjusiojo;

71.7. užtikrinkite, kad nukentėjusysis nesušaltų;

71.8. nuolat tikrinkite nukentėjusiojo būklę. Jei nukentėjusysis nustoja kvėpuoti, pradėkite gaivinti. Jei nukentėjusysis vemia, apverskite ligonį ant šono ir pirštais išvalykite nukentėjusiojo burną.

XII. PIRMOJI PAGALBA ĮKANDUS AR ĮGĖLUS GYVŪNUI

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

72.1. stabdyti kraujavimą bei pažeistą vietą sutvarstyti;

72.2. 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;

72.3. stenkitės galūnę laikyti žemiau širdies lygio;

72.4. priklausomai nuo situacijos, kvieskite **GMP** arba gabenkite į gydymo įstaigą.

XIII. PIRMOJI PAGALBA PASIREIŠKUS ALERGINEI REAKCIJAI

73. Alerginė reakcija gali būti atpažįstama pagal šiuos požymius:

73.1. dusulys;

73.2. odos paraudimas, dilgėlinis bėrimas, niežėjimas;

73.3. veido, vokų, lūpų, liežuvio paburkimas;

73.4. silpnas, greitas pulsas;

73.5. pilvo skausmai, pykinimas, vėmimas, viduriavimas;

73.6. galvos svaigimas, nualpimas, sąmonės praradimas;

73.7. šokas.

74.  Pirmoji pagalba:

74.1. skambinkite bendruoju pagalbos telefono numeriu **112** ir kvieskite **GMP**. Jei įmanoma, surinkite informacijos apie galimą alergeną ir jį pašalinkite;

74.2. paklauskite nukentėjusiojo, ar jis turi su savimi adrenalino švirkštą (paprastą švirkštą arba automatinį – autoinjektorių) ir padėkite nukentėjusiajam susišvirkšti adrenalino į raumenis;

74.3. 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;

74.4. atlaisvinkite nukentėjusiajam drabužius, kad būtų lengviau kvėpuoti. Jokiu būdu neduokite nieko gerti;

74.5. stebėkite gyvybinius požymius – sąmonę (ar kalbinamas žmogus atsako), pulsą ir kvėpavimą, kol atvyks medikai;

74.6. jei nukentėjusysis prarado sąmonę, atverkite kvėpavimo takus ir įvertinkite kvėpavimą, jei jis nekvėpuoja, pradėkite gaivinimą 30:2;

74.7. 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.

XIV. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

75. Visais atvejais, kai stipriai susimušus lieka stiprus skausmas, atsiranda organų pažeidimo, vidinio kraujavimo požymių, pykina, nukentėjusysis vemia, praranda sąmonę, sutrinka rega ar atsiranda kitų neįprastų požymių, būtina skubiai kviesti GMP arba kreiptis į gydymo įstaigą.

76. Negalima duoti vaistų savo nuožiūra.

_____