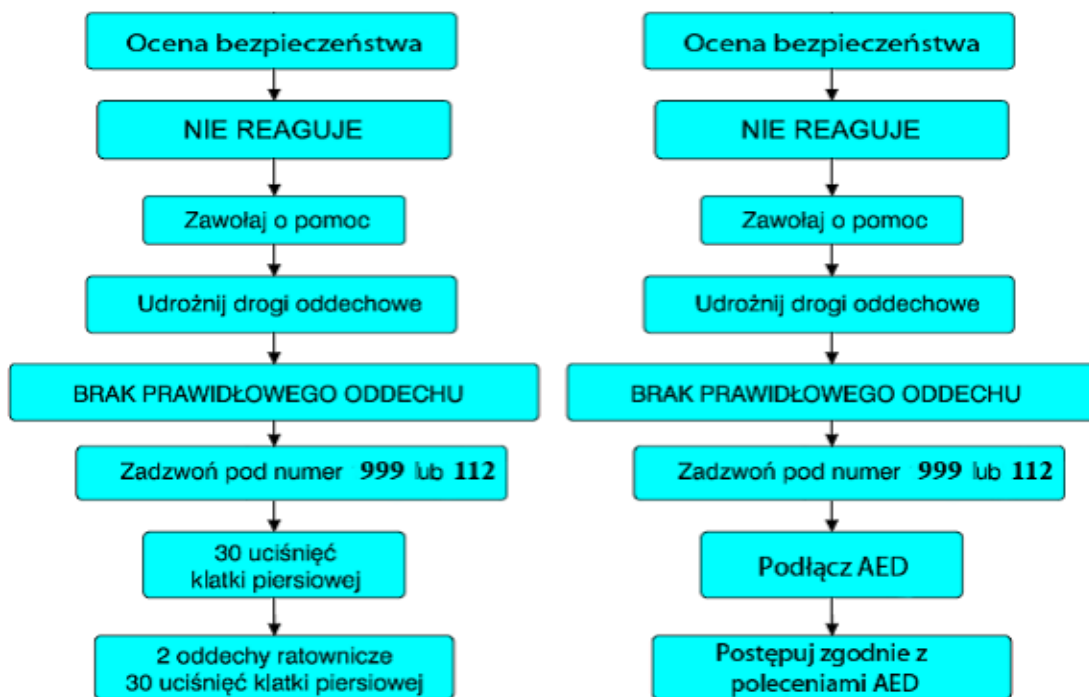


Lekcja

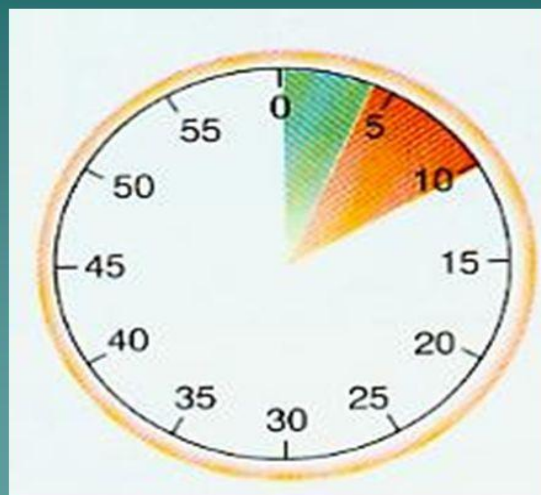
Temat : Pierwsza pomoc w przypadku nagłego zatrzymania krążenia.

Defibrylacja polega na przywróceniu komórkom mięśnia sercowego właściwej funkcji i tempa pracy. Po zastosowaniu defibrylatora komórki mięśnia sercowego zatrzymują się jednocześnie, a następnie równocześnie podejmują pracę, czyli zaczynają synchronicznie się kurczyć, co sprawia, że pracę podejmuje całe serce.



Resuscytacja krążeniowo oddechowa – zespół czynności ratunkowych okresowo zastępujących czynność serca i płuc, gdy nastąpiło nagłe zatrzymanie ich funkcji.

Zegar życia



4 minuty – rozpoczęcie procesu uszkodzenia mózgu!!!

10 minut – nieodwracalne uszkodzenie mózgu!!!

Jeśli reanimacja rozpocznie się przed upływem 4 minut od momentu zatrzymania krążenia i oddychania, to szanse na uratowanie życia są największe.

Reanimacja – zespół czynności ratowniczych stosowanych u chorych, u których nastąpiło nagle zatrzymanie krążenia. Celem reanimacji jest przywrócenie krążenia, oddychania oraz czynności ośrodkowego układu nerwowego.

Resuscytacja krążeniowo-oddechowa, RKO – zespół czynności stosowanych u poszkodowanego, u którego wystąpiło podejrzenie nagłego zatrzymania krążenia, czyli ustanie czynności serca z utratą świadomości i bezdechem.

PODSTAWOWE ZABIEGI RESUSCYTACYJNE U DOROSŁYCH

Zadaniem osoby udzielającej pierwszej pomocy jest utrzymanie przy życiu poszkodowanego i nie dopuszczenie do powstania dalszych powikłań do chwili przybycia lekarza bądź karetki pogotowia ratunkowego.

1. Upewnij się, czy poszkodowany i wszyscy świadkowie zdarzenia są bezpieczni.

2. Sprawdź reakcję poszkodowanego:

- delikatnie potrząśnij za ramiona i głośno zapytaj:

"Czy wszystko w porządku?"

2a. Jeżeli reaguje:

- zostaw poszkodowanego w pozycji, w której go zastałeś, o ile nie zagraża mu żadne niebezpieczeństwo
- dowiedz się jak najwięcej o stanie poszkodowanego i wezwij pomoc, jeśli będzie potrzebna, i regularnie oceniaj jego stan.

2b. Jeżeli nie reaguje:

- głośno zawołaj o pomoc,
- odwróć poszkodowanego na plecy, a następnie udroźnij jego drogi oddechowe, wykonując odgięcie głowy i uniesienie żuchwy
- umieść jedną rękę na czole poszkodowanego i delikatnie odegnij jego głowę do

tyłu, pozostawiając wolny kciuk i palec wskazujący tak, aby zatkać nimi nos jeżeli potrzebne będą oddechy ratunkowe,

- opuszki palców drugiej ręki umieść na żuchwie poszkodowanego, a następnie unieś ją w celu udrożnienia dróg oddechowych.

3. Utrzymując drożność dróg oddechowych wzrokiem, słuchem i dotykiem poszukaj prawidłowego oddechu

- oceń wzrokiem ruchy klatki piersiowej,
- nasłuchuj przy ustach poszkodowanego szmerów oddechowych,
- staraj się wyczuć ruch powietrza na swoim policzku.

W pierwszych minutach po zatrzymaniu krążenia poszkodowany może słabo oddychać lub wykonywać głośne, pojedyncze westchnięcia. Nie należy ich mylić z prawidłowym oddechem. Na ocenę wzrokiem, słuchem i dotykiem przeznacz nie więcej niż 10 sekund. Jeżeli masz jakiegokolwiek wątpliwości czy oddech jest prawidłowy, działaj tak, jakby był nieprawidłowy.

3a. Jeżeli oddech jest prawidłowy:

- ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej,
- wyślij kogoś lub sam udaj się po pomoc (wezwij pogotowie),
- regularnie oceniaj oddech.

3b. Jeżeli oddech nie jest prawidłowy:

- wyślij kogoś po pomoc, a jeżeli jesteś sam, zostaw poszkodowanego i wezwij pogotowie, wróć i rozpocznij uciskanie klatki piersiowej zgodnie z poniższym opisem:
- uklęknij obok poszkodowanego,
- ułóż nadgarstek jednej ręki na środku klatki piersiowej poszkodowanego,
- ułóż nadgarstek drugiej ręki na już położonym,

Ułóż nadgarstek jednej ręki
na środku klatki piersiowej
Nadgarstek drugiej ręki ułóż
na już położonym

- spleć palce obu dłoni i upewnij się, że nie będziesz wywierać nacisku na żebra poszkodowanego; nie uciskaj nadbrzusza ani dolnego końca mostka,
- pochyl się nad poszkodowanym, wyprostowane ramiona ustaw prostopadle do mostka i uciskaj na głębokość 4-5 cm,
- po każdym uciśnięciu zwolnij nacisk na klatkę piersiową, nie odrywając dłoni od mostka. Powtarzaj uciśnięcia z częstotliwością 100/min (nieco mniej niż 2 uciśnięcia/s),
- okres uciskania i zwalniania nacisku (relaksacji) mostka powinien być taki sam.

4. Połącz uciskanie klatki piersiowej z oddechami ratowniczymi:

- po wykonaniu 30 uciśnięć klatki piersiowej udroźnij drogi oddechowe, odginając głowę i unosząc żuchwę,
- zaciśnij skrzydełka nosa, używając palca wskazującego i kciuka ręki

umieszczonej na czole poszkodowanego,

- pozostaw usta delikatnie otwarte, jednocześnie utrzymując uniesienie żuchwy,
- weź normalny wdech i obejmij szczelnie usta poszkodowanego swoimi ustami, upewniając się, że nie ma przecieku powietrza,
- wdmuchuj powoli powietrze do ust poszkodowanego przez około 1 sekundę (tak jak przy normalnym oddychaniu), obserwując jednocześnie czy klatka piersiowa się unosi taki oddech ratowniczy jest efektywny,
- utrzymując odgięcie głowy i uniesienie żuchwy, odsuń swoje usta od ust poszkodowanego i obserwuj czy podczas wydechu opada jego klatka piersiowa,
- jeszcze raz nabierz powietrza i wdmuchnij do ust poszkodowanego, dążąc do wykonania dwóch skutecznych oddechów ratowniczych; następnie ponownie ułóż ręce w prawidłowej pozycji na mostku i wykonaj kolejnych 30 uciśnień klatki piersiowej,
- kontynuuj uciskanie klatki piersiowej i oddechy ratownicze w stosunku 30 : 2,
- przerwij swoje działanie w celu sprawdzenia stanu poszkodowanego tylko wtedy, gdy zacznie on prawidłowo oddychać. W innym przypadku nie przerywaj resuscytacji. Jeżeli wykonany pierwszy oddech ratowniczy nie powoduje uniesienia się klatki piersiowej jak przy normalnym oddychaniu, wykonaj następujące czynności
- sprawdź jamę ustną poszkodowanego i usuń widoczne ciała obce,
- sprawdź, czy odgięcie głowy i uniesienie żuchwy są poprawnie wykonane,
- wykonaj nie więcej niż 2 próby wentylacji za każdym razem, zanim podejmiesz ponownie uciskanie klatki piersiowej. Jeżeli na miejscu zdarzenia jest więcej niż jeden ratownik, ratownicy powinni się zmieniać podczas prowadzenia reanimacji co 1-2 minuty, aby zapobiec zmęczeniu. Należy zminimalizować przerwy w resuscytacji podczas zmian.

5. Reanimację ograniczoną wyłącznie do uciśnień klatki piersiowej możesz prowadzić w następujących sytuacjach:

- Jeżeli nie jesteś w stanie lub nie chcesz wykonywać oddechów ratowniczych, zastosuj uciśnięcia klatki piersiowej.
- Jeżeli stosujesz wyłącznie uciśnięcia klatki piersiowej, wykonuj je bez przerwy, z częstotliwością 100 uśnień /min,
- Przerwij swoje działanie w celu sprawdzenia stanu poszkodowanego tylko wtedy, jeżeli zacznie on prawidłowo oddychać. W innym przypadku nie przerywaj resuscytacji.

6. Kontynuuj resuscytację do czasu gdy:

- przybędą wykwalifikowane służby medyczne i przejmą działania,
- poszkodowany zacznie prawidłowo oddychać,
- ulegniesz wyczerpaniu.

Praca domowa : Zapoznaj się z instrukcją użycia defibrylatora, która jest na ostatniej stronie.

Automatyczny defibrylator zewnętrzny (AED)



Defibrylator AED służy do przywracania prawidłowego rytmu pracy serca w sytuacji Nagłego Zatrzymania Krążenia (NZK). NZK to stan, w którym dochodzi do zatrzymania prawidłowej czynności mechanicznej serca, skutkującego ustaniem krążenia krwi. Pamiętaj! Natychmiastowe użycie AED zwiększa szanse na przeżycie!

Najczęstsze objawy NZK (nie muszą występować jednocześnie!):

- utrata świadomości / przytomności (poszkodowany nie reaguje na dotyk i głos),
- brak oddechu lub oddech nieprawidłowy.

INSTRUKCJA UŻYCIA DEFIBRYLATORA AED PLUS®

Jesteś świadkiem utraty przytomności lub zastałeś leżącą, nieprzytomną osobę, zachowaj spokój. Nie bój się pomóc, AED Plus poprowadzi Cię przez całą akcję za pomocą komunikatów głosowych i tekstowych oraz aktywnych piktogramów. Słuchaj i postępuj zgodnie z poleceniami AED.



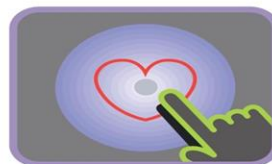
ZACHOWAJ SPOKÓJ. SPRAWDŹ REAKCJĘ. POPROŚ O POMOC.
Sprawdź reakcje poszkodowanego: potrząśnij za ramiona, zapytaj, czy wszystko w porządku? Poproś osobę stojącą obok o pomoc.



NIE DOTYKAJ PACJENTA, ANALIZOWANIE.
Urządzenie rozpocznie analizę rytmu serca poszkodowanego, a po kilku sekundach wyda komendę dotyczącą defibrylacji. W tym czasie NIE WOLNO dotykać poszkodowanego!



UDROŹNIJ DROGI ODDECHOWE. SPRAWDŹ ODDYCHANIE.
Jeśli osoba nie reaguje, przysuń ucho do ust poszkodowanego, spróbuj przez 10 sekund nasłuchiwać oddechu, poczuć oddech na własnym policzku. Obserwuj, czy porusza się klatka piersiowa.



DEFIBRYLACJA ZALECANA. NIE DOTYKAJ PACJENTA. NACIŚNIJ MIGAJĄCY PRZYCIŚNIK DEFIBRYLACJI.
Jeśli zostanie zalecona defibrylacja, wyda polecenie „ODSUNĄĆ SIĘ!”. Pamiętaj, dla Twojego bezpieczeństwa NIE DOTYKAJ poszkodowanego. Naciśnij migający czerwony przycisk.



WEZWIJ POMOC NA NR 999 LUB 112.
Poproś wyznaczoną osobę o wezwanie pomocy oraz przyniesienie defibrylatora AED. Jeżeli jesteś sam, natychmiast wezwij pomoc dzwoniąc pod numer 999 lub 112. Poinformuj dyspozytora pogotowia o dokładnym miejscu zdarzenia, stanie poszkodowanego, jego przybliżonym wieku, ewentualnych obrażeniach. Podaj również swoje dane i wykonuj polecenia dyspozytora. Rozłącz się dopiero wtedy, gdy uzyskasz pozwolenie od dyspozytora, nie wcześniej!



ROZPOCZNIJ REANIMACJĘ.
Po wykonaniu defibrylacji natychmiast rozpocznij resuscytację krążeniowo-oddechową w trybie 30:2. Defibrylator ma wbudowaną funkcję metronomu, wyznaczającą poprawny rytm ucisków, obserwuj wyświetlacz urządzenia i wychylający się wskaźnik po prawej stronie wyświetlacza. Pamiętaj, że właściwą głębokość ucisków uzyskasz dopiero wtedy, kiedy wskaźnik na wyświetlaczu osiąga wyznaczone pole.



ROZPOCZNIJ REANIMACJĘ.
Jeśli brak oddechu, do czasu przyniesienia AED, rozpocznij resuscytację krążeniowo-oddechową w trybie 30:2. Wykonaj 30 uciśnień klatki piersiowej na głębokość 5 – 6 cm i z częstotliwością co najmniej 100 / minutę. Następnie wykonaj dwa wdechy ratownicze odchylając głowę poszkodowanego do tyłu, zaciskając płatki nosa i obejmując jego usta swoimi ustami. Jeżeli nie chcesz, nie możesz, nie potrafisz wykonać wdechów ratowniczych, prowadź tylko ucisk klatki piersiowej. To wystarczy!

Słuchaj komunikatów defibrylatora – jeśli będziesz wykonywał za stałe uciski, urządzenie powie „PRZYCIŚNIJ MOCNIEJ”. Po osiągnięciu właściwej głębokości usłyszysz komendę „DOBRY UCISK”.



WŁĄCZ URZĄDZENIE.
Po włączeniu defibrylatora AED Plus automatycznie wykona test sprawności i za pomocą komunikatów poinformuje Cię o gotowości pracy. **POSTĘPUJ ZGODNIE Z POLECENIAMI GŁOSOWYMI I WIZUALNYMI DEFIBRYLATORA.**



PODŁĄCZ ELEKTRODY DEFIBRYLATORA DO ODSŁONIĘTEJ KLATKI PIERSIOWEJ PACJENTA.
Otwórz AED Plus podnosząc pokrywkę, rozerwij metalizowaną kopertę z elektrodą wzdłuż perforacji według wskazań czerwonej strzałki. Naklej elektrodę na odsłoniętą klatkę piersiową poszkodowanego zgodnie z instrukcją graficzną, która znajduje się na opakowaniu elektrody.

DEFIBRYLACJA NIEZALECANA. POZPOCZNIJ REANIMACJĘ.
Po upływie dwóch minut urządzenie ponownie zacznie analizę rytmu serca poszkodowanego. Pamiętaj, aby w czasie analizowania NIE DOTYKAĆ poszkodowanego! Jeśli defibrylacja nie zostanie zalecona, rozpocznij reanimację. Po kolejnej analizie i decyzji dotyczącej defibrylacji następują kolejne 2 minuty przeznaczonych na ucisk i wdechy ratownicze. Sekwencję tę wykonuj do zaobserwowania oznak powrotu krążenia i oddechu albo aż do przybycia wykwalifikowanych służb i przejęcia akcji ratunkowej przez ratowników.

Słuchaj i postępuj zgodnie z poleceniami AED