

PATVIRTINTA

Vilniaus Joachimo Lelevelio
inžinerijos gimnazijos
2024 m. balandžio 22 d. direktoriaus
įsakymu Nr. V - 140

PIRMOSIOS PAGALBOS MOKINIAMS ORGANIZAVIMO IR DARBUOTOJŲ VEIKSMŲ MOKINIUI SUSIRGUS AR PATYRUS TRAUMĄ GIMNAZIJOJE IR TEISĖTŲ MOKINIO ATSTOVŲ INFORMAVIMO APIE GIMNAZIJOJE MOKINIO PATIRTĄ TRAUMĄ AR ŪMŲ SVEIKATOS SUTRIKIMĄ TVARKOS APRAŠAS

I. BENDROJI DALIS

1. Pirmosios pagalbos organizavimo ir darbuotojų veiksmų mokiniui susirgus ar patyrus traumą gimnazijoje ir teisėtų mokinio atstovų informavimo apie mokinio gimnazijoje patirtą traumą ar ūmų sveikatos sutrikimą tvarkos aprašas (toliau – Aprašas) reglamentuoja Vilniaus Joachimo Lelevelio inžinerijos gimnazijos (toliau – Gimnazijos) darbuotojų veiksmus teikiant pirmąją pagalbą Gimnazijoje susirgusiam arba nelaimingą atsitikimą patyrusiam mokiniui bei pranešant šio mokinio tėvams/globėjams apie jų vaikui Gimnazijoje įvykusią traumą/ūmų sveikatos sutrikimą.

2. Aprašas parengtas vadovaujantis 2005 m. gruodžio 30 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro įsakymu Nr. V-1035/ISAK-2680 „Dėl sveikatos priežiūros mokykloje tvarkos aprašo patvirtinimo“; 2007 m. rugpjūčio 1 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu Nr. V-630 „Dėl visuomenės sveikatos priežiūros specialisto, vykdančio sveikatos priežiūrą mokykloje, kvalifikacinių reikalavimų aprašo patvirtinimo“; 2011 m. rugpjūčio 10 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu Nr. V-773 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 21:2017 „Mokykla, vykdanči bendrojo ugdymo programas. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“; 2010 m. balandžio 22 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro įsakymu Nr. V-313 „Dėl Lietuvos higienos normos HN 75:2016 „Išmokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“; 2000 m. vasario 11 d. Įsakymu Dėl moksleivių nelaimingų atsitikimų tyrimo, registravimo ir apskaitos nuostatais (Žin., 2000-02-23, Nr. 15-403), LR Sveikatos apsaugos ministro įsakymu „Dėl sveikatos priežiūros ir farmacijos specialistų kompetencijos teikiant pirmąją medicinos pagalbą, pirmosios medicinos pagalbos vaistinėlių ir pirmosios pagalbos rinkinių“ (Žin., 2003-08-13, Nr. 79-3605), Privalomųjų pirmosios pagalbos, higienos įgūdžių, alkoholio ir narkotikų žalos žmogaus sveikatai mokymų ir atestavimo tvarkos aprašu (TAR, 2016-07-15, Nr. 20585), Lietuvos Respublikos žmonių užkrečiamųjų ligų profilaktikos ir kontrolės įstatymu (Žin. 1996-10-30, Nr. 104-2363; Žin. 2001-12-13, Nr. 112-4069)

3. Apraše vartojamos sąvokos:

3.1. Gimnazijos teritorija - tai žemės plotas (statiniai, želdiniai, vandens telkiniai), pagal žemėtvarkos dokumentus skirtas švietimo įstaigai;

3.2. mokinys - Gimnazijos ugdytinis;

3.3. užsiėmimas - pamoka, paskaita, laboratoriniai ir praktikos darbai, sporto ir sportinės-techninės varžybos, sveikatingumo ir kiti nustatyta tvarka vykdomi renginiai;

3.4. užsiėmimo vadovas - asmuo, nustatyta tvarka paskirtas vadovauti užsiėmimui;

3.5. nelaimingas atsitikimas - įvykis, kurio metu mokinys buvo traumotas;

3.6. grupinis nelaimingas atsitikimas - įvykis, kurio metu nukentėjo 2 ir daugiau mokinių;

3.7. nelaimingo atsitikimo aplinkybės - sąlygos (užsiėmimo vieta, užsiėmimo aplinka, mokymo priemonės, darbo ir poilsio organizavimas ir kt., taip pat nukentėjusiojo bei kitų asmenų veiksmai arba neveikimas ar jų sveikatos būklė, galėję turėti įtakos nelaimingam atsitikimui), susidariusios įvykio metu ar lėmusios nelaimingą atsitikimą;

3.8. nelaimingo atsitikimo priežastys - užsiėmimų vietos, mokymo priemonių, užsiėmimų aplinkos, ugdymo sąlygų ir norminių teisės aktų reikalavimų neatitikimas; užsiėmimų organizavimo, darbo ir poilsio režimų pažeidimai; moksleivių neapmokimas saugiai atlikti užduotis; padaryti saugos darbe norminių teisės aktų pažeidimai, sveikatos būklė ir kt. veiksniai, dėl kurių mokinys patiria traumą ar kitą sveikatai žalingą poveikį.

3.9. pirmoji pagalba – tai paprasti veiksmai, siekiant turimomis priemonėmis išsaugoti nukentėjusiojo žmogaus gyvybę ir sustabdyti sveikatai žalojančius veiksnius.

II. PIRMOSIOS PAGALBOS ORGANIZAVIMAS

4. Pirmąją pagalbą Gimnazijoje teikia ir koordinuoja Gimnazijoje dirbantis visuomenės sveikatos specialistas (toliau –VS specialistas), VS specialistui nesant darbe – gimnazijoje dirbantis pedagogas (pedagogai) ar specialistas, esantis arčiausiai nukentėjusiojo.

5. Pedagoginiai darbuotojai ir specialistai privalo turėti galiojančius Pirmosios pagalbos ir Higienos įgūdžių kursų pažymėjimus ir nedelsiant teikti pirmąją pagalbą nukentėjusiam, kurio sveikatai ar gyvybei dėl nelaimingo atsitikimo, ūminės ligos gresia pavojus. Pirmąją pagalbą teikiantys asmenys turi mokėti:

5.1. įvertinti įvykio vietos saugumą ir nukentėjusiojo būklę, atpažinti gyvybei pavojingos psichikos būsenas, organizuoti pirmąją pagalbą, išmanyti psichologinės pagalbos principus.

5.2. atlikti pradinį gaivinimą.

5.3. stabdyti kraujavimą, tvarstyti žaizdas.

5.4. parengti nukentėjusįjį transportavimui (pažeistos kūno dalies, esant lūžiui, išnirimui imobilizavimas, sužalotų, traumotų asmenų nešimas).

5.5. teikti pirmąją pagalbą, patyrusiems anafilaksiją, elektros traumą, terminį ar cheminį nudegimą, ištiktiems saulės ar šilumos smūgio, sušalusiems, skendusiams, bandžiusiems pasikarti, užspringusiems, įvykus miokardo infarktui, galvos kraujotakos sutrikimams, epilepsijos priepuoliui, apalpus, netekusiems sąmonės, įkąstiems vabzdžio ar gyvūno, apsinuodijusiems.

5.6. tinkamai naudoti pirmosios pagalbos rinkinius, naudoti individualias apsaugos priemones.

6. Gimnazijos darbuotojams draudžiama mokiniui, jam susižalojus ar ūmiai sutrikus jo sveikatai, savo nuožiūra duoti vaistus. Gimnazijoje dirbantis VS specialistas taip pat neturi teisės atlikti asmens sveikatos priežiūrai priskirtų licencijuotų paslaugų (pvz., savo nuožiūra duoti vaistus, daryti injekcijas).

III. GIMNAZIJOS DARBUOTOJŲ VEIKSMAI MOKINIUI SUSIRGUS AR PATYRUS TRAUMĄ GIMNAZIJOJE

7. Mokinys, nukentėjęs nelaimingo atsitikimo metu, jeigu jis pajėgia tai padaryti, privalo pranešti apie įvykį užsiėmimo vadovui, Gimnazijos vadovui ar kitam administracijos darbuotojui. Į įvykio vietą (klasę, sporto salę, koridorių, mokyklos kiemą) užsiėmimo vadovas skubiai kviečia VS specialistą arba susirgęs ar patyręs traumą mokinys nuvedamas į sveikatos priežiūros kabinetą.

8. Gimnazijos darbuotojas ar mokinys, matęs nelaimingą atsitikimą ar apie jį sužinojęs, nedelsdamas į įvykio vietą kviečia VS specialistą ir praneša apie įvykį Gimnazijos vadovui ar kitam administracijos darbuotojui.

9. Jeigu VS specialistas Gimnazijoje įvykio metu nedirba, pirmąją pagalbą susirgusiam ar patyrusiam traumą mokiniui privalo suteikti užsiėmimo vadovas arba įvykio vietoje arčiausiai nukentėjusiojo mokinio esantys specialistai, pedagoginiai darbuotojai.

10. Vilniaus visuomenės sveikatos biuro specialistų rekomenduojami pirmosios pagalbos veiksmų algoritmai įvykus tam tikram sužalojimui arba ūmiam sveikatos sutrikimui bei pirmosios psichologinės pagalbos rekomendacijos teikiami šio Aprašo Priede Nr. 1.

11. Suteikus pirmąją pagalbą ir įvertinus mokinio būklę, informuojami nukentėjusiojo mokinio teisėti mokinio atstovai (priklausomai nuo būklės: telefonu, el. paštu, per elektroninį

dienyną) ir Gimnazijos administracija (direktorius, direktoriaus pavaduotojai ugdymui), jeigu reikia, kviečiama greitoji medicinos pagalba (toliau – GMP). Rekomendacijos, kokiais atvejais kviečiama GMP ir kaip kalbėti su Bendrosios pagalbos linijos 112 operatoriais, teikiamos šio Aprašo Priede Nr. 2.

12. Gimnazijos darbuotojų veiksmai greitajai medicinos pagalbai susirgusį ar patyrusį traumą mokinį vežant į gydymo įstaigą dar neatvykus teisėtiems mokinio atstovams (tėvams/globėjams):

12.1. mokiniui skiriamas lydintis asmuo (klasės auklėtojas, kitas Gimnazijos darbuotojas);

12.2. lydintis asmuo globoja mokinį gydymo įstaigoje iki atvyks teisėti mokinio atstovai, apie situaciją informuoja Gimnazijos vadovą arba kitą administracijos atstovą.

13. Įstaigos darbuotojų veiksmai, būtini nelaimingo atsitikimo tyrimui atlikti:

13.1. Įvykio vieta ir įrenginių būklė iki tol, kol nelaimingas atsitikimas bus pradėtas tirti, turi išlikti tokia, kokia buvo nelaimingo atsitikimo metu. Jei kyla grėsmė kitiems žmonėms, jie iš įvykio vietos išvedami, o įvykio vietoje daromi pakeitimai įforminami aktu.

13.2. Apie nelaimingus atsitikimus, susijusius su apsinuodijimais ir staigiais susirgimais, švietimo įstaigos vadovas ne vėliau kaip per valandą privalo pranešti Apsinuodijimų informacijos biurui tel. (8-5) 236 20 52 (Priedas 1, XIV sk.).

13.3. Jeigu nelaimingas atsitikimas įvyko dėl to, kad griuvo statiniai, švietimo įstaigos vadovas apie tai privalo pranešti ir apskrities viršininko administracijos Valstybinei teritorijų planavimo ir statybos inspekcijos tarnybai, kurios išvados per 20 dienų pateikiamos nelaimingo atsitikimo tyrimo komisijai ir pridedamos prie nelaimingo atsitikimo tyrimo medžiagos.

13.4. Mokinių nelaimingi atsitikimai registruojami, tiriami ir apskaitomis 2000 m. vasario 11 d. Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro įsakymu Nr. 113 „Dėl moksleivių nelaimingų atsitikimų tyrimo, registravimo ir apskaitos nuostatų“ nustatyta tvarka. Sužalojimų, kurių neapima Moksleivių nelaimingų atsitikimų tyrimo, registravimo ir apskaitos nuostatai, registruojami „Mokinių nelaimingų atsitikimų registravimo formoje“ (žr. įsakymo Nr. 113 priedą 4).

14. Jeigu mokinys kreipiasi į VS specialistą arba mokytoją/administracijos darbuotoją dėl blogos savijautos ir konsultacijos metu paaiškėja, kad mokiniui pasireiškia ūmių infekcinių ligų požymiai (karščiavimas, stipri sloga, galvos, gerklės ir kt. skausmai, viduriavimas, pykinimas, vėmimas, ūmus kosulys, odos bėrimas ir kt.), taip pat įvykus traumai ar kitai sveikatos problemai, dėl kurios mokiniui sunku būtų likti Gimnazijoje iki užsiėmimų pabaigos, Gimnazijos darbuotojai apie mokinio savijautą praneša jo tėvams/globėjams.

15. Jeigu priešmokyklinių, pradijų klasių mokinys dėl jam pasireiškusio sveikatos sutrikimo arba traumos negali toliau dalyvauti šios dienos ugdymo procese, tėvai/globėjai privalo atvykti pasiimti vaiką iš Gimnazijos.

16. Jeigu 5-12 klasių mokinys dėl jam pasireiškusio sveikatos sutrikimo arba traumos negali toliau dalyvauti šios dienos ugdymo procese, priklausomai nuo požymių pobūdžio ir intensyvumo tėvai/globėjai privalo patys atvykti pasiimti vaiką iš Gimnazijos arba tiesiogiai telefonu pranešti VS specialistui/klasės auklėtojui/administracijos atstovui, kad leidžia 5-12 klasėje besimokančiam vaikui pačiam išeiti iš Gimnazijos.

17. Jeigu dėl pasireiškusių ūmios infekcinės ligos požymių pobūdžio/intensyvumo mokinys turi būti atskirtas nuo kitų vaikų, o su tėvais/globėjais nėra galimybės susisiekti, taip pat belaukiant atvykstančių tėvų/globėjų, vaikas pagal galimybę izoliuojamas iki baigiasi pamokos ar pailgintos dienos grupės laikas ir yra stebimas VS specialisto ar kito administracijos paskirto darbuotojo arba jam pagal poreikį kviečiama Greitoji medicinos pagalba.

18. Jeigu susirgusio mokinio teisėti atstovai piktybiškai vengia atvykti pasiimti susirgusį vaiką iš Gimnazijos, tokius veiksmus Gimnazijos administracija gali interpretuoti kaip vaiko nepriežiūrą ir apie tai informuoja Gimnazijos socialinį pedagogą bei Vilniaus miesto vaikų teisių apsaugos skyrių.

III. PRIEMONĖS, BŪTINOS PIRMAJAI PAGALBAI TEIKTI ĮSTAIGOJE

19. Pirmoji pagalba Gimnazijoje teikiama pasinaudojant pirmosios pagalbos rinkinio ir/arba kitomis turimomis priemonėmis.
20. Gimnazijos sveikatos priežiūros kabinetas yra aprūpintas teisės aktų numatytais sveikatos priežiūrai ir pirmajai pagalbai teikti bendrojo ir priešmokyklinio ugdymo įstaigose būtinais baldais ir priemonėmis.
21. Gimnazijos pirmosios pagalbos rinkiniai yra sveikatos priežiūros kabinete, sporto salėje, technologijų, inžinerijos, chemijos, fizikos kabinetuose, priešmokyklinio ugdymo grupėse.
22. Mokiniam draudžiama savo nuožiūra naudotis pirmosios pagalbos rinkiniuose esančiomis priemonėmis.
23. VS specialistas, fizinio ugdymo mokytojai, chemijos, fizikos, technologijų, inžinerijos mokytojai, priešmokyklinio ugdymo pedagogai yra atsakingi už jiems patiktų pirmosios pagalbos rinkinių saugumą ir tikslingą naudojimą.
24. Pirmosios pagalbos rinkinių turinį tikrina ir pildo VS specialistas rugpjūčio bei vasario mėnesių pabaigoje, taip pat pagal poreikį.
25. Gimnazijos pirmosios pagalbos rinkiniuose esančių priemonių sąrašai pateikiami Aprašo Priede Nr. 3.
26. Esant būtinybei pasinaudoti pirmosios pagalbos priemonėmis ir VS specialistui nesant darbo vietoje, sveikatos priežiūros kabineto raktą pedagogai gali paimti iš Gimnazijos būdinčio informavus apie tai administraciją.
27. Minimalus pirmosios pagalbos rinkinys su termometru bus laikomas pradinių klasių korpuse 1 ir 2 aukšto 2 ir 6 kabinetuose.

IV. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

28. Su Aprašu supažindinami už vaikų ugdymą ir priežiūrą atsakingi Gimnazijos darbuotojai.
29. Klasės vadovai supažindina su Aprašu mokinių tėvus/globėjus ir mokinius (teikiant informaciją priklausomai nuo mokinių amžiaus).
30. Susirgimų užkrečiamosiomis ligomis protrūkio atveju, VS specialistas ir Gimnazijos direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams prižiūri, kad Gimnazijos patalpos, inventorius būtų dezinfekuojami pagal epidemiologinę priežiūrą ir kontrolę vykdančių specialistų reikalavimus.
31. Aprašas skelbiamas Gimnazijos internetinėje svetainėje.

IV. PRIEDAMŲ PRIEDŲ SĄRAŠAS

- Priedas Nr. 1. Veiksmų algoritmai teikiant pirmąją pagalbą tam tikro sužalojimo ar ūmaus sveikatos sutrikimo atvejais.
- Priedas Nr. 2. Rekomendacijos dėl Greitosios medicinos pagalbos iškviatimo į ugdymo įstaigą.
- Priedas Nr. 3. Pirmosios pagalbos rinkinio sudėtis.
-

VEIKSMŲ ALGORITMAI TEIKIANT PIRMAJĄ PAGALBĄ TAM TIKRO SUŽALOJIMO AR ŪMAUS SVEIKATOS SUTRIKIMO ATVEJ AIS

Turinys

- I. BENDRIEJI PIRMOSIOS PAGALBOS TEIKIMO PRINCIPAI
- II. PRADINIS GAIVINIMAS
 PIRMOJI PAGALBA
- III. KRAUJUOJANT
- IV. NETEKUS SĄMONĖS
- V. ESANT TRAUKULIAMS
- VI. UŽSPRINGUS
- VII. SUSIŽEIDUS
- VIII. NUDEGUS
- IX. PERKAITUS AR IŠTIKUS SAULĖS SMŪGIUI
- X. NUŠALUS
- XI. IŠTIKUS ŠOKUI
- XII. LŪŽUS KAULAMS
- XIII. Į KŪNĄ ĮSMIGUS AR PATEKUS SVETIMKŪNIUI
- XIV. APSINUODIJUS
- XV. PSICHOLOGINĖ PAGALBA

I. BENDRIEJI PIRMOSIOS PAGALBOS TEIKIMO PRINCIPAI

Pirmoji pagalba – tai paprasti veiksmai, siekiant turimomis priemonėmis išsaugoti nukentėjusiojo žmogaus gyvybę ir sustabdyti sveikatą žalojančius veiksnius.

1. Apžiūrėkite nelaimingo atsitikimo vietą ir įsitikinę, kad jūsų saugumui ir sveikatai pavojaus nėra, nustatykite nukentėjusiojo būklę.

2. Jei situacija pavojinga Jūsų gyvybei, sveikatai (griūvantys, krentantys objektai, gaisras, nuodingos medžiagos, elektros srovė, nukentėjusysis agresyvus, ar galite užsikrėsti pavojinga liga) teikti pirmąją pagalbą draudžiama.

3. Imkitės priemonių pavojingai situacijai pakeisti (gesinkite gaisrą, išjunkite elektros srovę, naudokite apsaugos priemones ir t.t.) ir priklausomai nuo situacijos kvieskite pagalbą (kitus darbuotojus, GMP, policiją, ugniagesius bendruoju pagalbos telefonu 112, GMP telefonu 033).

Pirmoji pagalba teikiama, apžiūrėjus nukentėjusįjį nuo galvos iki kojų, vadovaujantis rekomendacijomis:

- jeigu tai įmanoma, išneškite nukentėjusįjį iš pavojingos aplinkos;
- nepakenkite (pvz., netraukite jo iš sudaužyto transporto, jei įtariate, kad gali būti sužalotas stuburas);
- stebėkite sąmonę ir kvėpavimą;
- padėkite nukentėjusiajam susirasti patogiausią kūno padėtį;
- jeigu įtariate, kad sužalotas stuburas, nejudinkite ir neleiskite jam judėti; saugokite, kad neperšaltų ar neperkaistų;
- nuraminkite;

- pirmąją pagalbą teikite kuo skubiau. Stiprų kraujavimą stabdykite, pradinį gaivinimą atlikite tuojau pat, nelaimingo atsitikimo vietoje;
- jei nukentėjęs žmogus sužalotas keliose vietose ar keliais būdais, pirmąją pagalbą teikti pradėkite nuo to sužalojimo, kuris pavojingiausias gyvybei (pvz.: nuo stipraus kraujavimo stabdymo);
- jei yra keletas nukentėjusiųjų, pirmiausiai pagalbą teikite tiems, kurių gyvybei gresia didžiausias pavojus;
- pirmąją pagalbą teikite visą laiką, kol atvyks greitoji medicinos pagalba (GMP);
- nepalikite nukentėjusiojo be priežiūros.
- užtikrinkite GMP ir kitų tarnybų pasitikimą.

Nukentėjusiojo **padėties parinkimas** priklauso nuo nukentėjusiojo sąmonės, pagrindinio sutrikimo, lemiančio nukentėjusiojo būklę. Jei nukentėjusysis sąmoningas:

- geriausia nukentėjusiojo padėtis ištikus šokui, kojas pakelkite aukščiau širdies lygio, dėl sunkio jėgos iš jų į centrinę kraujotaką bei širdį patenka daugiau kraujo;
- jei įtariate kojų kaulų lūžius, pirmiausia juos įtvirtinkite, po to galūnes šiek tiek pakelkite;
- geriausia nukentėjusiojo padėtis, pasireiškus dusuliui, suteikti jam pusiau sėdimą padėtį;
- jei ištiko galvos trauma, bet stuburas nepažeistas, nukentėjusiojo galvą šiek tiek pakelkite, kad pagerėtų veninio kraujo nutekėjimas iš galvos ir sumažėtų galvosspūdis.

Skubus nukentėjusiojo **transportavimas į gydymo įstaigą** yra vienas svarbiausių pirmosios pagalbos veiksmy.

- Transportavimas asmeniniu ar nepritaikytu transportu galimas tik tais atvejais, jei jis nepablogina nukentėjusiojo būklės.
- Transportuoti draudžiama, jei nukentėjusysis nesąmoningas, dėl patirtos traumos jį ištiko (ar gali ištikti) šokas, sutriko arba sustojo kvėpavimas, širdies veikla. Šiais atvejais transportuojama tik specialiuoju medicininu transportu.
- Visais atvejais geriausia transportuoti GMP.

IV. PRADINIS GAIVINIMAS

Gyvybės grandinė – veiksmai, kuriuos eilės tvarka turi atlikti kiekvienas, esantis šalia sąmonės netekusio nukentėjusiojo. Tai efektyviausias būdas išgelbėti klinikinės mirties ištikto žmogaus gyvybę.

Gyvybės grandinę sudaro:

1. pagalbos kvietimas;
2. pradinis gaivinimas;
3. ankstyva defibriliacija (atlieka GMP medikai);
4. specializuotas gaivinimas (atlieka GMP medikai).

Pradėti gyvybės grandinę reikia visada, kai randate nesąmoningą žmogų. Priėję prie nukentėjusiojo pajudinkite jį ir garsiai paklauskite, kaip jis jaučiasi; jei žmogus nereaguoja į jūsų prisilietimą ir klausimą, pradėkite gyvybės grandinę.

Pradinis gaivinimas - tai veiksmai, kurie palaiko organizmo kraujotaką. Pradiniam kito žmogaus gaivinimui reikia šalia esančiojo rankų, plaučių ir žinių.

- Pradinį gaivinimą pradėti kuo greičiau svarbu, nes klinikinės mirties metu nutrūksta organizmo kraujotaka. Organizmo audiniams pradeda trūkti deguonies. Jautriausios deguonies trūkimui yra smegenų ląstelės, kurios po 5 minučių žūva.
- Pradinis gaivinimas atkuria gyvybiškai svarbių organų (širdies ir smegenų) kraujotaką ir šių organų ląstelės ilgiau išlieka gyvybingos.
- Pradinis gaivinimas leidžia sulaukti specializuotos pagalbos ir didina tikimybę atkurti gyvybines organizmo funkcijas (kvėpavimą, kraujotaką ir smegenų veiklą).

Šiuolaikinis pradinis gaivinimas remiasi “ABC” principu:

“A” – atvirų kvėpavimo takų užtikrinimas,

“B” – kvėpavimo vertinimas ir kvėpavimo užtikrinimas, atliekant dirbtinius įpūtimus,

“C” – kraujotakos (širdies veiklos) vertinimas ir užtikrinimas, atliekant krūtinės ląstos paspaudimus.

Pagrindiniai gyvybės požymiai yra:

sąmonė (nustatoma nukentėjusįjį kalbinant, liečiant),

kvėpavimas (nustatomas pagal kvėpavimo garsą arba krūtinės ląstos judesius),

kraujotaka (nustatoma tikrinant širdies veiklą, čiuopiant miego arteriją),

Nustatant nukentėjusiojo būklę, šie požymiai yra vertinami pirmiausiai.

Sąmonė – greičiausias ABC principo taikymo būtinumo ir nukentėjusiojo būklės sunkumo nustatymo kriterijus. Sąmonė tikrinama iki 5 sekundžių.

Jei nukentėjusysis sąmoningas :	Jei nukentėjusysis nesąmoningas :
nuraminkite jį; stenkitės nejudinti, nebent aplinka jums pavojinga; nukentėjusįjį apžiūrėkite ir apčiupinėkite nuo galvos iki kojų; teikite reikiamą pagalbą; kvieskite GMP.	kvieskite GMP ; pradėkite pradinio gaivinimo veiksmus, vadovaudamiesi ABC principu (“A” – atvirų kvėpavimo takų užtikrinimas, “B” – kvėpavimo vertinimas ir užtikrinimas, atliekant dirbtinius įpūtimus, “C” – kraujotakos (širdies veiklos) vertinimas ir užtikrinimas, atliekant krūtinės ląstos paspaudimus;

„A“. **Kvėpavimo takų atvėrimas:**

1. paguldykite nukentėjusįjį ant nugaros ant kieto ir lygaus pagrindo;
2. kvėpavimo takus atverkite pakeldami nukentėjusiojo apatinį žandikaulį ir atlošdami jo galvą (pirštais pakelkite smakrą, kitos rankos delnu, uždėtu ant kaktos, atloškite galvą. Atlošę galvą ir pakelę apatinį žandikaulį atkelsite liežuvio šaknį bei antgerklį nuo užpakalinės ryklės sienelės;
3. galvos atlošimas netaikomas, įtariant kaklinės stuburo dalies traumą, šiuo atveju patraukite į viršų apatinį žandikaulį.

„B“. **Kvėpavimo vertinimas ir užtikrinimas** (dirbtinis kvėpavimas):

1. palaikant atvirus kvėpavimo takus nustatykite, ar nukentėjusysis kvėpuoja. Kvėpavimo vertinimas neturi užtrukti ilgiau kaip 10 sekundės. Priartinus savo akies kraštą prie pat nukentėjusiojo veido, žiūrėkite, ar yra ritmiški krūtinės ląstos ir pilvo judesiai, klausykite iškvėpimo garso ties burna ir nosimi, skruostu bandykite pajusti iškvėpiamą orą. Nereguliarūs atodūsiai (agoninis kvėpavimas) nelaikomi normaliu kvėpavimu.

2. jeigu nukentėjusysis kvėpuoja, paguldykite jį ant šono. Įtariant stuburo traumą, to daryti negalima. Stebėkite nukentėjusiojo būklę (sąmonę, kvėpavimą ir kraujotaką) ir laukite atvykstant GMP.

3. jeigu nukentėjusysis nekvėpuoja ar yra agoninis kvėpavimas, pradėkite dirbtinę plaučių ventilaciją:

- 3.1. palaikant atvirus kvėpavimo takus užspauskite nukentėjusiojo nosies šnerves;
- 3.2. glaudžiai apžiokite nukentėjusiojo burną, įpūskite 2 kartus — turi pakilti gaivinamojo krūtinės ląsta;
- 3.3. įpūtimai turi trukti po 1 sekundę, būti negilūs, vienodi;

- 3.4. kiekvieno įpūtimo metu stebėkite, ar kilnojasi krūtinės ląsta;
- 3.5. jei įpūtimo metu krūtinės ląsta nesikelia, bandykite iš naujo atverti kvėpavimo takus ir atlikite antrą įpūtimą;
- 3.6. tarp įpūtimų leiskite orui išeiti iš plaučių.

„C“. **Kraujotakos užtikrinimas** (atliekamas darant krūtinės ląstos paspaudimus):

1. spauskite krūtinkaulį delno pagrindu (uždėję ranką ant rankos) taip, kad jis pasispaustų 4-5 cm stuburo link; gaivinant 1-8 metų vaiką spausti krūtinės ląstą 3-4 cm gilumu vieno ar abiejų delnų pagrindu;

2. po kiekvieno paspaudimo leiskite krūtinkauliui grįžti į pradinę padėtį;
3. rankų neatitraukite nuo krūtinės ląstos;
4. stebėkite, kad rankos būtų statmenai nukentėjusiojo krūtinės ląstai;
5. rankų nelenkite per alkūnės sąnarius;
6. krūtinės ląstą spauskite 100 paspaudimų per minutę dažniu;
7. įpūtimų ir paspaudimų santykis – 2 įpūtimai/30 krūtinės ląstos paspaudimų.

Nutraukti pradinį gaivinimą galima šiais atvejais:

- kai žmogui atsirado gyvybės požymių (atsigavo, sujudėjo, atsimerkė ar pradėjo normaliai kvėpuoti);
- kai atvykę GMP medikai priėjo prie jūsų ir paprašė pasišalinti;
- kai išseks jūsų jėgos.

PIRMOJI PAGALBA

V. KRAUJUOJANT

Kraujavimas labai pavojingas žmogaus gyvybei, nes nukraujavus gali sutrikti gyvybiškai svarbių organų veikla, gali ištikti šokas, netekęs daug kraujo, žmogus gali mirti. Todėl kraujavimą reikia kuo skubiau stabdyti.

Kraujavimas <i>išorinis</i>	Kraujavimas <i>vidinis</i>
pažeistas odos vientisumas ir kraujuoja iš akimi matomos žaizdos	nematomas kraujavimas į vidines kūno dalis - krūtinės, pilvo ertmės, tarp raumenų

Įtarti **vidinį kraujavimą** reikėtų esant šiems požymiams:

- nerimas;
- silpnumas;
- troškulys;
- krečia drebulys, pila šaltas prakaitas;
- žmogus išblykšta;
- kvėpavimas dažnas, paviršutinis;
- pulsas dažnas, silpnas;
- žmogus gali prarasti sąmonę, kristi.

Įtarus **vidinį kraujavimą**, nukentėjusiajam reikėtų suteikti patogią kūno padėtį, dėti šalčio kompresus, kuo greičiau organizuoti gabenimą į gydymo įstaigą.

Esant išoriniam kraujavimui:

1. užsimaukite gumines/polietileno pirštines arba panaudokite kitą skysčiui nelaidžią medžiagą (pvz., švarų polietileno maišelį);
2. nuvilkite nukentėjusiajam drabužius arba juos apkirpkite, kad pamatytumėte kraujuojančią vietą;

3. kraujuojančią vietą užspauskite tvarsčiu (jeigu sterilaus tvarsčio nėra, galima panaudoti švarų audinį (nosinę, skarelę arba užspausti rankomis; nukentėjusysis gali ir pats, savo rankomis, užspausti kraujuojančią žaizdą);

4. sutvarstykite;

5. jeigu kraujavimo sustabdyti nepavyko (krauju permirkusių tvarsčių nuimti negalima), ant viršaus dėkite spaudžiamąjį tvarstį (pvz.: standžiai susuktą audinio ritinėlį);

6. kaip pagalbinę kraujavimo stabdymo priemonę galima naudoti galūnės pakėlimą arba maksimalų sulenkimą;

7. varžtu stabdyti kraujavimo nerekomenduojama;

8. kraujuojant galvos srityje nukentėjusiojo neguldykite;

9. kraujuojant iš nosies, nukentėjusįjį nuraminkite, pasodinkite, papašykite šiek tiek palenkti galvą į priekį, užspauskite nosies sparnelius, ant nosies kaulinės dalies ir kaktos dėkite šalčio kompresus.

IV. NETEKUS SĄMONĖS

Netekęs sąmonės žmogus nesugeba reaguoti į išorinius dirgiklius.

Netekusiam sąmonės nukentėjusiajam gali:

- gulinti ant nugaros - užkristi liežuvio šaknis (žmogus gali uždusti);
- išnykti kosulio ar rijimo refleksai;
- sustoti kvėpavimas;
- žmogus gali užspringti krauju, skrandžio turiniu, gali uždusti.

Jei nėra galvos ar stuburo traumos požymių, nesąmoningą, bet kvėpuojantį nukentėjusįjį paguldykite į *stabilią šoninę padėtį*.

Stabili šoninė padėtis palaiko atvirus kvėpavimo takus:

1. priklaupkite šalia nukentėjusiojo ir ištieskite jo kojas;
2. arčiau esančią ranką sulenkite per peties ir alkūnės sąnarius stačiais kampais;
3. delną atverskite aukštyn;
4. kitą ranką permeskite per krūtinės ląstą, prie skruosto;
5. sulenkite toliau nuo Jūsų esančią koją stačiu kampu per klubo ir kelio sąnarius;
6. uždėkite rankas ant tolesnių peties bei klubo arba kelio sąnarių ir vienodai paverskite ant šono;
7. viršutinės rankos delną pakiškite po apatiniu žandu;
8. viršutinę koją sulenkite stačiu kampu;
9. atloškite galvą, taip užtikrindami atvirus kvėpavimo takus;
10. po skruostu pakišus delną galva turi būti stabili;
11. pakartotinai vertinkite gyvybines organizmo funkcijas.

Galvos smegenų trauma. Svarbiausias galvos smegenų traumos požymis – sąmonės sutrikimas.

Kiti galimi galvos smegenų traumos požymiai:

- kraujavimas iš nosies, burnos, ausies;
- gelsvo ar kraujingo skysčio tekėjimas iš ausų;
- nosies ar galvos žaizdos;
- mėlynės aplink akis, už ausų;
- galvos ar veido asimetrija, deformacija;
- stiprūs galvos skausmai;
- vietinis galvos audinių patinimas;
- sunkėjanti sąmonės būklė arba visiškas jos netekimas;
- vienos akies vyzdžio išsiplėtimas;
- vienos pusės rankos ir kojos silpnumas ar paralyžius.

Pirmoji pagalba esant galvos smegenų traumai:	
jei nukentėjusysis sąmoningas	jei nukentėjusysis nesąmoningas
<ol style="list-style-type: none"> 1. nuraminkite 2. suteikite jam patogią kūno padėtį; 3. kvieskite GMP; 4. sekite sąmonę, kvėpavimą ir kraujotaką; 5. jei yra atvira žaizda, uždėkite spaudžiamąjį tvarstį; 6. jei sąmonės netekimas buvo trumpalaikis, nepalikite nukentėjusiojo, sekite jo būklę; 	<ol style="list-style-type: none"> 1. kvieskite GMP; 2. atverkite kvėpavimo takus, pakeldami apatinį žandikaulį, 3. įvertinkite kvėpavimą, 4. pasirenkite prireikus daryti įpūtimus ir krūtinės ląstos paspaudimus.

Stuburo traumą galima atpažinti pagal tokius požymius:

- skausmas kaklo ar nugaros srityje;
- iškrypimas ar išsigaubimas nuo normalios stuburo ašies;
- patinimas pažeidimo vietoje;

pažeistų **nugaros smegenų** požymiai:

- išnykusi judesių kontrolė galūnėse žemiau pažeidimo;
- išnykę ar nenormalūs jutimai (deginimas, dilgčiojimas), galūnė nejudri, sunki ar suglebusi;
- išnykusi šlapinimosi ir tuštinimosi kontrolė;
- sunku kvėpuoti.

Pirmoji pagalba patyrusiam stuburo traumą	
nukentėjusysis sąmoningas	nukentėjusysis nesąmoningas
<ol style="list-style-type: none"> 1. nukentėjusiajam neleiskite judėti; 2. kvieskite GMP; 3. paprašykite šalia esančiųjų iš rūbų padaryti volelius ir jais fiksukite galvą neutralioje pozicijoje; 4. sekite pagrindines gyvybines funkcijas (sąmonę, kvėpavimą, širdies veiklą). 	<ol style="list-style-type: none"> 1. kvieskite GMP; 2. jeigu sustojo kvėpavimas ir širdies veikla, pradėkite gaivinti; 3. pagal galimybes stenkitės apsaugoti stuburą nuo judesių. Tačiau tai neturi trukdyti gaivinimui.

V. ESANT TRAUKULIAMS

Traukuliai - tai nevalingi, nekontroliuojami, pasikartojantys raumenų susitraukimai. Gali būti didieji (išplitę visame kūne) ir mažieji (lokalūs).

Atsiranda, jei sergama epilepsija, yra galvos smegenų auglys, įvykus galvos traumai, apsinuodijus įvairiomis cheminėmis medžiagomis. Vaikams traukuliai gali atsirasti stipriai karščiuojant.

Paprastai traukuliai prasideda netekus sąmonės ar jos netenkant. Dažniausiai traukuliai ištinka esant epilepsijos priepuoliui.

Epilepsijos priepuolio požymiai:

- staigus riktelėjimas;
- stovinčio žmogaus kritimas ant grindų/žemės;
- sustingimas;
- sąmonės sutrikimas;
- akių žvilgsnis į viršų ar į šoną;
- ritmiški raumenų traukuliai;
- veido pamėlynnavimas;
- kramtomieji judesiai;
- nevalingas šlapinimasis;
- triukšmingas kvėpavimas;
- putos iš burnos.

Pirmoji pagalba epilepsijos priepuolio ištiktam žmogui:

1. jeigu esate šalia, kai žmogus pradeda kristi, prilaikykite jį, kad krisdamas neužsigautų;
2. prilaikykite galvą kritimo metu;
3. atlaisvinkite drabužius, nuimkite akinius;
4. padėkite ką nors po galva;
5. patraukite toliau arti esančius daiktus, į kuriuos nukentėjusysis gali susižeisti (aštrius, dūžtančius, karštus ir pan.)

Pasibaigus traukuliams:

- atverkite kvėpavimo takus ir patikrinkite kvėpavimą;
- jeigu reikia, darykite įpūtimus ir krūtinės ląstos paspaudimus;
- jeigu nukentėjusysis kvėpuoja, paguldykite į stabilią šoninę padėtį ir sekite gyvybines funkcijas;
- kvieskite GMP.

Ko nereikia daryti įvykus epilepsijos priepuoliui:

- tarp dantų nedėkite jokių kietų daiktų;
- neslopinkite traukulių fizine jėga;
- nevežkite į ligoninę priepuolio metu.

VI. UŽSPRINGUS

Žmogus **užspringsta**, kai svetimkūnis (maistas, smulkios žaislų dalys) užkemša kvėpavimo takus siauriausioje jų dalyje – balso klostėse. Užspringimas gali būti dalinis ir visiškas.

Dalinio užspringimo požymiai	Visiško užspringimo požymiai
<ul style="list-style-type: none">▪ žmogus išlieka sąmoningas;▪ gali kosėti;▪ gali kalbėti.	<ul style="list-style-type: none">▪ žmogus negali kalbėti/atsakyti į klausimą;▪ rodo visų suprantamą užspringimo ženklą (griebiasi už kaklo);▪ kosulys silpnas, neefektyvus arba nekosėja;▪ kvėpuojant atsirado švilpesys;▪ kvėpavimo nepakankamumas sunkėja;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nukentėjusysis pradeda mėlti; ▪ netenka sąmonės.
--	---

Pirmoji pagalba esant <u>daliniam</u> užspringimui:	Pirmoji pagalba esant <u>visiškam</u> užspringimui:
<ol style="list-style-type: none"> 1. stebėkite užspringusįjį; 2. nepalikite jo vieno; 3. jeigu nukentėjusysis kosėja, netrukdykite jam (kosulys yra geriausias svetimkūnio pašalinimo iš kvėpavimo takų būdas); 4. netrankykite į tarpumentę; 5. netaikykite Heimlichio metodo; 6. užspringimui užtrukus, kvieskite GMP. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 5 kartus suduokite į tarpumentę; 2. jei nukentėjusysis vis tiek išlieka užspringęs, pasinaudokite Heimlichio metodu: atsistokite ar atsiklaupkite užspringusiajam už nugaros, apkabinkite jį, rankas dėdami po pažastimis, dėkite vienos rankos kumštį po krūtinkauliu, kita ranka apglėbkite kumštį ir staigiu trumpu judesiu (gilyn ir į viršų) spustelėkite 5 kartus; 3. šiuos veiksmus atlikinėkite pakaitomis tol, kol žmogus atsprings arba neteks sąmonės. 4. Nukentėjusiajam netekus sąmonės, kvieskite GMP ir pradėkite gaivinti.

Nukentėjusiajam, kuriam buvo taikytas Heimlichio metodas, būtina pasitikrinti pas gydytoją, ar šios pagalbos metu jam nebuvo pažeisti vidaus organai.

VII. SUSIŽEIDUS

Žaizda - tai audinių vientisumo pažeidimas, kuriam būdingas skausmas, kraujavimas ir žiojėjimas. Žaizdos pavojingos, nes:

- per žaizdą į audinius gali patekti infekcija;
- per žaizdą galima nukraujuoti;
- dėl žaizdos gali sutrikti kūno dalies ar organo funkcija;
- gali ištikti šokas;
- sužeistasis gali mirti ar likti neįgalus.

Žaizda tuo pavojingesnė, kuo ji yra arčiau gyvybiškai svarbių organų ar kuo stambesnė kraujagyslė ar nervas yra pažeisti.

Žaizdos gali būti įvairios (pjautinės, plėštinės, šautinės ir pan.). Bet kokią žaizdą būtina atidžiai apžiūrėti, sustabdyti kraujavimą, sutvarstyti.

Žaizdų tvarstymas – tai pirmosios pagalbos būdas, kai, naudojant įvairių tvarsliaivą (bintą, sterilius ir nesterilius tvarsčius, pleistrą, tvarstomasias skareles ir parankines priemones), uždengiama žaizda.

Žaizdų tvarstymo tikslas:

- apsaugoti žaizdą nuo aplinkos užkrato;
- sustabdyti kraujavimą;
- sumažinti skausmą;
- sugerti išsiskiriantį kraują ar skystį.

Tvarstymo pagrindai:

- tvarstyti pradėdame nuo tvarsčio galo;
- tvarsčio plotis parenkamas atsižvelgiant į žaizdą;
- tvarstoma nuo plonesnės kūno dalies link storesnės;
- tvarstis turi lygiai priglusti prie kūno;

- tvarstyti nestipriai, kad nespaustų kraujagyslių ir nervų;
- negalima mazgo rišti ties žaizda;
- būtina patikrinti, ar sutvarstytoje kūno dalyje (galūnėje) nesutriko kraujotaka.

Tvarstymo būdai:

žiedinis būdas (tinka tvarstant ranką, koją, kaktą, kaklą);
 spiralinis būdas (tinka tvarstant lygias kūno dalis: pirštus, žastą, krūtinę, pilvą);
 spiralinis bėgamasis su perlenkimais (toks būdas tinka pailgoms nevienodo dydžio dalims tvarstyti);
 kryžminis aštuoniukės formos būdas (tvarstomi sąnariai);
 tvarstymas skarelėmis (tinka tvarsčiui fiksuoti, galūnei įtvirtinti).
 Sterilios skarelės gali būti naudojamos kaip tvarstis žaizdai uždengti.
 Sutvarsčius žaizdą, jeigu reikia, kvieskite GMP arba vežkite nukentėjusį į gydymo įstaigą.

VIII. NUDEGUS

Nudegimai skirstomi pagal juos sukėlusią priežastį (terminis, elektrinis, cheminis, radiacinis veiksnys), gylį (paviršinis, vidutinio gylio, gilus), vietą ir sunkumą (lengvas, vidutinio sunkumo, kritinis).

Nudegimai gali atsirasti:

- dėl temperatūros poveikio (ugnies, įkaitusių daiktų dalių, karštų skysčių, garų ir pan.);
- dėl ultravioletinių, jonizuojančių spindulių;
- dėl elektros srovės;
- dėl cheminių medžiagų poveikio.

Kritiniai (sunkūs) nudegimai	gilūs nudegimai, apimantys plaštakas, pėdas, veidą, viršutinius kvėpavimo takus ir lytinius organus; gilūs nudegimai, apimantys daugiau kaip 10% kūno paviršiaus; vidutinio gylio nudegimai, apimantys daugiau kaip 30 % kūno paviršiaus; nudegimai, susiję su kvėpavimo takų nudegimu.
Vidutinio sunkumo nudegimai	gilūs nudegimai, apimantys nuo 2 % iki 10 % kūno paviršiaus ploto; vidutinio gylio nudegimai, apimantys nuo 15% iki 30 % kūno paviršiaus ploto; paviršiniai nudegimai, apimantys daugiau kaip 50 % kūno paviršiaus ploto.
Lengvi nudegimai	gilūs nudegimai apimantys mažiau kaip 2 % kūno paviršiaus ploto; vidutinio gylio nudegimai, apimantys mažiau kaip 15 % kūno paviršiaus ploto; paviršiniai nudegimai, apimantys mažiau kaip 50 % kūno paviršiaus ploto.

Pirmoji pagalba esant terminiam nudegimui:

1. nutraukite žalojantį aukštos temperatūros poveikį;
2. pagal situaciją kvieskite GMP;
3. vėsinkite nukentėjusį kambario temperatūros vandeniui mažiausiai 10-30 min.;
4. vėsavimo metu numaukite apyranke, žiedus ir kt. daiktus, kurie, prasidėjus audinių tinimui, galėtų spausti nudegusią vietą;
5. vėsindami nukentėjusį vertinkite jo būklę ir teikite pagalbą, vadovaudamiesi ABC principu (žr. p. Pradinis gaivinimas);
6. stebėkite, ar neatsiranda šoko požymių;
7. nuvilkite visus karštus, smilkstančius drabužius, jeigu prilipę – apkirpkite juos; neatplėškite prie nudegimo vietos prilipusių drabužių;
8. aptvarstykite visą nudegimo plotą sausais tvarsčiais (nedėkite tvarsčių ant apdegusio veido);
9. jeigu nudegusi galūnė, įtvirkite ją;

10. suteikite nukentėjusiajam patogią padėtį;
11. laukdami GMP, stebėkite nukentėjusiojo būklę

Pirmoji pagalba esant cheminiam nudegimui:

1. skubiai pašalinkite nuo nukentėjusiojo kūno chemine medžiaga persunkusius drabužius, nusauskite skysta chemine medžiaga paveiktą vietą arba nubraukite sausas chemines medžiagas nuo kūno paviršiaus (saugokite savo rankas, užsimaukite pirštines arba panaudokite kitą skysčiui nelaidžią medžiagą);
2. gausiai plaukite nudegusią vietą vandeniu (geriausia tekančiu);
3. apnuogintą nudegusią vietą uždenkite steriliu tvarščiu, sutvarstykite;
4. skubiai organizuokite nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

Veiksmai paveikus elektros srovei:

1. prisilietus prie įtampą turinčių įrenginių, prasideda savaiminis mėšlungiškas raumenų susitraukimas;
2. jei nukentėjusysis laiko laidą rankose, pirštai gali jį taip stipriai suspausti, kad bus neįmanoma jo išlaisvinti;
3. jei nukentėjusysis asmuo liečia įrenginį, kuriuo teka elektros srovė, pirmiausia reikia skubiai jį išlaisvinti;
4. reikia atsiminti, kad negalima liesti srovės veikiamo žmogaus, nenaudojant būtinų atsargumo priemonių (***Tai - pavojinga gyvybei! Būtina nedelsiant išjungti įrenginį!***);
5. jei nukentėjusysis asmuo yra aukštai, įrenginį išjungus ir jį išlaisvinus nuo elektros srovės, jis gali nukristi, todėl reikia imtis priemonių, užtikrinančių, kad nukentėjusysis krisdamas dar labiau nesusižalotų;
6. išjungus įrenginį, kartu gali būti išjungtas ir elektros apšvietimas, todėl reikia pasirūpinti apšvietimu iš kitų šaltinių.
7. jeigu įrenginio išjungti negalima, reikia imtis priemonių atskirti nukentėjusįjį nuo jo liečiamų dalių, kuriomis teka elektros srovė.

Nutraukus elektros srovės poveikį:

1. skubiai įvertinkite sąmonę, kvėpavimą ir kraujotaką;
2. palaikykite kvėpavimo takus atvirus;
3. jeigu reikia, gaivinkite;
4. vėsinkite nudegusią vietą;
5. nuvilkite (apkirpkite) apdegusius drabužius, numaukite apyrankes, žiedus ir kt. daiktus, kurie prasidėjus audinių tinimui, galėtų spausti nudegusią vietą;
6. tolesni veiksmai – kaip patyrus terminį nudegimą.

Teikiant pirmąją pagalbą nudegus, draudžiama:

1. plėšti drabužius nuo nudegusios vietos, jei jie prilipę (tokiu atveju, sterilų tvarstį dėti ant jų);
2. pradurti pūsles;
3. dėti ledą ant nudegusios vietos;
4. tvarstyti veido.

Nudeginus akis reikia gausiai plauti jas tekančiu vandeniu 15-20 minučių.

IX. PERKAITUS, IŠTIKUS SAULĖS SMŪGIUI

Perkaitimas - tai būklė, kai sutrinka kūno temperatūros reguliacijos mechanizmas.

Žmogus perkaista dėl aukštos aplinkos oro temperatūros, mažo oro srauto judėjimo, kai ilgai būna nevedinamoje patalpoje, daug ir sunkiai dirba arba sportuoja karštoje aplinkoje, karštą dieną aktyviai juda ir mažai geria vandens.

Aukštos temperatūros poveikis gali būti trejopas:

šiluminiai traukuliai (apatinių galūnių, nugaros, pilvo traukuliai ir gausus prakaitavimas);

šiluminis išsekimas (galvos skausmas, silpnumas, svaigulys, pykinimas, spazmai, euforija, nerimas ar apatija, mieguistumas, odos blyškumas, šalta ir drėgna oda);

šiluminis smūgis (galvos skausmas, svaigimas, silpnumas, svaigulys, pykinimas, vėmimas, paraudusi sausa ir karšta oda, nukentėjusysis nebeprakaituoja, dažnas ir stiprus pulsas, aukštesnė kaip 40 ° temperatūra, trinka sąmonė).

Pirmoji pagalba esant šiluminiam išsekimui	Pirmoji pagalba esant šiluminiam smūgiui
<ol style="list-style-type: none"> 1. nuneškite nukentėjusį į vėsią vietą; 2. atlaisvinkite arba nuvilkite drabužius, nuaukite batus; 3. suvilgykite kūną vėsiu vandeniu, vėdinkite; 4. duokite gerti pasūdyto vandens; 5. pakelkite kojas aukščiau širdies lygio; 6. kvieskite GMP, stebėkite nukentėjusį. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. nuneškite nukentėjusį į vėsią vietą; 2. skubiai kvieskite GMP; 3. atlaisvinkite arba nuvilkite drabužius; 4. esant galimybei, suvyniokite į šaltą, drėgną paklodę, aktyviai vėdinkite; 5. masažuokite galūnes ir odą; 6. pakelkite kojas aukščiau širdies lygio; 7. jeigu sąmoningas, duokite lėtai išgerti bent stiklinę vandens.

Saulės smūgis - tai galvos smegenų pažeidimas dėl tiesioginio saulės spindulių poveikio galvai. Saulės spinduliams tiesiogiai krintant ant neapdengtos galvos, dirginami galvos smegenų dangalai, pakyla galvos smegenų temperatūra, todėl sutrinka smegenų funkcija. Žmogus net gali mirti nuo smegenų paburkimo.

Saulės smūgio požymiai:

- galvos skausmas;
- spengimas ausyse;
- mirgėjimas akyse;
- padažnėjęs kvėpavimas ir pulsas;
- pykinimas ar vėmimas;
- apatija;
- išbalusi oda;
- pila šaltas prakaitas;
- bendras silpnumas;
- aukšta kūno temperatūra;
- sąmonės pritemimas ir net netekimas.

Pirmoji pagalba ištikus saulės smūgiui	
jei nukentėjusysis <u>sąmoningas</u>:	jei nukentėjusysis <u>nesąmoningas</u>:
<ol style="list-style-type: none"> 1. nuveskite į pavėsį; 2. paguldykite arba pasodinkite; 3. atlaisvinkite drabužius; 4. veidą apipurškite vėsiu vandeniu; 5. ant galvos uždėkite šaltą kompresą; 6. duokite atsigerti vandens. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. nuneškite į pavėsį; 2. atlaisvinkite drabužius; 3. guldykite į stabilią šoninę padėtį; 4. vėdinkite; 5. kuo skubiau organizuokite gabenimą į gydymo įstaigą arba kvieskite GMP.

X. NUŠALUS

Nušalimai priklauso nuo aplinkos temperatūros, drėgmės, vėjo stiprumo, laiko, kurį žmogus praleidžia toje aplinkoje.

Lokalūs šalčio sukelti pažeidimai skirstomi į:

- *nuožvarbą* (galima pažinti iš pažeistoje vietoje esančios patinusios, raudonos, jautrios ir niežtinčios odos);
- *“apkasų pėdą”* (jai būdinga tai, kad pažeistų pėdų dalys būna šaltos ir beskausmės, kartais sustingusios, gali atsirasti deginantis skausmas, vėliau oda išblykšta, ant jos atsiranda melsvų dėmių, gali atsirasti pūslių);

- *nušalimą* (bet kurios kūno dalies jautrumo netekimą, staigų pabalimą, vėliau paraudimą, pūšlių atsiradimą, tinimą, pažeistų vietų nejautrumą skausmui)

pagal galimybę nuveskite, nugabenkite nušalusį į šildomą patalpą.

Pirmoji pagalba nužvarbus:

1. palaikykite pažeistą vietą prie savo kūno kelias minutes, kad apšiltų;
2. šildykite pažeistą kūno dalį stipriai spausdami rankomis arba glausdami prie savo kūno;
3. netrinkite ir nemasažuokite, o spaudykite, maigykite;

Pirmoji pagalba nušalus pėdas:

1. nuvilkite spaudžiančius drabužius, nuaukite batus;
2. šildykite pažeistas kūno dalis rankomis;
3. jei yra galimybė pervilkite sausais laisvais drabužiais, apklokite šiltais apklotais;
4. kuo greičiau organizuokite gabenimą į gydymo įstaigą.

Pirmoji pagalba nušalus:

- šildykite pažeistas kūno dalis rankomis;
- ant veido ausų ir nosies uždėkite paties nukentėjusiojo rankas;
- jei nušalo rankos, atsekite megztinį ir nukentėjusiojo rankas priglaskite prie jo kūno, po to užsekite, kad neprarastų kūno šilumos;
- atlaisvinkite arba nuvilkite veržiančius drabužius, nuimkite papuošalus ir kitus spaudžiančius daiktus;
- apklokite, masažuokite, mankštinkite;
- galite pamerkti nušalusią kūno dalį į 38-40 laipsnių vandenį;
- pakelkite pažeistas kūno dalis, kad sumažėtų tinimas;
- organizuokite nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

XI. IŠTIKUS ŠOKUI

Šokas - gyvybei pavojinga būklė, pasireiškianti kraujotakos sutrikimu gyvybiškai svarbiuose organuose. Šoko būseną reikalauja skubaus diagnozavimo ir gydymo, nes delsimas gali pasibaigti nukentėjusiojo mirtimi.

Šokas gali būti sukeltas:

- gausaus nukraujavimo (išorinio, vidinio) – netekus daugiau kaip 1,2 l kraujo. Tai dažniausia šoko priežastis;
- organizmo skysčių netekimas (labai gausiai vėmus, viduriavus);
- sunkios infekcijos;
- širdies ligų;
- nervų sistemos pažeidimo;
- tam tikrų hormonų trūkumo;
- mažo gliukozės kiekio kraujyje (hipoglikemija);
- sušalimo;
- sunkios alerginės reakcijos (anafilaksinis šokas);
- vaistų perdozavimo;
- nugaros smegenų pažeidimo.

Kaip atpažinti šoko būseną:

- šokui prasidedant - greitas pulsas, pilkšva, šalta oda, prakaitavimas;
- šokui pasunkėjus - melsvai pilka oda, silpnumas ir galvos svaigimas, pykinimas, gali būti ir vėmimas, troškulys, dažnas ir paviršinis kvėpavimas, siūlinis silpnas pulsas;
- sumažėjus smegenų aprūpinimui deguonimi, pasireiškia neramumas ir agresyvumas, žiovulys ir žiopčiojimas (“oro gaudymas”), sąmonės netekimas, galiausiai išnyksta širdies veikla.

Pirmoji pagalba ištikus šokui:

1. šalinkite galimą šoko priežastį (pvz., stabdykite kraujavimą);
2. paguldykite nukentėjusį ant antklodės;
3. nuraminkite;
4. jei nukentėjusysis nepatyrė traumos, pakelkite ir palaikykite aukštai jo kojas, kad pagerėtų gyvybei svarbių organų aprūpinimas krauju;
5. jei įtariate lūžimą, įtvirtinkite sužeistą kūno dalį;
6. apklokite nukentėjusiojo kūną ir kojas;
7. kvieskite GMP;
8. jei nukentėjusysis vemia ar jam teka seilės, pasukite galvą į šoną;
9. sekite pagrindines gyvybines funkcijas (sąmonę, kvėpavimą, širdies veiklą).

Anafilaksinis šokas - tai sunki alerginė reakcija, sutrikdanti viso organizmo veiklą.

Anafilaksinį šoką gali sukelti:

- tam tikros medžiagos (alergeno) kontaktas su oda ar patekimas į kvėpavimo takus;
- specifinio vaisto injekcija arba suvartojimas;
- vabzdžio įkandimas;
- maistas (pvz., žemės riešutai, citrusiniai, šokoladas).

Anafilaksinio šoko požymiai:

- kraujospūdžio kritimas, greitas širdies plakimas (širdies ir kraujagyslių sistema);
- ryškus dusulys (kvėpavimo sistema);
- bėrimas, veido, voku, liežuvio patinimas (oda, gleivinės);
- pilvo skausmai, viduriavimas, vėmimas (virškinimo sistema);
- nerimas.

Pirmieji požymiai gali atsirasti po kelių sekundžių ar minučių, bet gali ir po 2 valandų.

Pirmoji pagalba ištikus anafilaksiniam šokui:

1. kvieskite GMP;
2. paklauskite ar nukentėjusysis turi reikiamus vaistus, jei turi, padėkite jais pasinaudoti;
3. jei žmogus sąmoningas, suteikite jam patogią padėtį, jeigu dūsta – pasodinkite, jei jaučia silpnumą, svaigsta galva – paguldykite ir pakelkite kojas;
4. nuraminkite;
5. sekite pagrindines gyvybines funkcijas (sąmonę, kvėpavimą, širdies veiklą), esant reikalui, pradėkite gaivinimą.

XII. LŪŽUS KAULAMS

Kaulo lūžis – kaulo vientisumo suardymas.

Lūžio požymiai:

- lūžio vietoje gali būti patinimas, kraujosruvos;
- skausmas, galūnės judrumas neįprastoje vietoje;
- galūnė gali būti sutrumpėjusi ar deformuota (neįprastai pakreipta, persukta, sulenкта);
- lūžio vietoje jaučiamas ar girdimas traškėjimas;
- sutrikusi pažeistos galūnės funkcija;
- dėl kai kurių lūžių (šlaunikaulio, dubens kaulų) gali ištikti šokas.

Pirmoji pagalba esant lūžiui:

1. perspėkite nukentėjusį, kad nejudintų pažeistos kūno dalies;
2. prilaikykite sužalotą vietą savo rankomis;
3. įtvirtinkite pažeistą vietą taip, kad sąnariai aukščiau ir žemiau pažeidimo vietos nejudėtų;
4. naudokite turimas priemones - standžius, kietus ir siaurus įtvartus (lenteles, surištas medžių šakeles, kartoną, standžiai susuktus laikraščius ir žurnalus);
5. įtvartą pritvirtinkite prie sužeistos kūno dalies tvarsčiu ar skarele;
6. pažeistą galūnę pritvirtinkite prie šalia esančios sveikos kūno dalies ar galūnės;

7. kvieskite GMP, kad nugabentų į gydymo įstaigą;
8. įtariant šoką, pakelkite sveikąją koją, sužeistosios galūnės nejudinkite.

XIII. Į KŪNĄ ĮSMIGUS AR PATEKUS SVETIMKŪNIUI

Pirmoji pagalba esant į kūną įsmigusiems daiktams:

1. jei iš žaizdos kyšo koks nors svetimkūnis – jokių būdu nebandykite jo traukti, nes gali prasidėti ar sustiprėti vidinis kraujavimas;
2. jeigu nukentėjusysis sąmoningas leiskite jam būti tokioje padėtyje, kuri jam yra patogiausia;
3. stenkitės išlaikyti stabilią nukentėjusiojo padėtį;
4. nukentėjusįjį nuraminkite;
5. aplink svetimkūnį dėkite tvarsčių arba švaraus audinio ritinėlius, kurie uždengtų visą svetimkūnį, švelniai nespaudžiant sutvarstykite (tokiu būdu užtikriname svetimkūnio stabilumą);
6. skubiai kvieskite GMP arba organizuokite nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

Pirmoji pagalba svetimkūniui patekus į akis:

- į akį patekus cheminėms medžiagoms, plaukite akį 30–40 minučių šaltu arba drungnu tekančiu vandeniu; plaunant pažeistą akį, galvą laikykite taip, kad nutekantis vanduo nepatektų į sveiką akį;
- vandeniu išplovus akis, šlapiais tamponais kruopščiai nuvalykite odos vietas, ant kurių pateko nuodingas skystis;
- tą patį reikia darykite ir nudegus akis;
- patekus dulkėms, taip pat plaukite vandeniu, nukentėjusiajam patarkite dažnai mirksėti, nes mirksint dulkės pasišalina;
- į akį patekus svetimkūniui, perspėkite nukentėjusįjį, kad netrintų akies;
- dviem pirštais išplėskite akį, svetimkūnį esantį vidiniame apatinio voko paviršiuje pašalinkite švaria drėgna servetėle;
- akį nupilkite vandeniu, galvą laikykite taip, kad vanduo nepatektų į sveiką akį;
- jeigu giliai akyje įstrigusi drožlė ar kristalas, patys nieko nedarykite (jeigu mėginsite iš akies traukti svetimkūnį, galite nepagydomai pažeisti akies audinius; kiek įmanoma greičiau gabenkite nukentėjusįjį į gydymo įstaigą arba kvieskite GMP.

Pirmoji pagalba svetimkūniui patekus į nosį:

- nuraminkite nukentėjusįjį;
- liepkite kvėpuoti pro burną;
- gabenkite į gydymo įstaigą.

Pirmoji pagalba svetimkūniui patekus į ausį:

- nuraminkite nukentėjusįjį;
- jei ausyje gyvas vabzdys, pilkite į ausį šilto vandens;
- uždenkite ausį tvarsčiu ir, kiek įmanoma greičiau, gabenkite į gydymo įstaigą.

XIV. APSINUODIJUS

Nuodai – tai medžiaga, kurios tam tikras kiekis, patekęs į organizmą, gali sukelti trumpalaikį ar nuolatinį audinių pažeidimą. Gyvybei grėsmingas apsinuodijimas sudaro apie dešimtadalį visų apsinuodijimų atvejų, o mirštamumas dėl apsinuodijimų yra mažiau nei 1 procentas. Lietuvoje apie 50 procentų apsinuodijimų atvejų yra susijusių su alkoholio vartojimu.

Galima apsinuodyti:

- pro burną (nuryjant);
- per odą;
- įkvėpiant;

- per akis;
- injekciniu būdu (suleidus ar įgėlus).

Apsinuodijus reikėtų nedelsiant skambinti **Apsinuodijimų informacijos biuro** telefonu 236 20 52. Norėdami gauti veiksmingą patarimą, jūs turėtumėte atsakyti į šiuos klausimus:

- kas apsinuodijo - suaugęs ar vaikas (amžius ir svoris);
- kaip tai atsitiko;
- kiek nukentėjusiųjų;
- kada tai atsitiko;
- kokia medžiaga ir koks kiekis;
- ar yra apsunkinančių aplinkybių.

Pirmoji pagalba nuodams patekus pro burną:

1. užtikrinkite kvėpavimo takų praeinamumą, kvėpavimą ir kraujotaką;
2. jei įmanoma, nustatykite, kuo apsinuodyta;
3. pasirūpinkite, kad nukentėjusysis kuo greičiau patektų į ligoninę arba kvieskite GMP;
4. jei nukentėjusysis yra sąmoningas, paklauskite ko, kiek ir kada jis gėrė/valgė;
5. jei matomas lūpų nudegimas, kol atvyks GMP, duokite nukentėjusiajam mažais gurkšneliais išgerti stiklinę šalto vandens;
6. nebandykite sukelti vėmimo, nebent nukentėjusysis yra sąmoningas, ką tik apsinuodijo ir tai daryti rekomendavo specialistas (Bendrosios pagalbos telefono linijos operatorius, GMP gydytojas).

Apsinuodijimo per odą požymiai:

- gali būti įvairaus pobūdžio skausmas;
- šalia nukentėjusiojo būna cheminių medžiagų ir jų pakuočių;
- iš karto ar truputį vėliau atsiranda pažeistos vietos paraudimas, patinimas, pūslių.

Pirmoji pagalba apsinuodijus per odą:

1. patikrinkite, ar aplinka šalia nukentėjusiojo yra saugi teikti pagalbą;
2. užtikrinkite savo ir nukentėjusiojo saugumą;
3. jei nukentėjusiojo drabužiai labai užteršti, atsargiai juos nuvilkite;
4. pažeistą vietą plaukite dideliu kiekiu tekančio vandens apie 20 minučių;
5. ant nudegimo žaizdų uždėkite sausą švarų tvarstį ir atsargiai sutvarstykite.
6. organizuokite nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

Apsinuodiyti per orą galima:

- dujomis;
- aerozoliais;
- smalkėmis;
- amoniako garais;
- anglies dvideginiu;
- sieros vandeniliu;
- pesticidais.

Dūmais apsinuodijama gaisro metu, smalkėmis – gyvenamosiose patalpose, garažuose, kur kūrenamos krosnys, pavojingos dujos gali išsiskirti įvykus cheminei reakcijai, pvz.: tuo pačiu metu naudojant skirtingas valymo priemones: pvz., baliklį ir dezinfekcijos priemonę.

Kaip atpažinti apsinuodijimą įkvėpus nuodingųjų medžiagų:

- bendras silpnumas;
- galvos skausmas;
- triukšmingas ir pasunkėjęs kvėpavimas;
- odos ir gleivinės spalvos pokyčiai;
- pykinimas, vėmimas;
- sąmonės sutrikimas.

Pirmoji pagalba apsinuodijus per įkvepiamą orą:

1. kvieskite GMP (gaisto atveju nedelsdami skambinkite tel. 112 ir kvieskite priešgaisrinę gelbėjimo tarnybą bei GMP);
2. jei nėra pavojaus Jūsų saugumui, kuo greičiau išveskite nukentėjusį iš apnuodytos patalpos, atsagstykite jo apykaklę, pasirūpinkite, kad patektų daugiau gryno oro;
3. jei žmogus apsinuodijo automobilio išmetamosiomis dujomis uždaroje patalpoje, prieš įeidami į patalpą, plačiai atverkite duris, kad nuodingos dujos išsisklaidytų;
4. jei radote nesąmoningą žmogų kanalizacijos šulinyje, duobėje, nbandykite leisti žemyn patys, nes galite apsinuodyti ir prarasti sąmonę, skambinkite tel. 112, kvieskite specialiąsias tarnybas;
5. jei nukentėjusysis prarado sąmonę, atverkite kvėpavimo takus ir nustatykite, ar kvėpuoja;
6. jei nekvėpuoja, įpūskite jam oro ir pasirenkite atlikti krūtinės ląstos paspaudimus;
7. jei kvėpuoja, guldykite į stabilią šoninę padėtį.

Pirmoji pagalba nuodams patekus per akis:

1. jei turite, užsimaukite apsaugines pirštines;
2. padėkite nukentėjusiajam plauti pažeistą akį mažiausiai 20 min. šalto vandens srove, jei nukentėjusysis dėl skausmo negali prasimerkti, švelniai, bet tvirtai pramerkite pažeistos akies vokus (saugokite sveikąją akį);
3. uždėkite tvarstį ant pažeistosios akies ir sutvarstykite abi akis.

Apsinuodijimas įgėlus ar įkandus.

Įgėlus **vabzdžiui**, visada reikia stebėti, ar atsiranda alerginės reakcijos, kurios gali progresuoti iki anafilaksinio šoko.

Kaip atpažinti vabzdžio įgėlimą:

- stiprus, aštrus skausmas įgėlimo vietoje;
- įgeltos vietos paraudimas ir patinimas;
- dusulys;
- veido tinimas;
- dilgėlinis viso kūno bėrimas.

Pirmoji pagalba įgėlus vabzdžiui:

1. jei įkandimo vietoje yra likęs geluonis, atsargiai nubraukite jį nagu, banko kortele ar bukąja peilio geležtės dalimi;
2. pakelkite įgeltą galūnę, uždėkite įkandimo vietoje ledo, laikykite 10 min.;
3. jei patinimas plinta ar būklė sunkėja, organizuokite gabenimą į gydymo įstaigą.

Gyvatės įgėlimo požymiai:

- pora taškinių dantų žymių;
- stiprus skausmas, paraudimas ir patinimas;
- pykinimas ir vėmimas;
- sutrikęs regėjimas;
- seilėtekis ir padidėjęs prakaitavimas;
- pasunkėjęs kvėpavimas ar net jo sustojimas.

Pirmoji pagalba įkandus gyvatei:

1. atsargiai paguldykite, nuraminkite, paprašykite nejudėti;
2. numaukite nuo įgeltos galūnės žiedus, nusekite laikrodį;
3. nuplaukite įkandimo vietą;
4. įkąstą galūnę standžiai sutvarstykite, tvarstyti pradėkite nuo įgėlimo vietos galvos link;
5. sutvarstytą kūno dalį įtvirtinkite; jeigu įkasta į koją, neleiskite nukentėjusiajam eiti pačiam;
6. kuo greičiau organizuokite gabenimą į gydymo įstaigą.

XV. PSICHOLOGINĖ PAGALBA

Psichologinė pagalba — tai emocinis nukentėjusiojo palaikymas ir nuraminimas, sukeltas saugumo jausmą. Pirmoji psichologinė pagalba yra svarbi pirmosios pagalbos dalis.

Psichologinės pagalbos nukentėjusiajam veiksmai:

1. pirmiausiai nusiraminkite patys;
2. ramiai informuokite nukentėjusį apie tai, kas vyksta;
3. veikite ramiai, švelniai, logiškai, bet tvirtai;
4. su nukentėjusiuoju kalbėkite aiškiai ir švelniai, ramiu tonu;
5. teikdami pagalbą kalbėkite su nukentėjusiuoju;
6. raminkite nukentėjusį ir suteikę pagalbą;
7. nepalikite vieno, kol neatvyks GMP.

PSICHOLOGINĖ PAGALBA TELEFONU (ištikus emocinei krizei):

- Vaikų linija – 116 111;
- Jaunimo linija - 8 800 28888;
- Linija Doverija - 8 800 77277 (pagalba teikiama jaunimui rusų kalba);
- Pagalbos moterims linija - 8 800 66366;
- Pagalbos vyrams linija „Nelik vienas“ – 8 604 11119;
- Vyrų linija – 8 670 00027;
- Sidabrinė linija – 8 800 80020;
- Vilties linija - 116 123;
- Krizių įveikimo centras - 8 640 51555;
- Krizinio nėštumo centras – 8 603 57 912.

Pokalbiai yra nemokami ir konfidencialūs.

REKOMENDACIJOS DĖL GREITOSIOS MEDICINOS PAGALBOS IŠKVIETIMO

Bendruoju pagalbos telefonu 112 skambinama:

- iškilus grėsmei žmogaus gyvybei, sveikatai;
- įtarus, kad žmogus bando nusižudyti;
- aptikus sprogmėnį;
- smurto atveju;
- kai kėsinais pagrobti, sugadinti ar sunaikinti turtą;
- įvykus eismo įvykiui;
- žmogui skęstant;
- gaisro atveju.

Kaip kviesti pagalbos tarnybas?

- apibūdinkite vietą, kur turi vykti pagalbos tarnybos;
- padiktuokite savo telefono numerį ir pasakykite vardą, pavardę;
- išsamiai apibūdinkite, kas atsitiko;
- pasakykite galimą nukentėjusiųjų skaičių ir amžių;
- informuokite, ar nukentėjusieji sąmoningi, ar kvėpuoja;
- nenutraukite pokalbio pirmas.

Bendrojo pagalbos telefono 112 operatoriaus veiksmai gavus skambutį:

- operatorius paprašys Jūsų apibūdinti situaciją ir atsakyti į jo užduotus klausimus;
- operatorius operatyviai įvertins Jums iškilusią grėsmę bei nustatys, kokios skubios pagalbos Jums reikia;
- informaciją apie reikalingą skubią pagalbą operatorius nedelsdamas perduos atitinkamoms pagalbos tarnyboms, kurios vyks į nelaimės vietą;
- esant būtinybei, operatorius sujungs Jus pokalbiui su greitosios medicinos pagalbos tarnybos dispečeriu.

Greitąją medicinos pagalbą (GMP) būtina kviesti šiais su nukentėjusiojo būkle susijusiais atvejais:

- nukentėjusysis nesąmoningas;
- sunkiai kvėpuoja, dūsta;
- jaučia diskomfortą, skausmą ar spaudimą krūtineje, kuris trunka ilgiau kaip 5 min. arba kartojasi;
- labai kraujuoja;
- vemia ar kosi krauju;
- jaučia nepraeinantį spaudimą ar skausmą pilve;
- esant traukuliams;
- skundžiasi stipriu galvos skausmu arba neaiškiai kalba;
- įtarus apsinuodijimą;
- įtarus galvos, kaklo ar nugaros sužeidimus;
- įtarus kaulų lūžius.

PIRMOSIOS PAGALBOS RINKINIO SUDĖTIS

Pagal Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. liepos 11 d. įsakymą Nr. V-450 (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2020 m. gruodžio 10 d. įsakymo Nr. V-2876 redakcija) pirmos pagalbos rinkinyje privalo būti:

Medicinos priemonių (prietaisų) ir kitų priemonių pavadinimas	Kiekis
1. Sterilūs įvairių dydžių pleistrai	10 vnt.
2. Pleistras (ruloninis)	1 vnt. (ne mažiau kaip 5 m)
3. Sterilus spaudžiamasis tvarstis, kurio sterilus padelis ne mažesnis kaip 10 cm x 10 cm, pats tvarstis ne mažesnis kaip 15 cm x ir 180 cm	1 vnt.
4. Nesterilus tvarstis	5 vnt. (ne mažiau kaip po 5 m ilgio)
5. Palaikomasis trikampio formos tvarstis	2 vnt.
6. Pirmosios pagalbos žirkklės	1 vnt.
7. Speciali antklodė, skirta paguldyti ar apkloti nukentėjusįjį, ne mažesnė kaip 130 cm x 200 cm	2 vnt.
8. Sterilus žaizdų tvarstis, ne mažesnis kaip 5 cm x 10 cm	10 vnt.
9. Vienkartinės medicininės pirštinės	2 komplektai (po 2 vnt.)
10. Vienkartinės apsauginės plėvelės / pirmos pagalbos gaivinimo kaukės dirbtiniam kvėpavimui atlikti	2 vnt.
11. Vienkartinis šalčio maišelis	2 vnt.
12. Turniketas, skirtas stipriam (masyviam) kraujavimui galūnėse (rankose, kojose) stabdyti	2 vnt.
13. Atmintinė – pirmosios pagalbos teikimo aprašymas arba atmintinė, turniketo naudojimo taisyklės	1 vnt.

Taip pat rinkinyje gali būti dezinfekcinis skystis, bintai bei kita tvarsliaiva.