



EUROPEJSKI DZIEŃ
RESUSCYTACJI KRAŻENIOWO
ODDECHOWEJ

16.10.2020r.

16 PAŹDZIERNIKA OBCHODZIMY EUROPEJSKI DZIEŃ RESUSCYTACJI KRAŻENIOWO – ODDECHOWEJ

W związku z pandemią są wprowadzone nowe wytyczne związane z zasadami udzielania pierwszej pomocy. Jest to również dobra okazja do powtórzenia wiadomości z zakresu resuscytacji krążeniowo – oddechowej i czynności ratujących życie przez najmłodszych i starszych. Zdobytą wiedzę i umiejętności możecie wykorzystać w sytuacji, kiedy będziecie musieli udzielić pierwszej pomocy drugiemu człowiekowi.

WYTYCZNE EUROPEJSKIEJ RADY RESUSCYTACJI

Mając świadomość zagrożenia oraz strachu przed udzielaniem pierwszej pomocy, Europejska Rada Resuscytacji (ERC) wydała nowe wytyczne dotyczące prowadzenia resuscytacji krążeniowo-oddechowej w ramach pierwszej pomocy, w warunkach pozaszpitalnych.

Już w pierwszym kroku ERC rekomenduje rozpoznanie zatrzymania krążenia na podstawie braku oznak życia i normalnego oddychania. Jednocześnie nie zaleca sprawdzania oddechu przy pomocy przyłożenia policzka lub ucha w pobliżu ust pacjenta. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości dotyczących faktu, czy na pewno u pacjenta wystąpiło zatrzymanie krążenia, należy przystąpić do uciskania klatki piersiowej i kontynuować je do czasu przybycia pomocy.

Następnie należy upewnić się, czy zespół ratownictwa medycznego jest już w drodze, a w razie podejrzeń COVID-19 u pacjenta należy niezwłocznie poinformować o tym dyspozytora numeru alarmowego.



ZADBAJ O BEZPIECZEŃSTWO WŁASNE
I POSZKODOWANEGO

ŁAŃCUCH PRZEŻYCIA



łańcuch przeżycia

RKO- RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO - ODDECHOWA

1. Wczesne
rozpoznanie
zatrzymania
krążenia

2. Wczesne
podjęcie RKO
przez świadków
zdarzenia

3. Wczesna
defibrylacja

4. Wczesne
podjęcie
zaawansowanych
zabiegów i opieka
poresuscytacyjna

CO TO JEST RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO-ODDECHOWA(RKO)?

RKO to czynności, przywracające akcję serca, przepływ krwi i oddech u osoby poszkodowanej. Prawidłowo przeprowadzona resuscytacja może zwiększać prawdopodobieństwo przeżycia osoby poszkodowanej nawet 3-krotnie.

Aby skutecznie wykonać RKO należy zastosować tzw. łańcuch Przeżycia, który wykonany w całości pomaga odzyskać poszkodowanemu czynności układu krążenia i układu oddechowego.

ETAPY RESUSCYTACJI KRAŻENIOWO ODDECHOWEJ ABC

A. Airway – udrożnienie dróg
oddechowych

B. Breathe – oddychanie

C. Circulation – krążenie krwi

ZMIANY ZASAD RKO W TRAKCIE TRWANIA PANDEMII COVID-19

Głównym problemem w udzielaniu pierwszej pomocy w okresie pandemii jest niewiedza czy osoba poszkodowana jest zakażona SARS-CoV-2 czy nie. Pracownicy karetek pogotowia ratunkowego są odpowiednio przygotowani i kierują się określonymi wytycznymi. Co robić, gdy my sami znajdziemy się w sytuacji wymagającej udzielenia pomocy osobie poszkodowanej np. podczas wypadku drogowego?



Pierwsza pomoc a ocena bezpieczeństwa

Aktualnie obowiązuje zasada oceny ryzyka dla udzielającego pomocy i zapewnienia sobie bezpieczeństwa. Nie zwalnia to z obowiązku udzielenia pomocy osobie poszkodowanej.

Bardzo ważne w zachowaniu bezpieczeństwa w dobie pandemii COVID-19 jest stosowanie maseczki, w razie dostępności również rękawiczek.

Jeżeli uważasz, że miejsce zdarzenia stanowi dla Ciebie zagrożenie, zwłaszcza gdy musisz podejść do ofiary, aby ocenić jej stan lub nie masz możliwości odpowiednio się zabezpieczyć, nie zbliżaj się do poszkodowanego. Wezwij pomoc dzwoniąc pod numer 112 lub 999. Wołaj głośno o pomoc.

Czego nie należy robić podczas udzielania pierwszej pomocy w czasie pandemii COVID-19?

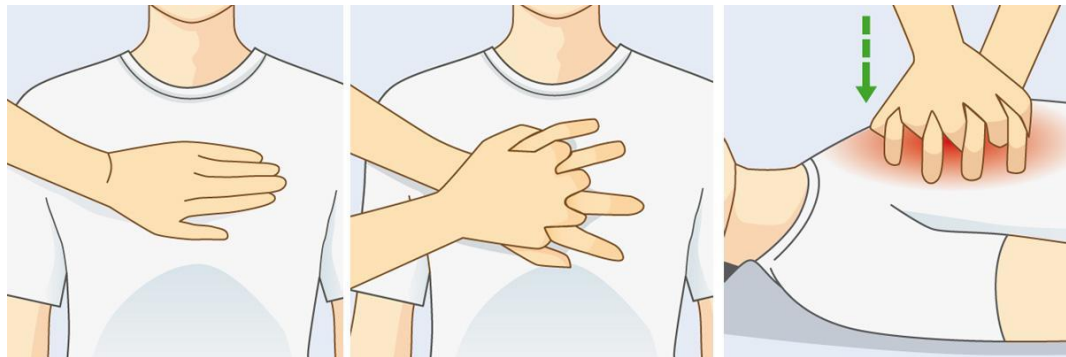
Odstępujemy od oceny oddechu metodą „widzę-słyszę-czuję” (nie przystawiamy ucha do ust i nosa poszkodowanego, ocenę oddechu wykonujemy wyłącznie przez obserwację klatki piersiowej i brzucha).

Nie udrażniamy dróg oddechowych za pomocą tzw. rękoczynu czoło-żuchwa (przez odgięcie głowy osoby poszkodowanej i uniesienie żuchwy).

Nie wykonujemy oddechów ratowniczych (usta-usta) u osób dorosłych. Jeśli jesteśmy przeszkoleni, możemy je wykonywać jedynie u dzieci w połączeniu z uciśnięciami klatki piersiowej (o ile potrafimy i chcemy to zrobić).

Zakryj usta i nos. Jeżeli masz rękawiczki, załóż je. Możesz również użyć dostępnej odzieży bądź folii. Sprawdź, czy poszkodowany oddycha – potrząśnij nim i krzyknij, i reaguje – oceń wizualnie.

RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO-ODDECHOWA 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, opatrunek, wstrzyknięcie adrenaliny (w przypadku
objawów anafilaksji) czy zmiana pozycji poszkodowanego.
Wykonuj uściśnięcia, co najmniej 100 razy (max. 120/minutę) na
tęokość ok. 5 cm.
Jeżeli jest dostępny defibrylator (AED), włącz go i postępuj
zgodnie z instrukcją.

Tak szybko, jak to możliwe po udzieleniu pierwszej pomocy ratujący powinni:

zjąć i wyrzucić użyte środki ochrony indywidualnej (np. maseczkę, rękawiczki),

umyć dokładnie ręce ciepłą wodą z mydłem przez przynajmniej 20 sekund lub je zdezynfekować preparatem na bazie alkoholu,

wyprać wszystkie ubrania,

skontaktować się z lokalną stacją sanitarną, w celu uzyskania informacji na temat badań przesiewowych po kontakcie z osobą z podejrzeniem lub potwierdzeniem COVID-19 i być gotowym na poddanie się kwarantannie lub izolacji, w przypadku rozwoju objawów COVID-19

Poszkodowany przytomny - pierwsza pomoc podczas pandemii COVID-19

Stosuj dostępne środki zapobiegawcze, w tym maseczkę, rękawiczki

Jeżeli osoba poszkodowana jest zdolna do samodzielnego udzielenia sobie pierwszej pomocy, doradź jej z bezpiecznej odległości (2 m), co powinna zrobić. Jeżeli dysponuje maską lub innym okryciem twarzy powinna je założyć.

Jeżeli poszkodowanemu nic nie zagraża może pozostać w zastanej pozycji.

Dowiedz się, co się stało.

Wezwij służby ratunkowe dzwoniąc pod numer 112 lub 999.

Jeżeli zaistnieje potrzeba dostarczenia poszkodowanemu bandażu, opatrunków – pomóż mu w tym.

Czekając na służby ratunkowe regularnie oceniaj stan poszkodowanego.