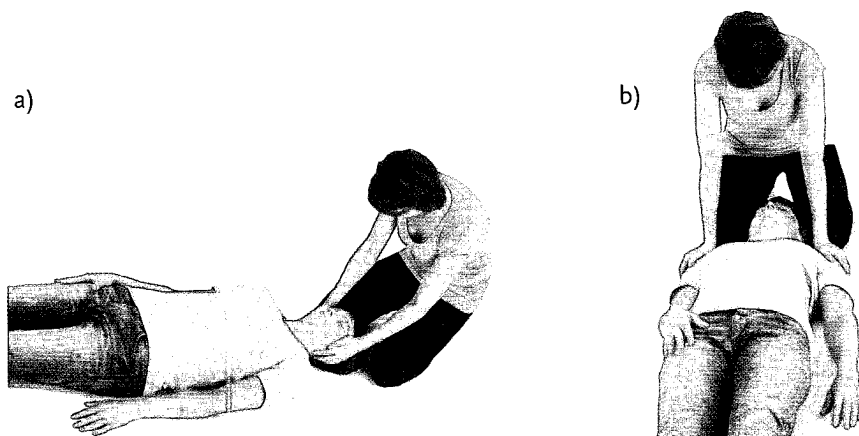


Pierwsza pomoc w zawale serca polega przede wszystkim na zapewnieniu wygodnej pozycji siedzącej z podparciem ramion. Następnie trzeba rozluźnić uciskające części garderoby i przeprowadzić wywiad SAMPLE, ewentualnie umożliwić przyjęcie leku i wezwać pomoc medyczną. Dodatkowo należy zapewnić poszkodowanemu komfort psychiczny i termiczny do przyjazdu karetki, reagować na zmiany jego stanu.

Atak astmy oskrzelowej powoduje skurcz mięśni dróg oddechowych, co bardzo utrudnia oddychanie, szczególnie wydech. Napady mogą być wywołane przez alergię lub stres. Podczas ataku należy chorego uspokoić, pomóc mu wygodnie usiąść (powinien się lekko pochylić), zapewnić dostęp świeżego powietrza, pomóc przyjąć lek i przeprowadzić wywiad SAMPLE. Chorzy najczęściej używają inhalatorów. Jeżeli atak będzie trudny do opanowania, trzeba wezwać pomoc medyczną oraz zapewnić poszkodowanemu komfort psychiczny i termiczny.

Jeśli to możliwe, przy **ataku epilepsji** należy zabezpieczyć chorego przed upadkiem, usunąć z jego otoczenia wszelkie przedmioty, które mogą prowadzić do skaleczeń i urazów. Następnie udrożnić drogi oddechowe i przytrzymać głowę poszkodowanego oburącz lub udami, by ochronić ją przed uderzeniami o podłogę. Po ustaniu drgawek należy ułożyć chorego w pozycji bocznej ustalonej, zapewnić mu komfort psychiczny i termiczny, do przyjazdu karetki pogotowia kontrolować czynności życiowe i reagować na zmiany.



Rys. 30.3. Pierwsza pomoc w napadzie drgawek: a) udrożnienie dróg oddechowych i unieruchomienie głowy kolanami, b) przytrzymanie za ramiona i dociśnięcie do podłoża

ZAPAMIĘTAJ

Wyłącznie w przypadku silnego ataku należy przytrzymać osobę chorą za ramiona i przyciskać ją do podłoża.

U **chorych na cukrzycę** ważne są dwa stany: hiperglikemii (kiedy poziom cukru jest za wysoki) i hipoglikemii (kiedy poziom cukru jest za niski). Większość chorych kontroluje chorobę dzięki odpowiedniej diecie i przyjmowaniu insuliny.

Hiperglikemia objawia się wzmożonym pragnieniem i łaknieniem oraz częstym oddawaniem moczu.

Hipoglikemia może się objawiać osłabieniem, zawrotami głowy, drżeniem mięśni, dezorientacją i agresją.

Pierwsza pomoc polega na podaniu 10-20g węglowodanów (słodzonej wody mineralnej, soku owocowego). Jeśli nie poprawia, trzeba wezwać pomoc medyczną.

Podczas **udar mózgu** należy sprawdzić, czy nie zostały nim dotknięte kończyny. Jeśli doszło do porażenia mięśni jednej z kończyn, należy ją unieruchomić.

Podczas udzielania pierwszej pomocy należy:

- o udrożnić drogi oddechowe, podnieść podbródek, wyprostować kark, podnieść głowę, jeśli to możliwe, podnieść karkę pogotowia lub karkę;
- o osobie przytomnej wykonać manewr Heimlicha, u osoby nieprzytomnej ułożyć ją na boku, podnieść głowę, jeśli to możliwe, podnieść karkę pogotowia lub karkę;
- o zapewnić komfort psychiczny i termiczny, do przyjazdu karetki pogotowia kontrolować czynności życiowe i reagować na zmiany.

Na przedszpitalną skalę

1. Polecenie: **uśmiechnąć się**. Prawidłowo: nie należy poruszać twarzy, nie należy poruszać strona twarzy poruszać się.
2. Polecenie: **złączyć stopy**. Prawidłowo: nie należy poruszać stóp, nie należy poruszać się.
3. Polecenie: **powtórzyć zdanie**. Prawidłowo: nie należy poruszać głowy, nie należy poruszać się.

a)



Rys. 30.4. Pierwsza pomoc w udarze mózgu: a) unieruchomienie ręki