

Resuscytacja krążeniowo- -oddechowa i automatyczna defibrylacja zewnętrzna

Podręcznik do kursu

WYDANIE WG WYTYCZNYCH ERC 2010



Współpraca

Jak korzystać z tego podręcznika?

Cele kursu

Po zakończeniu kursu RKO i AED uczestnik powinien umieć zademonstrować:

- jak ocenić osobę nieprzytomną,
- jak wykonać uciski klatki piersiowej i oddechy ratownicze,
- jak bezpiecznie używać automatycznego defibrylatora zewnętrznego,
- jak ułożyć poszkodowanego nieprzytomnego, oddychającego w pozycji bezpiecznej.

- ◆ Nauka resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO) jest procesem interaktywnym, który wymaga tak wiedzy, jak i praktyki. Część lub nawet całość owej wiedzy czy umiejętności można opanować przez samokształcenie. W trakcie szkoleń Europejskiej Rady Resuscytacji (ERC) poświęconych resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO) oraz użyciu automatycznych defibrylatorów zewnętrznych (AED) certyfikowani instruktorzy poprowadzą Was i wspomogą w procesie uczenia się.
- ◆ AED są w Europie powszechne. Ten kurs opiera się na założeniu, że RKO jest prowadzone jednocześnie z użyciem AED. Jeśli AED jest nieosiągalne, należy rozpocząć RKO i oczekiwać przybycia pogotowia ratunkowego.

Wstęp

Strony oznaczone pomarańczowym paskiem zawierają **ogólne informacje o resuscytacji krążeniowo-oddechowej**.

RKO

Strony oznaczone żółtym paskiem odnoszą się do **techniki wykonywania RKO**.

Bez AED

Strony oznaczone niebieskim paskiem odnoszą się do sytuacji, **gdy AED jest niedostępne**.

AED

Strony oznaczone zielonym paskiem odnoszą się do sytuacji, **gdy AED jest dostępne**.





PATRZ, SŁUCHAJ I WYCZUWAJ oddech nie dłużej niż 10 sekund, zanim podejmiesz decyzję, że poszkodowany nie oddycha prawidłowo.

ODDECH NIEPRAWIDŁOWY
W ciągu pierwszych kilku minut po zatrzymaniu krążenia poszkodowany może ledwo zauważalnie oddychać lub może wykonywać sporadyczne głośne westchnięcia. Nie pomył tego z prawidłowym oddechem.

Oceń oddech

Utrzymując drożność dróg oddechowych sprawdź, czy poszkodowany oddycha prawidłowo:

- ◆ **PATRZ**, czy klatka piersiowa się porusza;
- ◆ **WYSŁUCHAJ** szmeru oddechu przy ustach;
- ◆ **WYCZUJ** oddech na swoim policzku.

Podchodź ostrożnie

Oceń przytomność

Głośno wołaj o pomoc

Udrożnij drogi oddechowe



Jeżeli pierwszy oddech ratowniczy nie spowodował uniesienia się klatki piersiowej jak przy normalnym oddechu, wtedy przed kolejną próbą:

- ◆ sprawdź jamę ustną poszkodowanego i usuń wszystkie widoczne przeszkody;
- ◆ popraw odgięcie głowy i uniesienie brodki.

Wykonuj naprzemiennie 30 ucisków klatki piersiowej i 2 oddechy ratownicze. Przerwij tylko gdy:

- ◆ twoje działania przejmie wykwalifikowana pomoc
- ◆ będziesz wyczerpany fizycznie
- ◆ poszkodowany zacznie prawidłowo oddychać.

W innym wypadku nigdy nie przerywaj ucisków klatki piersiowej.

Jeżeli nie możesz lub nie chcesz wykonywać oddechów ratowniczych, podejmij tylko uciskanie klatki piersiowej. Jeżeli prowadzone są wyłącznie uciski klatki piersiowej, powinny być wykonywane nieprzerwanie, z częstością między 100 a 120 na minutę, na głębokość co najmniej 5 cm, lecz nie więcej niż 6 cm.

Zadzwoń pod numer 112*

AED niedostępne

30 ucisków klatki piersiowej

2 oddechy ratownicze

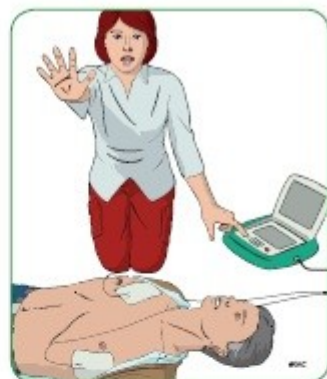
* lub krajowy numer 999 (przyp. tłumacza)





Odsuń się

- ◆ Nie dotykaj poszkodowanego podczas analizy.
- ◆ Upewnij się, że nikt nie dotyka poszkodowanego, gdy AED analizuje rytm serca.



Wykonaj wyładowanie

- ◆ Jeśli wyładowanie jest wskazane:
 - upewnij się, że nikt nie dotyka poszkodowanego;
 - naciśnij odpowiedni przycisk wyładowania.



* lub krajowy numer 999 (przyp. tłumacza)



Pozycja bezpieczna

Jeśli ocenisz poszkodowanego i...

- ◆ reaguje: pozostaw go w pozycji zastanej, dowiedz się, co mu dolega, regularnie powtarzaj ocenę.
- ◆ jest nieprzytomny, ale oddycha prawidłowo: ułóż go w pozycji bezpiecznej.

Pozycja bezpieczna utrzymuje drożne drogi oddechowe u poszkodowanego nieprzytomnego, który oddycha prawidłowo. Zapobiega zapadaniu się języka, co powodowałoby niedrożność dróg oddechowych, a także umożliwia łatwe wydotowanie się płynów z ust poszkodowanego.



- ◆ Zdejmij poszkodowanemu okulary.
- ◆ Kłęknij obok poszkodowanego, upewnij się, że obie nogi ma wyprostowane.
- ◆ Umieść ramię bliższe Ciębie pod kątem prostym do tułowia, zegnij w łokciu, tak aby dłoń była skierowana ku górze.
- ◆ Drugie ramię przelóż przez klatkę piersiową i przyśnij grzbiet dłoni poszkodowanego do jego policzka po swojej stronie.

