



- urządzenie oceni rytm – w trakcie analizy nie dotykaj poszkodowanego;
- postępuj zgodnie z poleceniami AED.
- kontynuuj resuscytację krążeniowo-oddechową i wykonuj polecenia AED;
- jeśli poszkodowany zacznie prawidłowo oddychać, utóż go w pozycji bezpiecznej.

#### 4. Urazy. Apteczka pierwszej pomocy

- Urazy kręgosłupa stanowią jeden z najcięższych przypadków obrażeń narządu ruchu. Ich konsekwencją mogą być uszkodzenia rdzenia kręgowego, dające objawy neurologiczne. s. 153
- Urazy odcinka szyjnego należą do najczęstszych uszkodzeń kręgosłupa. s. 155
- **Postępowanie w przypadku urazu kręgosłupa (lub podejrzenia urazu):** s. 156
  - Sprawdź bezpieczeństwo.
  - Rozpoznaj uraz.
  - Unieruchom głowę i kręgosłup szyjny poszkodowanego.
  - Jeśli nie ma takiej konieczności, nie przenoś poszkodowanego.
  - Poproś kogoś, aby zadzwonił pod numer 999 lub 112.
  - Kontroluj stan poszkodowanego.
- **Postępowanie w przypadku urazu kostno-stawowego:** s. 158
  - Sprawdź bezpieczeństwo.
  - Rozpoznaj uraz – odśłoń i obejrzyj uszkodzone miejsce.
  - Poproś kogoś, aby zadzwonił pod numer 999 lub 112.
  - Unieruchom kończynę za pomocą dostępnych środków.
  - Zapewnij poszkodowanemu komfort termiczny i wsparcie psychiczne.
- **Postępowanie w przypadku krwawienia:** s. 160
  - Załóż rękawiczki.
  - Uwidocznij miejsce krwawienia (ranę).
  - Przyłóż na ranę sterylną gazę i zastosuj ucisk dłonią.
  - Załóż opatrunek.
  - Jeżeli krew przesiąka przez opatrunek, nałóż kolejną gazę i zabandażuj ponownie, mocniej dociskając.
  - Zapewnij poszkodowanemu komfort termiczny.
  - W razie potrzeby zadzwoń pod numer 112 lub 999.
- Apteczka pierwszej pomocy ułatwia prowadzenie działań ratowniczych na miejscu zdarzenia i pozwala na zapewnienie bezpieczeństwa ratownikowi. Należy ją systematycznie sprawdzać i uzupełniać. Skład apteczki jest uzależniony od jej przeznaczenia. Kiedy nie możemy skorzystać z apteczki, powinniśmy korzystać z zastępczych środków opatrunkowych. s. 161

#### 5. Oparzenia. Postępowanie przeciwwstrząsowe

##### Pierwsza pomoc w przypadku oparzenia skóry

- Niezależnie od rodzaju oparzenia, każde z nich wymaga opatrzenia. s. 165
- Wyróżniamy cztery stopnie oparzeń. s. 165
- **Postępowanie w przypadku oparzenia:** s. 167
  - Schładzaj oparzone miejsce, polewając je zimną wodą.
  - Zdejmij odzież z miejsc, które uległy oparzeniu.
  - Kiedy została oparzona ręka, natychmiast zdejmij biżuterię.
  - Okryj ranę jałowym opatrunkiem lub opatrunkiem żelowym.
- Jeśli jest to rozległe oparzenie lub oparzenie II i III stopnia, należy wezwać pogotowie. s. 167
- Oparzenia chemiczne mogą być spowodowane kontaktem skóry, błon śluzowych lub dróg oddechowych z substancją żrącą, wyrażone są w czterostopniowej skali. s. 167
- Kiedy doszło do porażenia prądem, zadбай o bezpieczeństwo i pierwszej kolejności odłącz źródło prądu. s. 169
- Wiele czynników, zdarzeń i chorób może prowadzić do wstrząsu, a tym samym NZK. Bądź przygotowany/przygotowana na podjęcie RKO. s. 169
- Wstrząs jest stanem zagrożenia życia, w którym organy i tkanki nie otrzymują dostatecznej ilości utlenowanej krwi. s. 169

#### 6. Zatrucia

- Do zatrucia może dojść drogą pokarmową, poprzez drogi oddechowe, skórę, błony śluzowe oraz krew. s. 172
- Zatrucia drogą pokarmową wywołują gwałtowne dolegliwości żołądkowo-jelitowe. s. 173
- Zatrucia grzybami stanowią najczęstszą przyczynę śmierci wśród zatruc pokarmowych. s. 174

