

## KONTROLA CZYNNOŚCI ŻYCIOWYCH



### Kolejność postępowania:

- kontrola przytomności,
- kontrola drożności dróg oddechowych,
- kontrola oddychania,
- kontrola krążenia krwi.

## KONTROLA PRZYTOMNOŚCI

- *spróbować porozmawiać z poszkodowanym*
- *lekko klepnąć go w ramię*
- *klasnąć w dłonie nad jego głową*



***Gdy brak jest reakcji na te bodźce,  
można uznać, że poszkodowany jest nieprzytomny.***

## KONTROLA DROŻNOŚCI DRÓG ODDECHOWYCH

- *rozluźnić ciasne ubranie (krawat, koszula)*
- *skontrolować, czy w jamie ustnej nie znajdują się ciała obce, np. luźna proteza zębowa lub wybite zęby, resztki pokarmu*
- *spróbować wyciągnąć te przedmioty z jamy ustnej starając się nie ruszać przy tym głową poszkodowanego*
- *odchylić głowę poszkodowanego do tyłu i wysunąć żuchwę*

*Jeżeli istnieje podejrzenie urazu kręgosłupa, nie wolno poruszać głową poszkodowanego, jedynie ostrożnie sprawdzić jamę ustną i delikatnie wysunąć żuchwę.*

# KONTROLA ODDYCHANIA

*Dorosły człowiek oddycha przeciętnie 1 raz na 5 sekund.*

## Poszkodowany jest przytomny:

*patrz:*

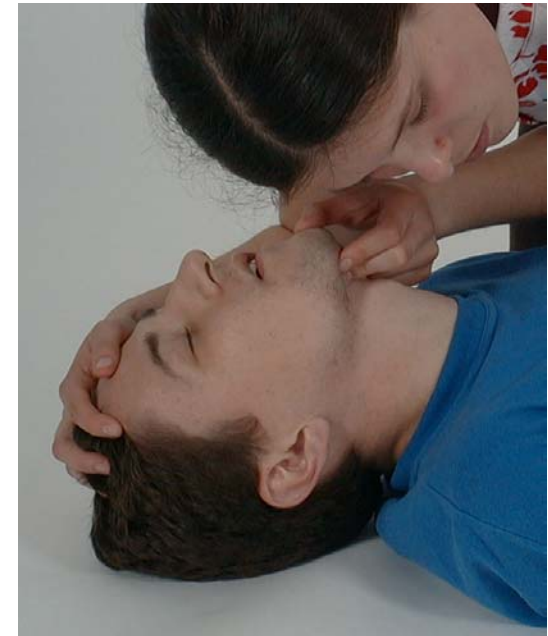
- na jego ogólne zachowanie,*
- na ruchy klatki piersiowej i brzucha,*
- wyraz twarzy przy oddychaniu,*

*słuchaj:*

- w jaki sposób rozmawia (normalnie, z przerwami),*
- jakie odgłosy wydaje przy oddychaniu,*
- jak szybki i jak głęboki jest jego oddech.*

## Poszkodowany jest nieprzytomny:

- patrz, czy klatka piersiowa i brzuch poruszają się,*
- przysuń swoje ucho do ust i nosa poszkodowanego, aby móc usłyszeć jego oddech,*
- połóż ostrożnie rękę na klatce piersiowej lub brzuchu poszkodowanego, aby wyczuć ruchy mięśni.*



## KONTROLA KRAŻENIA KRWI

*Zanik krążenia krwi jest trudny do stwierdzenia.*

*Patrz, słuchaj i wyczuwaj, czy oddech jest normalny w ciągu nie więcej niż 10 sekund.*

*W razie stwierdzenia braku oddychania i krążenia krwi powinno się przystąpić do sztucznego oddychania połączonego z masażem serca, czyli resuscytacji krążeniowo – oddechowej.*

*Prawidłowego oceniania tętna i resuscytacji krążeniowo-oddechowej należy uczyć się na specjalnych kursach prowadzonych z użyciem odpowiedniego wyposażenia.*

# WSTRZAŚ

*Wstrząs jest to stan załamania się przepływu krwi, skutkiem czego utrudnione zostaje przenoszenie tlenu do tkanek i narządów.*

## Przyczyną wstrząsu może być:

- *ciężkie uszkodzenie ciała,*
- *nagła utrata dużej ilości krwi (krwotok),*
- *ciężkie oparzenie,*
- *ciężkie zakażenie,*
- *ostra niewydolność serca.*

## Objawy wstrząsu:

- *poszkodowany jest niespokojny, bojaźliwy rozkojarzony, ma ograniczoną świadomość,*
- *jego skóra jest blada, z odcieniem szarym, zimna i pokryta zimnym potem, sine są też wargi i koniuszek nosa,*
- *jego puls jest mocno przyspieszony i słabo wyczuwalny,*
- *występują nudności i wymioty,*
- *źrenice są szeroko rozwarte, słabo reagują na światło,*
- *występuje drżenie mięśni w wyniku zakłóceń mechanizmu regulacji temperatury i utraty ciepła,*
- *poszkodowany ma wzmożone pragnienie.*

## **DZIAŁANIA PRZECIWWSTRZĄSOWE**

- *zapewnienie drożności górnych dróg oddechowych,*
- *zatomowanie krwawienia,*
- *ułożenie poszkodowanego (jeśli nie ma przeciwwskazań) w pozycji przeciwwstrząsowej na wznak z nogami uniesionymi na wysokość ok. 30 cm - jeśli poszkodowany wymiotuje, należy ułożyć go w pozycji bocznej ustalonej*
- *ochrona przed utratą ciepła poprzez okrycie poszkodowanego kocem lub folią termoizolacyjną*
- *uspokajanie poszkodowanego poprzez sprawne, pewne i spokojne wykonywanie wszystkich czynności, rozmowę, trzymanie za rękę, itp. zabiegi poprawiające jego komfort psychiczny*
- *obserwacja stanu poszkodowanego i regularna kontrola jego czynności życiowych*

***Postępowanie przeciwwstrząsowe powinno towarzyszyć wszystkim ciężkim obrażeniom, gdyż ma na celu utrzymanie ważnych funkcji życiowych - oddychania i krążenia krwi.***