

• Postępowanie w przypadku zatrucia lekami:

- Zapewnij bezpieczeństwo sobie i osobie poszkodowanej. Usuń go w bezpieczne miejsce (na przykład przy zatruciu CO).
- Oceń czynności życiowe – według schematu ABC.
- Wezwij pomoc – zadzwoń pod numer 999 lub 112 lub poproś o to inną osobę.
- Zbierz informacje o przyczynie i rodzaju zatrucia od świadków zdarzenia.
- Jeśli doszło do NZK, rozpocznij RKO.
- Jeżeli to możliwe – jak najszybciej usuń truciznę z organizmu – w zależności od rodzaju zatrucia – zdejmij odzież, przemyj skórę czystą wodą, sprowokuj wymioty.
- Zabezpiecz opakowania po lekach, środkach chemicznych, wymiociny, aby na ich podstawie służby ratownicze mogły udzielić poszkodowanemu skutecznej pomocy.

7. Utonięcia. Wypadki nad wodą

NA TEJ LEKCJI

- wyjaśnisz różnicę między podtopieniem a utonięciem;
- omówisz zasady udzielania pierwszej pomocy po wydobyciu poszkodowanego z wody;
- przedstawisz objawy hipotermii;
- poznasz zasady postępowania w sytuacji załamania tafli lodu.

Okres letni sprzyja niebezpiecznym zachowaniom i wypadkom, zwłaszcza nad wodą. W skrajnych przypadkach dochodzi do śmierci z powodu utonięcia. Co roku w Polsce umierają z tej przyczyny 2 osoby na 100 tys. mieszkańców. Niestety często do wypadków dochodzi w związku ze spożywaniem alkoholu. Również pogoda ma wpływ na liczbę utonięć – gorące lato w 2018 r. zakończyło się rekordową liczbą takich wypadków.

Najczęstszymi przyczynami utonięć są:

- brawura,
- kąpiel na niestrzeżonych plażach,
- brak wyobraźni,
- spożywanie alkoholu, narkotyków i innych substancji osłabiających koordynację,
- wypadki podczas żeglowania i wędkowania,
- pozostawienie dzieci bez nadzoru osób dorosłych,
- zmęczenie i wyczerpanie, kurcze mięśni, nadmierne wyziębienie organizmu lub wstrząs termiczny,
- brak umiejętności pływania,
- nieprzestrzeganie zasad bezpieczeństwa,
- udar mózgu lub zawał serca podczas przebywania w wodzie,
- skoki do wody i uprawianie sportów wodnych, w związku z którymi dochodzi do urazów głowy i kręgosłupa,
- wiry wodne.

Pamiętaj! Zwracaj uwagę na leko, skaczące do wody.

Utonięcie – gwałtowne utonięcie w płynie, najczęściej w wodzie.

Tonięciem – stan, w którym osoba nie może oddychać, a tylko czeka na pomoc.

Podtopienie – sytuacja, w której osoba nie może się pod wodą.

Etapy tonięcia:

1. Wstrzymanie oddechu – osoba nie może oddychać w wodzie, nie zachowuje równowagi, zwiększające się napięcie woli tonącego.

2. Wznowienie oddechu – osoba zaczyna oddychać, więc zaczyna tonąć.

3. Połykanie wody – osoba zaczyna połykać wodę, co prowadzi do wymiotów.

4. Woda zaczyna pękać – osoba zaczyna utracić siłę, woda zaczyna pękać.

Skutki tonięcia

Stodkła woda w porcie nie jonów – gdy dostanie się tam, ale jest wchłanianie potasu, co prowadzi do zaburzenia ciśnienia. Powoduje to uwalnianie potasu, co prowadzi do zaburzenia pracy komór serca.

Pierwsza pomoc tonięcej

Aby tonąca osoba mogła oddychać. Jeśli woda jest głęboka, należy ją podciągnąć.

1. Oceń sytuację

Pamiętaj, że przy tonięciu ratownika i wyciągnięcia, ratowanie tonącego jest trudne. Nie radzisz sobie, nie pomagaj innym osobom znajdującym się w wodzie.