

# ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΩΝ ΠΟΥ ΧΡΗΣΟΥΝ Α' ΒΟΗΘΕΙΩΝ

## 1. Λιποθυμικό επεισόδιο:

**Συμπτώματα:** Ωχρή όψη, κρύος ιδρώτας, αργή και βαθιά αναπνοή, χάσιμο αισθήσεων

### Πρώτες Ενέργειες

- Έλεγχος αναπνοής και σφυγμού
- Ελέγξτε αν κατά την πτώση του (αν έχει συμβεί) έχει τραυματιστεί
- Τοποθετήστε σε θέση ανάνηψης

## 2. Υπογλυκαιμία

**Συμπτώματα:** Ταχυκαρδία, εφίδρωση, έντονο αίσθημα πείνας, πόνος στη κοιλιά, μούδιασμα γύρω από το στόμα, ζάλη, πονοκέφαλος, τρέμουλο, αδυναμία και κούραση, αδιαθεσία, αδυναμία συγκέντρωσης

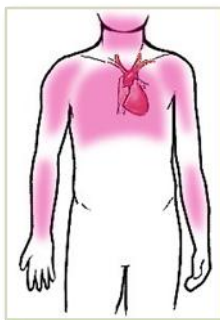
### Πρώτες ενέργειες

- Έλεγχος αναπνοής και σφυγμού
- Χαλαρώστε τα ρούχα του και εξασφαλίστε απρόσκοπτη παροχή αέρα
- Χορήγηση γλυκόζης

## 3. Καρδιακή Προσβολή

3 εκδοχές: στηθάγχη, έμφραγμα & καρδιακή ανακοπή

**Συμπτώματα:** Πόνος στις έγχρωμες περιοχές όπως διαγράφονται στην εικόνα, που διαρκεί πάνω από 2 λεπτά, έντονο σφίξιμο στο στήθος, δύσπνοια, έντονη εφίδρωση, γρήγορος σφυγμός, ωχρό πρόσωπο ή μελανό δέρμα και χείλη, ζάλη, αδυναμία, τάση για εμετό



### Πρώτες ενέργειες

- Έλεγχος αναπνοής και σφυγμού
- Χαλαρώστε τα ρούχα του και εξασφαλίστε απρόσκοπτη παροχή αέρα
- Τοποθετείστε τον πάσχοντα σε ημικαθιστή θέση

## 4. Εγκεφαλικό Επεισόδιο

**Συμπτώματα:** Δυνατός πονοκέφαλος, αιφνίδια αδυναμία προσανατολισμού, ζάλη ή και απώλεια αισθήσεων, ερυθρότητα προσώπου, ζεστό & στεγνό δέρμα, παράλυση του στόματος, μούδιασμα άκρων



### Πρώτες ενέργειες

- Χαλαρώστε τα ρούχα του
- Τοποθετήστε τον σε θέση ανάνηψης (πλάγια θέση)

## 5. Ηλεκτροπληξία

- Διακόπτουμε το ηλεκτρικό ρεύμα ή κλείνουμε την παροχή του
- Έλεγχος ζωτικών σημείων και τραυματισμών

## 6. Εγκαύματα

**ΜΙΚΡΟ ΈΓΚΑΥΜΑ** (1<sup>ου</sup> βαθμού π.χ. από ζεστό νερό, εστία κουζίνας, κ.λπ.)

- Ρίχνουμε κρύο νερό στην τραυματισμένη περιοχή για 10 λεπτά για να μειωθεί η θερμοκρασία και να περιοριστεί η έκταση του εγκαύματος
- Επαλείφουμε την περιοχή του εγκαύματος με αλοιφή εγκαυμάτων που υπάρχει στο Κουτί Α' Βοηθειών

**ΣΟΒΑΡΑ ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ** (2<sup>ου</sup>, 3<sup>ου</sup> βαθμού)

- Σταματάμε την έκθεση και απομακρύνουμε το θύμα από την πηγή της θερμότητας
- Εάν υπάρχει φωτιά στα ρούχα του θύματος, το σκεπάζουμε με μία κουβέρτα για να τη σβήσουμε
- Ελέγχουμε την αναπνοή και το σφυγμό

## 7. Αιμορραγία

- Εφαρμόζουμε σταθερή και ισχυρή πίεση στο τραύμα με τη βοήθεια γάζας ή καθαρού υφάσματος
- Εάν υπάρχει ξένο σώμα στην πληγή (π.χ. γυαλί) ασκούμε πίεση παραπλευρώς
- Αν πρόκειται για πόδι ή χέρι και είμαστε σίγουροι ότι δεν υπάρχει κάταγμα μπορούμε να το ανυψώσουμε. Η ανύψωση μειώνει την αιματική ροή
- Καλύπτουμε το τραύμα



## 8. Ρινορραγία

- Ηρεμούμε τον πάσχοντα
- Αναπνοή από το στόμα
- Πιέζουμε το μαλακό μέρος της μύτης κάτω από το κόκαλο για 2-3 λεπτά
- Σκύψιμο του κεφαλιού προς τα μπροστά
- Πάγο στη βάση της μύτης

## 9. Κακώσεις

4 περιπτώσεις: θλάση, διάστρεμμα, εξάρθρωμα και κάταγμα

### Πρώτες ενέργειες

- Ψυχρά επιθέματα
- Ακινητοποίηση της περιοχής με ελαστικό επίδεσμο, ή νάρθηκα εάν πρόκειται για κάταγμα



### ΠΡΟΣΟΧΗ:

Εάν υποπτευόμαστε κάκωση της σπονδυλικής στήλης, αποφεύγουμε τη μετακίνηση του τραυματία

ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΚΑΛΟΥΜΕ ΓΙΑ ΒΟΗΘΕΙΑ

## ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΕΡΙΣΤΑΤΙΚΩΝ ΠΟΥ ΧΡΗΣΟΥΝ Α' ΒΟΗΘΕΙΩΝ

### 10. Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση

**Βήμα 1<sup>ο</sup>** Εντοπισμός ασθενή. Προσέγγιση με ασφάλεια.

**Βήμα 2<sup>ο</sup>** Έλεγχος αντίδρασης. Φωνάζετε στο ύψος των αυτιών του ασθενή αν είναι καλά και κουνήστε ελαφριά

τους ώμους.

**Βήμα 3<sup>ο</sup>** Έκταση Κεφαλής – Ανύψωση Κάτω Γνάθου (Απελευθέρωση αεραγωγού)

**Βήμα 4<sup>ο</sup>** Έλεγχος Αναπνοής και Σφυγμού

Βλέπω - Ακούω - Αισθάνομαι για 10''.

Συγκεντρωμένα ελέγχουμε βλέποντας το θώρακα για ύπαρξη αναπνοής, ακούγοντας για θόρυβο στην αναπνοή και με τις αισθήσεις μας ελέγχοντας τον αέρα της αναπνοής.

Εάν δεν αναπνέει και δεν έχει σφυγμό

**Βήμα 5<sup>ο</sup>** Κλήση για Βοήθεια

(166 - ΕΚΑΒ ή 112 - ΑΕΑ)

Αναφέροντας τα προσωπικά μας στοιχεία, τη διεύθυνσή μας, τη περιγραφή του περιστατικού και τον αριθμό των θυμάτων.

**Βήμα 6<sup>ο</sup>** Εφαρμογή Καρδιοπνευμονικής Αναζωογόνησης (ΚΑΡ.Π.Α.)

30 Θωρακικές Συμπιέσεις 2 Εμφυσήσεις



### 11. Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση σε Βρέφος από 0 - 1 Έτους

**Βήμα 1<sup>ο</sup>** Εντοπισμός ασθενή. Προσέγγιση με ασφάλεια

**Βήμα 2<sup>ο</sup>** Έλεγχος αντίδρασης

**Βήμα 3<sup>ο</sup>** Έκταση Κεφαλής – Ανύψωση Κάτω Γνάθου

**Βήμα 4<sup>ο</sup>** Έλεγχος Αναπνοής και Σφυγμού

Βλέπω - Ακούω - Αισθάνομαι για 10''

**Βήμα 5<sup>ο</sup>** Κλήση για Βοήθεια

**Βήμα 6<sup>ο</sup>** Εφαρμογή 5 **εμφυσήσεων** καλύπτοντας με το στόμα μας και τη μύτη του μωρού

**Βήμα 7<sup>ο</sup>** Εφαρμογή 15 **θωρακικών συμπιέσεων** με μόνο δυο δάχτυλα στη περιοχή του θώρακα

**Βήμα 8<sup>ο</sup>** Εφαρμογή 2 **εμφυσήσεων**



### 12. Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση σε Παιδί από 1- 8 Έτους

**Βήμα 1<sup>ο</sup>** Εντοπισμός ασθενή. Προσέγγιση με ασφάλεια

**Βήμα 2<sup>ο</sup>** Έλεγχος αντίδρασης

**Βήμα 3<sup>ο</sup>** Έκταση Κεφαλής – Ανύψωση Κάτω Γνάθου (Απελευθέρωση αεραγωγού)

**Βήμα 4<sup>ο</sup>** Έλεγχος Αναπνοής και Σφυγμού

Βλέπω - Ακούω - Αισθάνομαι για 10''

**Βήμα 5<sup>ο</sup>** Κλήση για Βοήθεια

**Βήμα 6<sup>ο</sup>** Εφαρμογή 5 **εμφυσήσεων** κλείνοντας τη μύτη του παιδιού

**Βήμα 7<sup>ο</sup>** Εφαρμογή 15 **θωρακικών συμπιέσεων** με ένα ή δύο χέρια στη περιοχή του θώρακα

**Βήμα 8<sup>ο</sup>** Εφαρμογή 2 **εμφυσήσεων**



#### ΠΡΟΣΟΧΗ:

Εφόσον ξεκινήσετε ΚΑΡ.Π.Α, μπορείτε να σταματήσετε μόνο:

- Αν ο ασθενής κινηθεί εμφανώς
- Αναλάβει άλλος διασώστης
- Δεν αισθάνεστε καλά
- Αναλάβει η προνοσοκομειακή βοήθεια

ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΚΑΛΟΥΜΕ ΓΙΑ ΒΟΗΘΕΙΑ