

AED – automatyczny defibrylator zewnętrzny – pierwsza pomoc, nie bój się pomagać

Udzielenie pierwszej pomocy przedlekarskiej może uratować życie, dziecka, przyjaciela, obcego. Warto wiedzieć jak to zrobić w domu i w przestrzeni publicznej, bo nie wiesz kiedy znajdziesz w takiej sytuacji.

Ja musiałam resuscytować moją córkę kiedy miała miesiąc, zachłysnęła się mlekiem z piersi, uderzanie między łopatki nie przynosiło efektu, zaczęła robić się sina, musiałam działać szybko. Udało się

Co raz więcej miejsc publicznych takich jak hipermarkety, centra handlowe, dworce, a nawet przystanki komunikacji miejskiej wyposażone są w AED. Czym jest AED. To nic innego jak przenośny defibrylator automatyczny. Pozwala on na udzielenie pierwszej pomocy w przypadku zatrzymania krążenia, w 2 przypadkach: migotania komór oraz częstoskurczu komorowym bez tętna. nie obawiaj się, nie musisz umieć rozpoznać tych stanów, defibrylator sam przeprowadzi analizę i powie czy należy przeprowadzić defibrylację.

Zanim jednak użyjemy defibrylatora kilka podstawowych informacji, które mogą Ci się przydać.

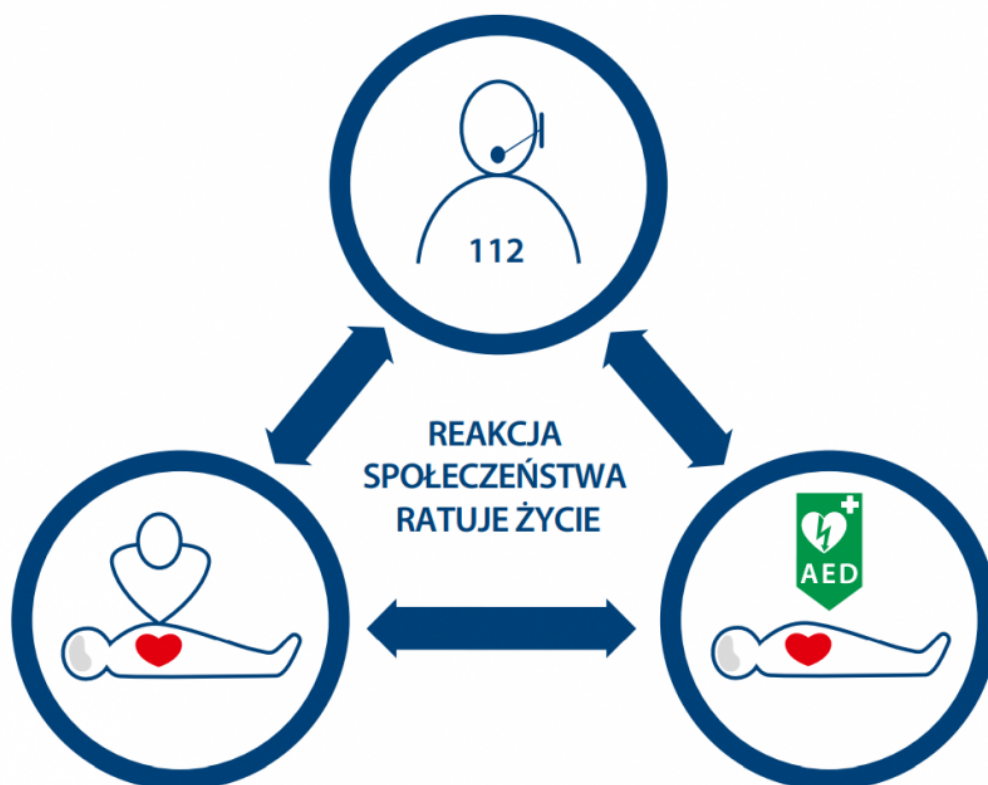
1. u dzieci, zwłaszcza noworodków i niemowląt zatrzymanie krążenia związane jest niemalże zawsze z zaburzeniami oddechu, chyba że u dziecka występuje wrodzona lub nabyta wada serca, która może być przyczyną zatrzymania krążenia
2. u osób dorosłych zaś zatrzymanie krążenia niemalże zawsze wiąże się z zatrzymaniem akcji serca, z wyjątkiem

podtopień i zadławień

te informacje są o tyle ważne, że determinują dalsze postępowanie

Rozróżniamy też 2 postępowania

1. **resuscytację krążeniowo – oddechową** (czyli przywrócenie funkcji życiowych, bez powrotu świadomości)
2. oraz **reanimację** (przywrócenie funkcji życiowych z powrotem świadomości)



Łańcuch przeżycia



Polska Rada Resuscytacji - www.prc.krakow.pl

ZANIM PRZYSTĄPISZ DO UDZIELENIA POMOCY

1. UPEWNIJ SIĘ, ŻE MIEJSCE JEST BEZPIECZNE, NIE SPADNIE NIC NA GŁOWĘ, NIC W CIEBIE NIE WJEDZIE (ŻYWY RATOWNIK JEST LEPSZY NIŻ MARTWY RATOWNIK), JEŚLI UDZIELENIE BEZPOŚREDNIEJ POMOCY MOŻE CI ZAGRAŻAĆ, OGRANICZ SIĘ DO WEZWANIA ZESPOŁU RATOWNICTWA MEDYCZNEGO NT **112 LUB 999**, POINFORMUJ O MOŻLIWYM ZAGROŻENIU
2. JEŚLI JEST BEZPIECZNIE, PODEJDŹ DO OSOBY LEŻĄCEJ Z BOKU ZŁAP ZA RAMIONA DELIKATNIE ACZ STANOWCZO POTRZAŚNIJ I POSTARAJ SIĘ NAWIĄZAĆ KONTAKT SŁOWNY, JEŚLI POSZKODOWANY NIE ODPOWIADA SPRAWDŹ CZY ODDYCHA
 - JEŚLI TO DZIECKO NIE ODCHYLAJ NADMIERNIE GŁOWY, WYSTARCZY, ŻE BĘDZIE PROSTO
 - JEŚLI JEST TO OSOBA DOROSŁA ODCHYL GŁOWĘ NIECO DO

TYŁU NACHYL SIĘ, POLICZ DO 10 I NASŁUCHUJ ODDECHU (JEŚLI POCZUJESZ ODDECH NA POLICZKU I USŁYSZYSZ WYSTARCZY ZABEZPIECZYĆ TAKĄ OSOBĘ)

- W PRZYPADKU BRAKU ODDECHU SPRAWDŹ TĘTNO (U NOWORODKÓW I NIEMOWLĄT NA TĘTNICY UDOWEJ LUB PACHOWEJ, U DOROSŁYCH NA SZYJNEJ)



źródło: czytelniamedyczna.pl

- JEŚLI NIE WYCZUWASZ WEZWIJ ZESPÓŁ RATOWNICTWA MEDYCZNEGO, JEŚLI ZEBRALI SIĘ LUDZIE, WYZNACZ JEDNA LUB DWIE OSOBY DO POMOCY POINFORMUJ O KONIECZNOŚCI WEZWANIA ZESPOŁU RM, PODAJ NUMERY TELEFONÓW POWIEDZ ZE BĘDZIESZ TERAZ RESUSCYTOWAĆ
- OSOBA DZWONIĄCA MUSI ZOSTAĆ POINFORMOWANA GDZIE SIĘ ZNAJDUJE POSZKODOWANY CZY JEST TO OSOBA DOROSŁA (MĘŻCZYZNA KOBIETA, DZIECKO)
- POPROŚ LUDZI, KTÓRZY OBSERWUJĄ ABY SIĘ ODSUNĘLI I ZAPEWNILI DOSTĘP POWIETRZA

Ważne jest także czy resytujemy dziecko i w jakim wieku, czy osobę dorosłą. **ZAWSZE NA WYPROSTOWANYCH W ŁOKCIACH REKACH**

ABY ROZPOCZĄĆ MASAŻ SERCA MUSISZ ROZPIĄĆ KURTKI, BLUZY, JEŚLI KOBIETA TAKŻE BIUSTONOSZ, KLATKA PIERSIOWA MUSI BYĆ CAŁKOWICIE ODSŁONIĘTA, JEŚLI JEST TAKA POTRZEBA ROZERWIJ LUB PRZETNIJ

(RATUJESZ ŻYCIE, A TO JEST WARTOŚĆ NADRZĘDNA)

GDZIE UCISKAĆ?

ŚRODEK MOSTKA – LINIA MIĘDZYSUTKOWA

1. **noworodek (czyli niemowlę do 28 doby życia)**

- zawsze zaczynamy od 5 oddechów ratowniczych (pamiętamy, zatrzymanie wiąże się z zaburzeniami oddechowymi) – obserwujemy kątem oka czy unosi się klatka piersiowa
- następnie 3 uciśnięcia klatki piersiowej i 1 oddech.
- oddechy wykonujemy poprzez objęcie ustami ust i nosa dziecka
- uciśnienie wykonujemy 2 palcami na głębokość ok 3 cm

2. **niemowlę (czyli dziecko od 2 – 12 m-ca życia) i dziecko do czasu pokwitania**

- zawsze zaczynamy od 5 oddechów ratowniczych (pamiętamy, zatrzymanie wiąże się z zaburzeniami oddechowymi) – obserwujemy kątem oka czy unosi się klatka piersiowa
- następnie 15 uciśnięć klatki piersiowej (15:2) i 2 oddechy (nie jest błędem schemat 30:2).
- oddechy wykonujemy poprzez objęcie ustami ust
- uciśnienie wykonujemy 2 palcami na głębokość ok 4 cm u niemowlęcia, u dzieci powyżej 1 roku 5 cm ale jedna ręką, a dokładnie miejscem, w którym nadgarstek przechodzi w dłoń
- jeśli nie wiemy ile lat ma dziecko lub wiemy, ale dziecko jest rozwinięte nad wiek, wówczas resuscytacja wygląda jak u osoby dorosłej

3. **nastolatki i osoby dorosłe**

- następnie 30 uciśnięć klatki piersiowej 2 oddechy

(schemat 30:2) – obserwujemy kątem oka czy unosi się klatka piersiowa

- oddechy wykonujemy poprzez objęcie ustami ust osoby resuscytowanej
- uciśnięcie wykonujemy 2 splecionymi rękoma (1 ręka położona na drugiej i splecione palcami) na głębokość ok 7 cm nadgarstek przechodzi w dłoń

UCISKAMY Z PRĘDKOŚCIĄ OK 100 UCIŚNIĘĆ NA MINUTĘ, CO 2 MINUTY (OK 5 CYKLI) PONOWNIE SPRAWDZAMY CZY NIE WRÓCIŁ ODDECH I TĘTNO

AED

Jeśli wiemy, że w miejscu w którym się znajdujemy jest dostępny sprzęt AED wyznaczamy osobę, która go przyniesie, jeśli nie mamy nikogo do pomocy musimy radzić sobie sami. podczas otwierania szafki może się włączyć alarm, alarm chroni przed kradzieżą oraz informuje służby o potrzebie udzielenia pomocy.

ZASADY

- **AED** NIGDY NIE STOSUJEMY U NOWORODKÓW I NIEMOWLĄT
- **AED** MOŻEMY STOSOWAĆ U DZIECI JEŚLI SA DOŁĄCZONE ELEKTRODY PEDIATRYCZNE (JEŚLI ICH NIE MA LEPIEJ UŻYĆ DOROSŁYCH, NIŻ NIE UDZIELIĆ POMOCY)
- **AED** POSIADA INSTRUKTORA GŁOSOWEGO, KTÓRY WYDAJE POLECENIA, PO WŁĄCZENIU URZĄDZENIA POPROWADZI PRZEZ KOLEJNE KROKI
- **AED** NA KAŻDEJ ELEKTRODZIE MA PIKTOGRAM INFORMUJĄCY GDZIE NALEŻY JA PRZYKLEIĆ, W PRZYPADKU DZIECKA ELEKTRODY PRZYKLEJAMY Z PRZODU I TYŁU (na mostku i między łopatkami), JEŚLI OSOBA MA POD SKÓRĄ ROZRUSZNIK, ELEKTRODĘ GÓRNĄ NALEŻY PRZYKLEIĆ PONIŻEJ
- **AED** ANALIZUJE PRACĘ SERCA I WSKAZUJE CZY DEFIBRYLACJA JEST ZALECANA, CZY NIE JEŚLI JEST ZALECANA ZADBAJ ABY NIKT NIE DOTYKAŁ POSZKODOWANEGO, KAŻ SIĘ ODSUNĄĆ OD POSZKODOWANEGO, A NASTĘPNIE WCIŚNIJ PRZYCISK

WYŁADOWANIA, JEŚLI FUNKCJE NIE POWRÓCĄ, WRÓĆ DO MASAŻU
SERCA 30:2, PO OK 2 MIN DEFIBRYLATOR NAKAŻE PRZERWANIE I
DOKONA PONOWNEJ ANALIZY

JAK DŁUGO PROWADZIĆ RESUSCYTACJĘ?

1. DOPÓKI NIE WRÓCĄ FUNKCJE ŻYCIOWE (ODDECH I TĘTNO)
2. DO PRZYJAZDU ZESPOŁU RM
3. DOPÓKI OSOBA UDZIELAJĄCA POMOCY NIE OPADNIE Z SIŁ, A NIE
MA KTO JEJ ZMIENIĆ

Gdzie znajdują się urządzenia AED pokazuje mapa, nadal nie ma
tam wszystkich urządzeń, jeśli wiesz o jakimś, możesz to
zgłosić

<http://www.ratujzsercem.pl/Map.aspx>

APLIKACJE MOBILNE



ŹRÓDŁA:

1. Polska Rada Resuscytacji – wytyczne 2015