

ZATRUCIE NARKOTYKAMI

PIERWSZA POMOC

- wyprowadź osobę z pomieszczenia, gdzie jest głośna muzyka, tłok, pulsujące światła
- umieść w przewiewnym, cichym, standardowo oświetlonym pomieszczeniu
- zabezpiecz posiadane przez poszkodowanego używki, leki, opakowania
- dowiedz się od poszkodowanego lub jego znajomych jakie narkotyki, używki przyjmował
- nie pozostawiaj poszkodowanego samego
- przełącz wszystko ekipie karetki pogotowia ratunkowego

ZMNIJSZONA AKTYWNOŚĆ CO ROBIĆ? sprawdź czy poszkodowany jest przytomny

- spowolnienie ruchowe
- zastyganie w ruchu
- zataczanie się
- spowolnienie mowy, niekiedy bełkot
- podsypanie
- omdlenie, utrata przytomności

ODPOWIADA (reakcja na głos, dotyk)

- pozostań przy poszkodowanym do czasu przybycia karetki pogotowia ratunkowego
- dbaj o komfort termiczny i psychiczny poszkodowanego
- nie sprawiaj bólu
- dowiedz się jakie dolegliwości odczuwa poszkodowany

NIE ODPOWIADA (brak reakcji)

- udroźnij drogi oddechowe
- sprawdź czy poszkodowany oddycha (słucham, patrzę, wyczuwam)
- kontroluj oddech przez 10 sekund

ODDYCHA

- ułóż w pozycji bezpiecznej zapewniającej dopływ powietrza i ochronę przed zachłyśnięciem
- zadbaj o komfort termiczny poszkodowanego
- do czasu przybycia pogotowia ratunkowego sprawdzaj oddech co minutę

BRAK ODDECHU:

Podstawowe Podtrzymywanie Życia

- wezwij pogotowie (jeśli jeszcze nie jest wezwane)
- ułóż poszkodowanego na twardym, płaskim, stabilnym podłożu
- odsłoń klatkę piersiową poszkodowanego
- wykonaj 30 uciśnień na środku klatki piersiowej na głębokość 5 - 6 cm w tempie 100-120 uciśnień na minutę
- udroźnij drogi oddechowe i wykonaj 2 wdychy

WZMOŻONA AKTYWNOŚĆ

- pobudzenie psycho-ruchowe, niekiedy agresja
- szybka mowa, niekiedy niezrozumiałe wypowiedzi
- dziwaczne zachowania
- omamy wzrokowe, słuchowe
- lęk

NAPAD DRGAWKOWY

może wystąpić w każdej sytuacji zażycia narkotyków
- nie tylko zatrucia / przedawkowania

- utrata przytomności
- skurcze mięśni ciała, szczególnie skurcze
- okresy bezdechu i zasinienie skóry
- upośledzenie oddechu, zasinienie twarzy
- ślinotok, oddanie moczu, kału

PO NAPADZIE

SEN /
NIEPRZYTOMNY

BRAK
ODDECHU

POBUDZENIE

CO ROBIĆ?

- zapewnij obecność 1-2 osób przyjaznych dla poszkodowanego, 4 osób w przypadku znacznego pobudzenia, agresji do otoczenia lub siebie
- spokojnie rozmawiaj z poszkodowanym, uspokajaj, informuj, co do miejsca i czasu

CO ROBIĆ?

- usuń wszelkie przedmioty mogące zagrozić poszkodowanemu
- asekuruj głowę poszkodowanego przed urazami
- nie wkładaj nic między zęby
- nie przytrzymuj ciała osoby poszkodowanej poza głową

CO ROBIĆ?

- udroźnij drogi oddechowe
- sprawdź oddech
- ułóż w pozycji bocznej bezpiecznej
- wykonaj Podstawowe Podtrzymywanie Życia
- uspokajaj, informuj o sytuacji
- w razie konieczności przytrzymaj (postępowanie jak we wzmożonej aktywności)

PIERWSZA POMOC PODCZAS PANDEMII COVID-19

Poszkodowany nieprzytomny

- Poszkodowany nie odpowiada i nie oddycha prawidłowo. Oceń wizualnie, nie zbliżaj się do poszkodowanego.
- Zadzwoń po służby ratunkowe pod numer 112 lub 999. Dowiedz się, czy osoba ma rozpoznany COVID-19. Postępuj zgodnie z instrukcjami służb ratunkowych.
- Zakryj usta i nos poszkodowanego maską chirurgiczną lub częścią ubrania. Optymalnie załóż maskę i rękawiczki (jeżeli dotykasz poszkodowanego)
- Udziel tylko niezbędnej pomocy poszkodowanemu, np. kontrola krwotoku, opatrunków, wstrzyknięcie adrenaliny czy zmiana pozycji poszkodowanego. Wykonuj uciśnięcia, co najmniej 100 razy (max. 120/minutę) na głębokość ok. 5 cm. Jeżeli jest dostępny defibrylator (AED), włącz go i postępuj zgodnie z instrukcją.

PIERWSZA POMOC U DZIECI PODCZAS PANDEMII COVID-19

Dziecko nieprzytomne

- Oceń bezpieczeństwo. Zadzwoń po służby ratunkowe pod numer 112 lub 999.
- Sprawdź czy dziecko oddycha. Wizualnie oceń unoszenie się klatki piersiowej lub przyłóż dłoń do brzuszka. Nie przykładaj twarzy do twarzy dziecka.
- Jeżeli to możliwe, załóż maseczkę i inne środki ochrony, np. rękawiczki.
- Jeżeli to możliwe, załóż dziecku maseczkę (nie dotyczy jeżeli pierwszej pomocy udziela opiekun). Uciskaj klatkę piersiową dziecka, zastosuj defibrylator (AED) tak szybko, jak to możliwe.

POMAGANIE JEST COOL.

POMAGAJ,

A NIE STÓJ I NIE FILMUJ!



WEZWIJ
POGOTOWIE RATUNKOWE

999 lub 112



POLICJA

**Komenda Miejska Policji
w Chorzowie**

PIERWSZA POMOC

Co robić w nagłych wypadkach?

W RAZIE WYPADKU:

ZADBAJ O WŁASNE BEZPIECZEŃSTWO

ZABEZPIECZ MIEJSCE ZDARZENIA

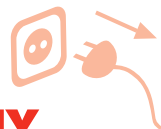
• wypadek drogowy:

- oznakuj miejsce wypadku
- wyciągnij kluczyki ze stacyjki (zostaw je w pojeździe)
- unieruchom uszkodzone pojazdy (np. użyj hamulca ręcznego)



• inne zagrożenia:

- odsuń zbędne przedmioty (np. gorący napój, ostre narzędzia)
- zachowaj szczególną ostrożność, gdy przedmioty mogą być pod napięciem, lub w pobliżu znajdują się uszkodzone pojazdy



POSZKODOWANY

PRZEPROWADŹ WSTĘPNĄ OCENĘ STANU

• sprawdź przytomność

- nawiąż kontakt słowny
- delikatnie potrząśnij za ramiona

• gdy poszkodowany nie reaguje

- odchyl głowę do tyłu, unosząc żuchwę
- skontroluj oddech przez 10 sekund



NIE ODDYCHA

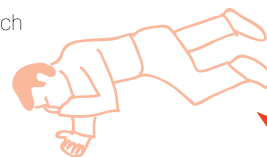
JEST NIEPRZYTOMNY

- wezwij pomoc (tel. 999, 112)
- odchyl głowę poszkodowanego
- zatkaj nos poszkodowanego
- szczelnie obejmij jego usta swoimi (otwórz swoje usta jak najszerzej)
- wykonuj na przemian 30 ucisków mostka – 2 wdmuchnięcia
- przy prawidłowych wdechach klatka piersiowa powinna się unosić



ODDYCHA JEST NIEPRZYTOMNY

- wezwij pomoc (tel. 999, 112)
- dbaj o drożność dróg oddechowych (odchyl mu głowę)
- kontroluj co minutę jego oddech
- okryj poszkodowanego



Jeżeli musisz zostawić poszkodowanego lub poszkodowany wymiotuje – ułóż go w pozycji bocznej bezpiecznej (ustalonej).

KRWOTOKI TAMOWANIE

- zabezpiecz się przed bezpośrednim kontaktem z krwią
- każ poszkodowanemu położyć się lub usiąść
- każ poszkodowanemu ucisnąć miejsce krwawienia
- poproś kogoś o wezwanie pomocy lub wezwij ją sam
- załóż opatrunek uciskowy;
- gdy przesiąknie dołóż na niego kolejny



RANY OPATRYWANIE POWAŻNYCH RAN

(rany rozległe, głębokie lub silnie zanieczyszczone)

- w przypadku poważnych zranień należy wykonać jałowy opatrunek osłaniający miejsce zranienia
- nie dezynfekuj poważnych ran!
- nie wyciągaj ciał obcych!

OPARZENIA

We wszystkich przypadkach miejsce oparzenia schładzaj zimną wodą przez 15-20 minut.

Po schłodzeniu wykonaj mokry opatrunek z gazy wyjałowionej osłaniający miejsce oparzenia.

Nie ściągaj ubrania z miejsca oparzenia, jeśli przywarło do skóry.

ZŁAMANIA



REKA – unieruchomienie na temblaku.
NOGA – jeśli unieruchamianie sprawia zbyt dużo bólu, to pozostaw poszkodowanego w pozycji dla niego wygodnej.

Wezwij pogotowie, zapewnij poszkodowanemu komfort (przykryj, rozmawiaj), nie poruszaj złamaną kończyną.

NAGŁE STANY

ATAK SERCA

Objawy:

- bóle w klatce piersiowej (czasami bóle ramienia, pleców, brzucha)
- pot na czole i nad ustami
- duszności, bledność skóry (sine usta, paznokcie)

Zapewnij poszkodowanemu pozycję półsiedzącą i wsparcie psychiczne. Gdy jest nieprzytomny postępuj wg punktu dotyczącego osób nieprzytomnych.



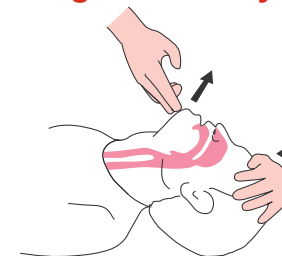
NIE PODAWAJ ŻADNYCH LEKÓW!

(wyjątek: poszkodowany przytomny, posiada własne, przepisane przez lekarza środki farmakologiczne)

OMDLENIE

Ułóż poszkodowanego na plecach z uniesionymi nogami. Po odzyskaniu przytomności uspokajaj poszkodowanego.

Udrożnienie dróg oddechowych



POZYCJA BOCZNA

– zabezpiecz przed wtórnym zapadnięciem się języka i zadławieniem

