

ΒΑΣΙΚΕΣ ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ



Κουτί Τι περιέχει το Πρώτων Βοηθειών «φαρμακείο»



Γάντια μιας χρήσης
Αποστειρωμένες
γάζες

Αυτοκόλλητα
επιθέματα

Ελαστικοί επίδεσμοι

Τριγωνικοί επίδεσμοι

Βαμβάκι

Ψαλιδάκι

Τσιμπιδάκι

Σύριγγες 5 ml

Fenistil Οινόπνευμα

Οξυζενέ & Betadine

Αντιπυρετικά φάρμακα
(Ασπιρίνη, Deron, Ρουстан
κ.ά.)

Παυσίπονα και
αναλγητικά φάρμακα



Πρώτες βοήθειες

Είναι οι πρώτες ενέργειες

που κάνουμε στον τόπο του ατυχήματος...

... με οποιαδήποτε πρόχειρα μέσα διαθέτουμε,

ώστε: α) να Σώσουμε τη ζωή του θύματος,

β) να Ανακουφίσουμε τον πόνο του

και γ) να Προλάβουμε τυχόν Επιδείνωση

της κατάστασής του.



Κλήση στο ΕΚΑΒ

ΚΑΛΕΣΤΕ το 166

Τι Που Πόσοι Ποιος
Συμβαίνει έγινε οι πάσχοντες είστε

Και το τηλέφωνο με το οποίο καλείτε

ΚΛΕΙΣΤΕ ΤΟ ΤΗΛΕΦΩΝΟ

ΤΕΛΕΥΤΑΙΟΙ

Η ΨΥΧΡΑΙΜΙΑ ΣΑΣ ΘΑ ΜΑΣ
ΒΟΗΘΗΣΕΙ

ΝΑ ΣΑΣ ΒΟΗΘΗΣΟΥΜΕ !!!



Τραυματισμός

- Τι είναι

- Τραύμα είναι η βλάβη
- που προκαλείται στο σώμα από μια εξωτερική αιτία
- ένα χτύπημα, ένα σίδερο, μια πέτρα, ένα μαχαίρι, μια σφαίρα, κ.ά.

Σ' όλες τις περιπτώσεις τραυμάτων

οι πρώτες βοήθειες έχουν σκοπό :

- - Το σταμάτημα της αιμορραγίας
- - Την προφύλαξη από τη μόλυνση
- - Ακινητοποίηση της τραυματισμένης περιοχής



Τραυματισμός

- Τι κάνουμε

- Ξεπλένουμε το τραύμα με άφθονο νερό (ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ)
- Απολύμανση τραύματος (ΧΗΜΙΚΟΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ)
- Στεγνώνουμε με αποστειρωμένη γάζα
- Καλύπτουμε με γάζα και επίδεσμο (ΑΚΙΝΗΤΟΠΟΙΗΣΗ)
- Αντιτετανικός ορός



Τραυματισμός

- Τι δεν κάνουμε
- ΔΕΝ απομακρύνουμε τυχόν ξένο σώμα που είναι σφηνωμένο

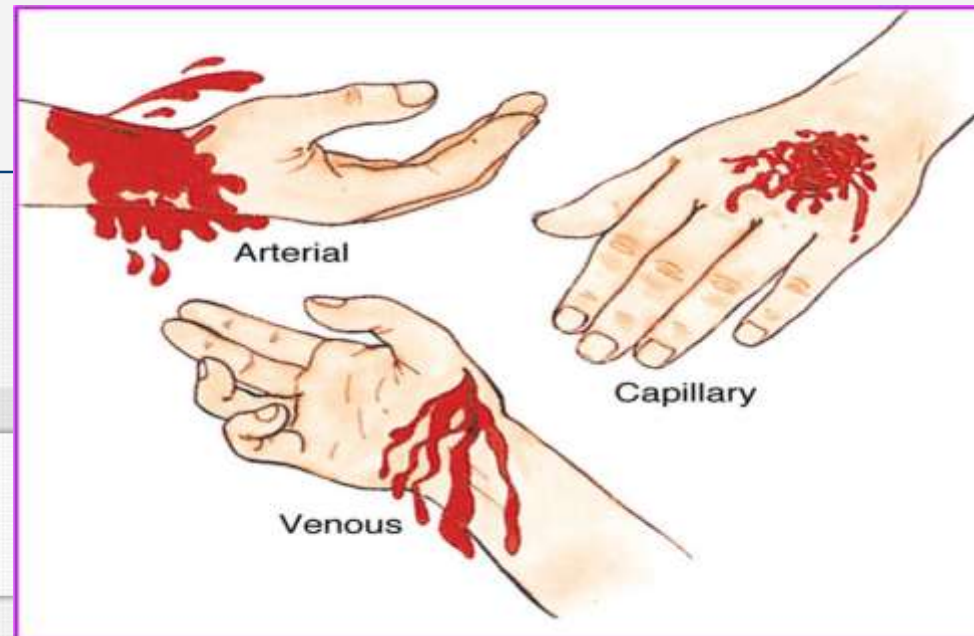


Αιμορραχία



- Τι συμβαίνει
- Έχουμε διαφυγή αίματος από τριχοειδή αγγεία,
- φλέβες
- ή αρτηρίες,
- Μπορεί να είναι εσωτερική ή εξωτερική

- - Τριχοειδική αιμορραχία
- - Φλεβική αιμορραχία
- - Αρτηριακή αιμορραχία
- - Μεικτή



Αρτηριακή αιμορραχία

- Συμπτώματα
- Ωχρότητα
- Γρήγορο και αδύναμο σφυγμό
- Δίψα
- Ανησυχία
- Πιθανή απώλεια των αισθήσεων

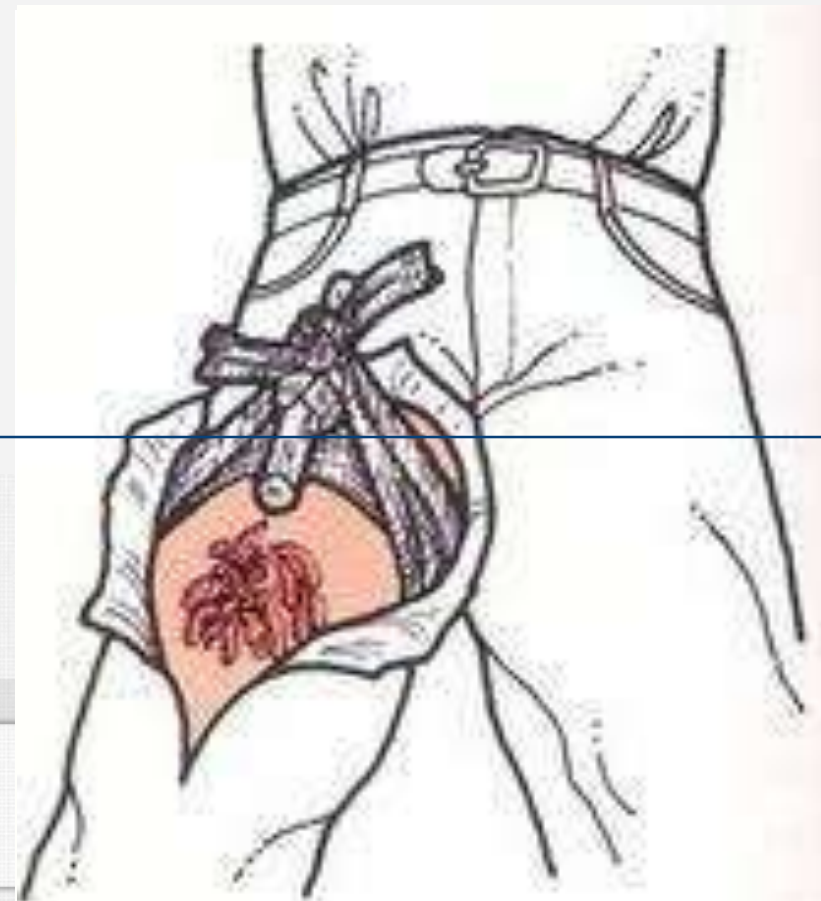


Αρτηριακή αιμορραγία



- Τι κάνουμε

- Ανυψώνουμε το μέλος που αιμορραγεί
- Εφαρμόζουμε άμεση πίεση στο σημείο της αιμορραγίας
- Ασκούμε έμμεση πίεση στην αρτηρία



Γ. Ισχυρή προέλαση

Φλεβική, Τριχοειδική & Μεικτή

ΦΛΕΒΙΚΗ

- Εφαρμόζουμε άμεση πίεση στο σημείο της αιμορραγίας
- Καλύπτουμε με γάζα και επίδεσμο

ΤΡΙΧΟΕΙΔΙΚΗ - Ξεπλένουμε το τραύμα με άφθονο νερό

- (ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ)
- Απολύμανση τραύματος
(ΧΗΜΙΚΟΣ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ)
- Στεγνώνουμε με αποστειρωμένη γάζα
- Καλύπτουμε με γάζα και επίδεσμο



Ρινορραχία

- Τι κάνουμε

- Καθιστή θέση με το κεφάλι γερμένο μπροστά
- Πίεση με αντίχειρα και δείκτη του μαλακού τμήματος της μύτης.
- Η εφαρμογή πάχου στο οστέινο τμήμα της μύτης, στα μάγουλα και στο στόμα προκαλεί αντανακλαστική αχχειοσύσπαση στη γύρω περιοχή.



Ρινορραγία

- Τι δεν κάνουμε

- ΔΕΝ γέρνουμε το κεφάλι προς τα πίσω γιατί το αίμα θα κατευθυνθεί προς την τραχεία και υπάρχει κίνδυνος πνιγμού.
- Μετά τον έλεγχο της επίσταξης, είναι καλό να αποφεύγονται η έντονη σωματική άσκηση, τροφές με καρυκεύματα και το κάπνισμα.
(Όλα αυτά προκαλούν αγγειοδιαστολή που μπορεί να οδηγήσει σε νέα ρινορραγία).



Δάγκωμα φιδιού

- Τι δεν κάνουμε
 - - ΔΕΝ ανοίγουμε το τραύμα με μαχαίρι
 - - ΔΕΝ ρουφάμε το δηλητήριο με το στόμα
 - - ΠΟΤΕ το τραύμα ψηλότερα της καρδιάς



Δάγκωμα φιδιού

Τι κάνουμε

- - Περιγράφουμε το φίδι ή... το «φωτογραφίζουμε»
- - Καθίζουμε τον πάσχοντα ΚΑΙ.. Τον κρατάμε ήρεμο και ακίνητο
- - Ξεπλένουμε καλά το τραύμα με νερό και σαπούνι ή αντισηπτικό, στεγνώνουμε με γάζα
- - Αφαιρούμε δαχτυλίδια κλπ.
- - Εφαρμόζουμε περίδεση του μέλους 3-4 δάκτυλα κεντρικότερα, ελέγχουμε για ύπαρξη σφυγμού και χαλαρώνουμε ανά 10 λεπτά
- - Αν πονά, μπορούμε να χορηγήσουμε ήπια αναλγητικά
- - Ακινητοποιούμε εάν να πρόκειται για κάταγμα

και ... ΕΚΑΒ



166 Ε.Κ.Α.Β.
και πάμε στο
Νοσοκομείο



Αλλεργίες



Αλλεργίες

- Με τον ίδιο τρόπο που ο οργανισμός δημιουργεί αντισώματα για να αντιμετωπίσει τα μικρόβια, μπορεί επίσης να δημιουργήσει αντισώματα σε άλλες ουσίες (στη γύρη, σε τροφές, σε χημικά, σε φάρμακα) που μπορεί να αγγίξει, να φάει ή να εισπνεύσει.
- Αυτό έχει σαν αποτέλεσμα την αλλεργία μια δυσμενή αντίδραση, προκαλούμενη από την υπερευαισθησία σε ορισμένες ουσίες που σε γενικές γραμμές δε θεωρούνται βλαπτικές.



Αλλεργίες

Τα παιδιά είναι γενετικά προδιατεθειμένα να ευαισθητοποιούνται σε κάποια αλλεργιογόνα. Το αν ο ένας ή και οι δύο γονείς είναι αλλεργικοί αυξάνει τις πιθανότητες να είναι και το παιδί αλλεργικό (30% όταν ο ένας γονιός είναι αλλεργικός και 60 % όταν είναι και οι δύο).

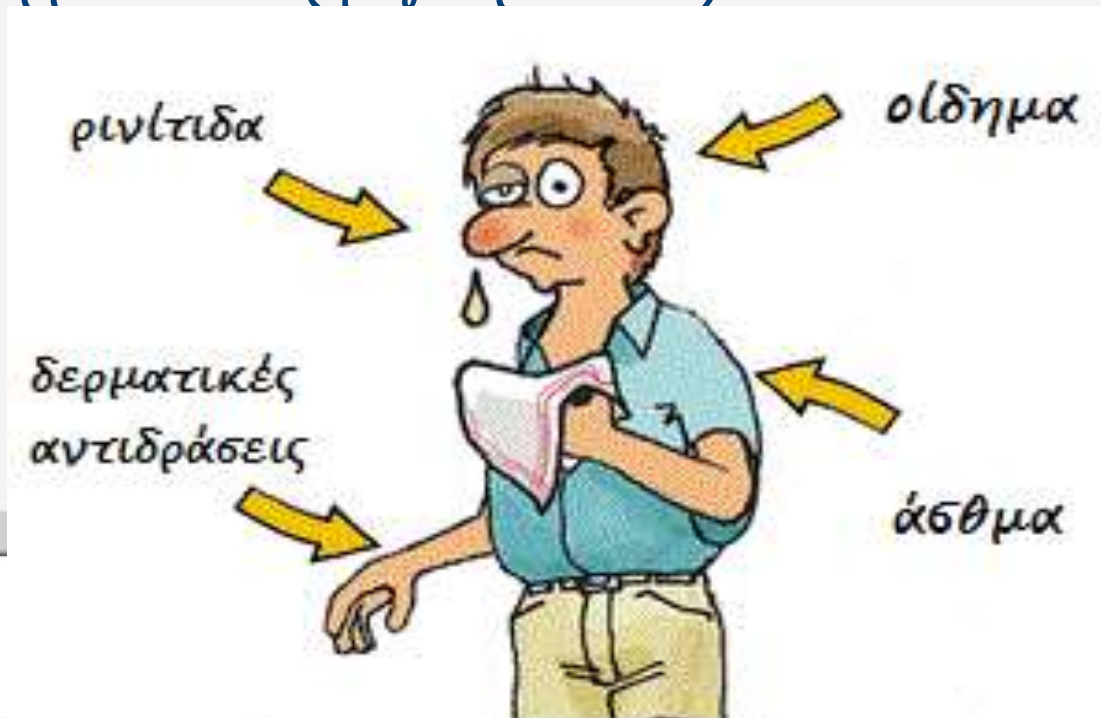
Υπάρχουν, όμως, και οι εξωγενείς (περιβαλλοντικοί) παράγοντες που επηρεάζουν την εκδήλωση και την πορεία μιας αλλεργίας. Σε αυτούς τους παράγοντες κατατάσσονται οι διάφορες λοιμώξεις, η ατμοσφαιρική ρύπανση, οι κλιματικές συνθήκες, η διατροφή, η ψυχολογία και το παθητικό κάπνισμα.



ΑΛΛΕΡΓΙΕΣ

- Πως εκδηλώνονται:

- Αναπνευστικές αλλεργίες που μπορεί να προκαλέσουν άσθμα ή αλλεργία της άνοιξης.
- Εντερικές αλλεργίες που μπορεί να προκαλέσουν εμετό, πόνο στην κοιλιά και διάρροια.
- Δερματικές αλλεργίες που μπορεί να μοιάζουν με δερματίτιδα (φαγούρα κλπ.).



ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ

ΠΡΟΚΑΛΟΥΝΤΑΙ ΑΠΟ

- Πηγές θερμότητας
- Καυτά υγρά
- Χημικές Ουσίες
- Ηλεκτρικό Ρεύμα
- Ακτινοβολία



ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ

- ΜΕΓΕΘΟΣ
- (εξαρτάται από ένταση και διάρκεια)
- 1^{ου} Βαθμού
- 2^{ου} Βαθμού
- 3^{ου} Βαθμού
- 4^{ου} Βαθμού



ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ



3. Είδη εγκαυμάτων

ΞΗΡΟ ΕΓΚΑΥΜΑ

- ΦΩΤΙΑ
- ΜΑΤΙ ΚΟΥΖΙΝΑΣ
- ΣΙΔΕΡΟ

ΥΓΡΟ ΕΓΚΑΥΜΑ

- ΚΑΥΤΟ ΝΕΡΟ
- ΚΑΥΤΟ ΛΑΔΙ
- ΑΤΜΟΣ

ΨΥΧΡΟ ΕΓΚΑΥΜΑ

- ΚΡΥΟΠΑΓΗΜΑΤΑ

ΗΛΕΚΤΡΙΚΟ ΕΓΚΑΥΜΑ

- ΗΛΕΚΤΡΙΣΜΟΣ
- ΚΕΡΑΥΝΟΣ

ΧΗΜΙΚΟ ΕΓΚΑΥΜΑ

- ΧΗΜΙΚΕΣ
ΟΥΣΙΕΣ
- ΑΛΚΑΛΙΑ
- ΟΞΕΑ

ΕΓΚΑΥΜΑ ΑΚΤΙΝΟΒΟΛΙΑΣ

- ΥΠΕΡΙΩΔΗΣ
ΑΚΤΙΝΟΒΟΛΙΑ
- ΗΛΙΟΣ



ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ

ΤΙ ΚΑΝΟΥΜΕ

- ΡΙΧΝΟΥΜΕ ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΟΧΗ ΤΟΥ ΕΓΚΑΥΜΑΤΟΣ
ΝΕΡΟ ΓΙΑ ΝΑ ΥΠΟΧΩΡΗΣΕΙ Ο ΠΟΝΟΣ .
- ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ ΡΟΥΧΑ
ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΣΦΙΓΓΟΥΝΕ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΧΗ.
- ΚΑΛΥΠΤΟΥΜΕ ΤΟ ΕΓΚΑΥΜΑ
ΜΕ ΑΠΟΣΤΕΙΡΩΜΕΝΗ ΓΑΖΑ
- ΤΥΛΙΓΟΥΜΕ ΧΑΛΑΡΑ ΜΕ ΕΠΙΔΕΣΜΟ
ΩΣΤΕ ΝΑ ΜΗΝ ΑΣΚΗΘΕΙ ΠΙΕΣΗ ΣΤΟ
ΚΑΜΕΝΟ ΔΕΡΜΑ.



ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ

ΤΙ ΔΕΝ ΚΑΝΟΥΜΕ

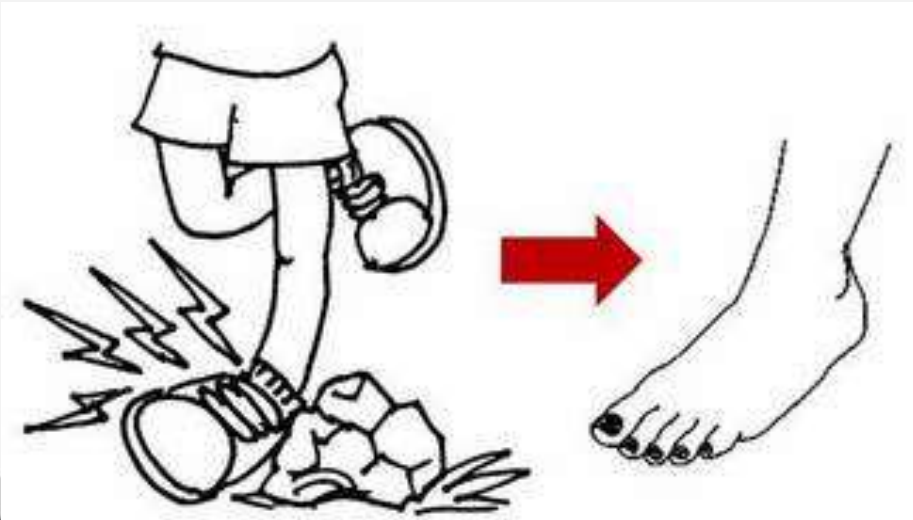
- ΔΕΝ ΒΑΖΟΥΜΕ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΚΡΕΜΕΣ ΠΑΝΩ ΣΤΟ ΕΓΚΑΥΜΑ. ΠΕΡΙΟΡΙΖΕΙ ΤΗΝ ΘΕΡΜΟΤΗΤΑ.
- ΑΝ ΥΠΤΑΡΧΟΥΝ ΦΥΣΑΛΙΔΕΣ (ΦΟΥΣΚΑΛΕΣ) ΔΕΝ ΤΙΣ ΣΤΑΜΕ ΠΟΤΕ.
- ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ ΒΑΜΒΑΚΙ ΓΙΑΤΙ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΡΕΘΙΣΕΙ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΧΗ.
- ΔΕΝ ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ ΤΑ ΚΑΜΜΕΝΑ ΡΟΥΧΑ ΣΤΗΝ ΕΓΚΑΥΜΑΤΙΚΗ ΠΕΡΙΟΧΗ
- ΤΑ ΚΟΒΟΥΜΕ



Διάστρεμμα

Τι είναι

- Είναι η ήπια συνήθως κάκωση που προκαλείται στις δομές που στηρίζουν μία άρθρωση από την εξωτερική άσκηση μηχανικής βίας.



Διάστρεμμα

- Συμπτώματα
 - Δημιουργεί παραμόρφωση, απώλεια κινητικότητας
 - Πόνος, πρήξιμο, μελάνιασμα (εκχύμωση)
 - Δυσκολία στην κίνηση



Διάστρεμμα

- Τι κάνουμε

- Βάζουμε ψυχρά επιθέματα ΑΜΕΣΩΣ, για 10-20 λεπτά
(και τα επαναλαμβάνουμε κάθε 1 ώρα μέσα στο 1ο 24ωρο)
- Ακινησία
(αν είναι δάχτυλο δένουμε με λευκοπλάστη 2-3 δάχτυλα μαζί)
- Ανάρτηση μέλους
(αν είναι χέρι το ανυψώνουμε και το κρεμάμε,
αν είναι πόδι το τοποθετούμε σε μαξιλάρι)
- Δίνουμε παυσίπονο
- Πάμε για ακτινολογικό έλεγχο

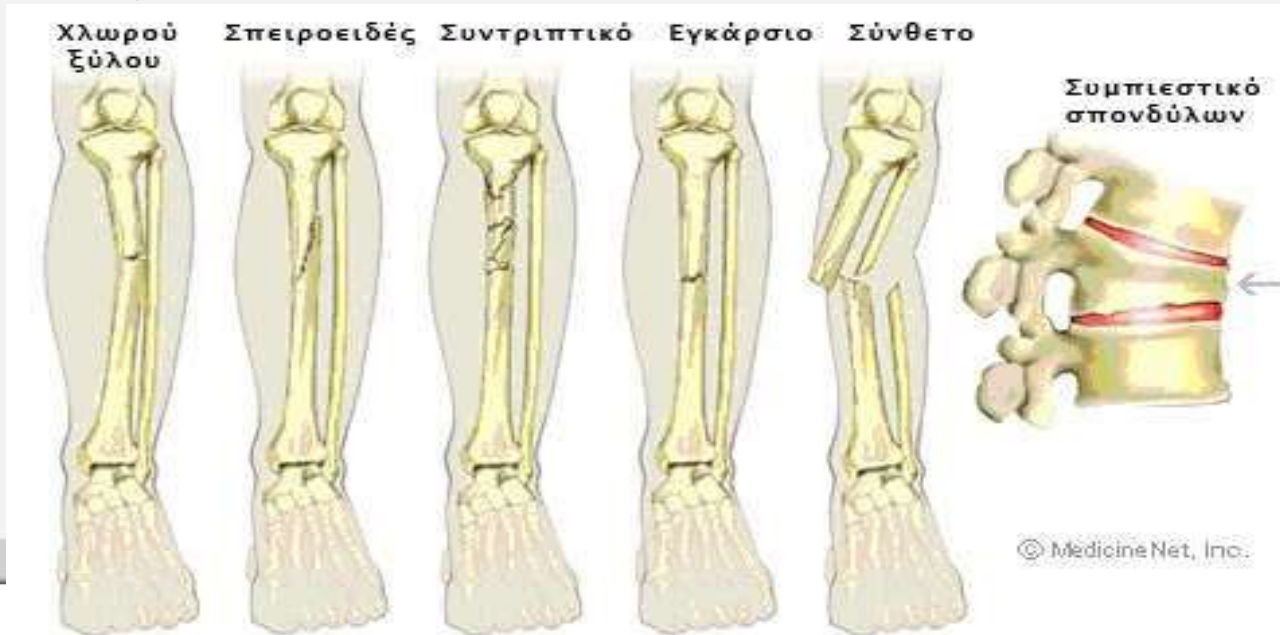


ΚΑΤΑΓΜΑ

Η κάκωση του οστού

κατά την οποία προκαλείται διακοπή της συνέχειάς του.

- Έχουμε :
- Κλειστό
- ή ανοιχτό κάταγμα



Συνήθη κατάγματα των οστών

ADAM.



Κλειστό κάταγμα κάτω άκρου

- Συμπτώματα

1. Δυνατός πόνος στην περιοχή του κατάχματος.
2. Οίδημα της περιοχής.
3. Δυσκολία ή απόλυτη αδυναμία κίνησης του μέλους.
4. Το μέλος παίρνει αφύσικη θέση.



Κάταγμα κάτω άκρου

Τι κάνουμε

- Ακινητοποιούμε τον τραυματία
- Στερεώνουμε το τραυματισμένο πόδι με το χερό

Τι δεν κάνουμε

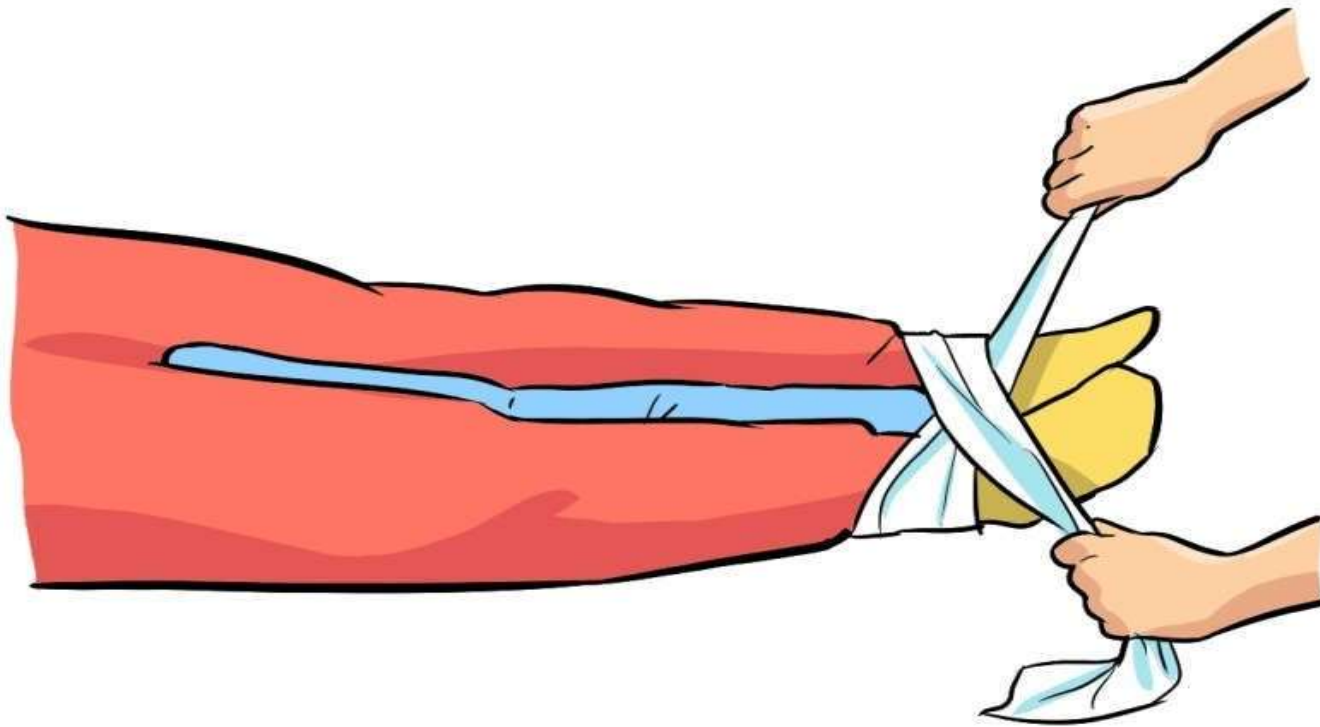
- ΔΕΝ προσπαθούμε να κάνουμε ανάταξη των οστών
- ΔΕΝ μετακινούμε το μέλος



Φέρνουμε το μη τραυματισμένο πόδι δίπλα στο
βλαβμένο



Τοποθετούμε ανάμεσα στα δύο πόδια πετσέτες, κουβέρτες, ή οποιοδήποτε άλλο μαλακό πρόθεμα



Δένουμε τα πόδια και τους αβραχάλους
όπως και τα γόνατα, με έναν επίδεσμο για να
ακινητοποιηθούν



Στη συνέχεια, δένουμε και το βήμα πάνω από την κάκωση με φαρδύ επίδεσμο



Κλειστό κάταγμα άνω άκρου (πήχυ)

Τι κάνουμε

Ακινητοποιούμε το χέρι με αυτοσχέδιο νάρθηκα και τριγωνικό επίδεσμο.



Ανοιχτό κάταγμα

Τι συμβαίνει

Εκτός από τη λύση συνέχειας του οστού έχουμε και λύση της συνέχειας του δέρματος.

- Αιμορραγία
- Οίδημα
- Πόνος
- Παραμόρφωση



Ανοιχτό κάταγμα

Τι κάνουμε

- Αντιμετώπιση αιμορραγίας
- Αποφυγή μόλυνσης
- Ακινητοποίηση του τραυματισμένου μέλους (φτιάχνουμε επιθέματα μέχρι να μπορέσουμε να επιδέσουμε πάνω από αυτά)

Τι δεν κάνουμε

- ΔΕΝ πιέζουμε κατευθείαν πάνω σε άκρο οστού που προεξέχει,
- ΔΕΝ προσπαθούμε να κάνουμε ανάταξη του οστού και...



166 Ε.Κ.Α.Β.

και πάμε

στο

Νοσοκομείο



ΛΙΠΟΘΥΜΙΑ

Αντιμετώπιση: Λιποθυμικό επεισόδιο

- 1) Ξαπλώστε και ανυψώστε τα πόδια, για να διευκολύνετε την αιμάτωση του εγκεφάλου
- 2) Γυρίστε το κεφάλι στο πλάι (για αποφυγή εισρόφησης)
- 3) Χαλαρώστε τα σφιχτά ρούχα (ζώνη, γραβάτα, στηθόδεσμο...)
- 4) Αερίστε το χώρο και απομακρύνετε τους περίεργους
- 5) Ελέγξτε αναπνοή και σφυγμό
- 6) Όταν ξαναβρεί τις αισθήσεις, δώστε του να πιει υγρά.
- 7) Όταν συνέλθει ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ να σηκωθεί για 15΄ περίπου.



Λιποθυμικό επεισόδιο

Τι κάνουμε μέχρι να μπορεί να
σηκωθεί

- Τοποθετούμε το θύμα σε θέση ανάνηψης.
- Παρακολουθούμε Αναπνοή και Σφυγμό
- Τον ρωτάμε για τα αίτια και τα συμπτώματα που νιώθει
- Δεν βιαζόμαστε, τον βοηθάμε να σηκωθεί μόνον όταν νιώθει και είναι ικανός να σηκωθεί



- Πνιγμονή -

Πνιγμός από ξένο σώμα

- Τι συμβαίνει

Έχουμε Μερική ή Ολική απόφραξη του αεραγωγού από ξένο σώμα.

Στη Μερική απόφραξη μπορεί να αποβληθεί το ξένο σώμα με το βήχα.

Στην Ολική απόφραξη το θύμα δεν μπορεί να αναπνεύσει.

- Τι κάνουμε στη μερική απόφραξη

Ενθαρρύνουμε το θύμα να συνεχίσει να βήχει.

ή Χτυπήματα πλάτης μέχρι να βγει το ξένο σώμα



Πνιγμός από ξένο σώμα

- Τι κάνουμε στην Ολική απόφραξη

- Όταν δεν υπάρχει κίνηση αέρα
- Όταν δεν μπορεί να μιλήσει
- Όταν δεν βήχει και δεν προσπαθεί να το βγάλει μόνος του

Στερεά υλικά: Τεχνική Heimlich

Υγρά υλικά: Θέση ανάνηψης



Πνιγμός από ξένο σώμα



Τεχνική Heimlich

- Πρώτα δίνουμε 5 χτυπήματα στην πλάτη, ευελπιστώντας το ξένο σώμα να απομακρυνθεί στο μεταξύ.
- Αν όχι, συνεχίζουμε κάνοντας 5 κοιλιακές ώσεις



Κτυπήματα στη πλάτη



Πνιγμός από ξένο σώμα



- **Τεχνική Heimlich**

Πηγαίνοντας πίσω από τον ασθενή και αγκαλιάζοντάς τον....

Τοποθετούμε, τη μια γροθιά μας κάτω από το διάφραγμα του.

Με το άλλο μας χέρι πιάνουμε τη γροθιά μας.

Τραβάμε απότομα, προς τα μέσα και προς τα πάνω, πιέζοντας το διάφραγμα του ασθενούς.

ΕΠΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΥΜΕ εναλλάξ
(Χτυπήματα πλάτης και Heimlich)

μέχρι να βγει το ξένο σώμα

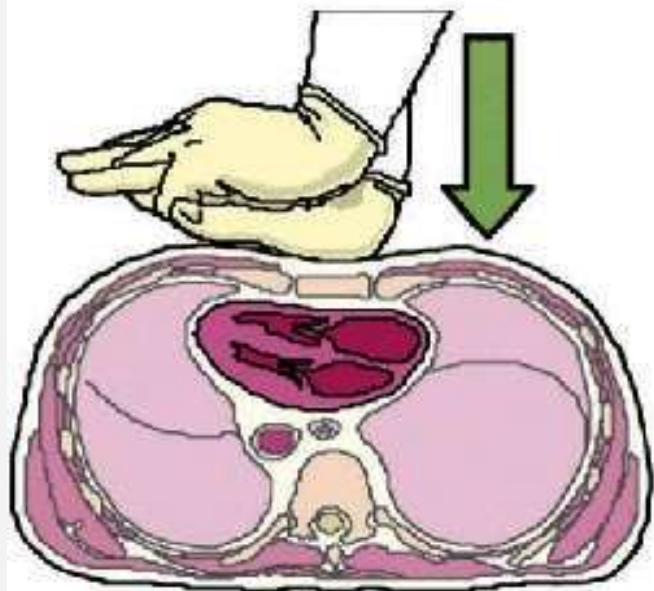


ΚΟΙΛΙΑΚΕΣ ΩΣΕΙΣ

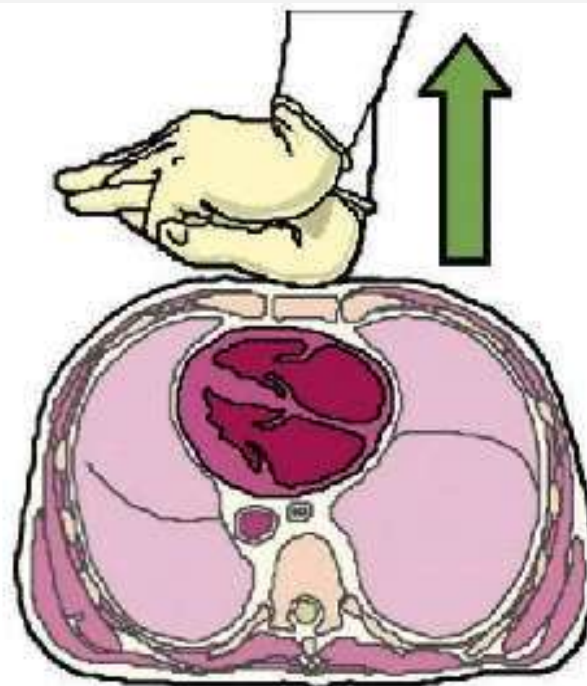


Κ.Α.Ρ.Π.Α





α) Συμπίεση



β) Αποσυμπίεση



Πλησίασε με ασφάλεια

Έλεγξε αντίδραση

Φώναξε για βοήθεια

Άνοιξε αεραγωγό

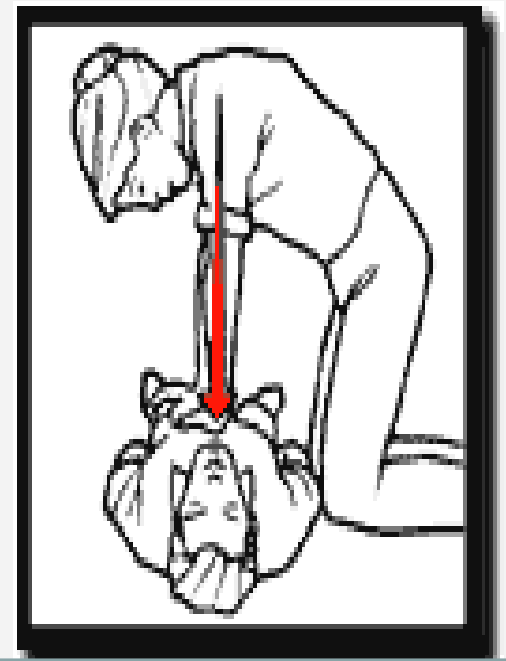
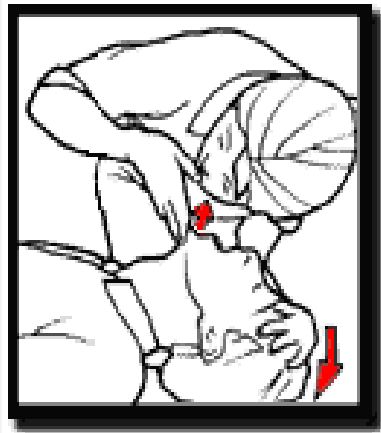
Έλεγξε αναπνοή

Έλεγξε σφυγμό

30 θωρακικές συμπιέσεις

2 αναπνοές διάσωσης





ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΝΑΠΝΟΗΣ
ΚΑΛΩ ΒΟΗΘΕΙΑ
30 ΣΥΜΠΙΕΣΕΙΣ / 2 ΕΜΦΥΣΗΣΕΙΣ (ΚΑΡΠΑ)



Πλησίασε με ασφάλεια

Έλεγξε αντίδραση

Φώναξε για βοήθεια

Άνοιξε αεραγωγό

Έλεγξε αναπνοή

Έλεγξε σφυγμό

- 30 θωρακικές συμπίεσεις

- 2 αναπνοές διάσωσης



Πλησίασε με ασφάλεια

Έλεγξε αντίδραση

Φώναξε για βοήθεια

Άνοιξε αεραγωγό

Έλεγξε αναπνοή

Έλεγξε σφυγμό

30 θωρακικές συμπίεσεις

2 αναπνοές διάσωσης



ΕΛΕΓΞΕ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗ



- Κούνησε απαλά τους ώμους

- Ρώτα: «μ' γούτε;

Τί

πάθατε;

είστε

καλά;>>

- Εάν ανταποκριθεί:
- Μην τον μετακινείς
- Μάθε τι συμβαίνει



Εάν δεν
ανταποκριθεί:

ΒΟΗΘΕΙΑ!!!



Πλησίασε με ασφάλεια

Έλεγξε αντίδραση

Φώναξε για βοήθεια

Άνοιξε αεραγωγό

Έλεγξε αναπνοή

Έλεγξε σφυγμό

30 θωρακικές συμπίεσεις

2 αναπνοές διάσωσης



Καλώ το 166 - ΕΚΑΒ





Πλησίασε με ασφάλεια

Έλεγξε αντίδραση

Φώναξε για βοήθεια

Άνοιξε αεραγωγό

Έλεγξε αναπνοή

Έλεγξε σφυγμό

30 Αναπνευστικές συμπίεσεις
2 Διαδικασία διάσωσης





Πλησίασε με ασφάλεια

Έλεγξε αντίδραση

Φώναξε για βοήθεια

Άνοιξε αεραγωγό

Έλεγξε αναπνοή

Έλεγξε σφυγμό

30 θωρακικές συμπίεσεις

2 αναπνοές διάσωσης



Πλησίασε με ασφάλεια

Έλεγχε αντίδραση

Φώναξε για βοήθεια

Άνοιξε αεραγωγό

Έλεγχε αναπνοή

Έλεγχε σφυγμό

30 θωρακικές συμπίεσεις

2 αναπνοές διάσωσης



ΘΕΚ





Πλησίασε με ασφάλεια

Έλεγξε αντίδραση

Φώναξε για βοήθεια

Άνοιξε αεραγωγό

Έλεγξε αναπνοή

Έλεγξε σφυγμό

30 θωρακικές συμπίεσεις

2 αναπνοές διάσωσης



©ΕΚΚ

30 ΘΩΡΑΚΙΚΕΣ ΣΥΜΠΤΙΕΣΕΙΣ



- Τοποθέτησε την παλάμη του ενός χεριού στο κέντρο του στήθους
- Βάλε το άλλο χέρι από πάνω
- Πλέξε τα δάχτυλα
- Συμπίεσε το στήθος:
 - Ρυθμός 100/λεπτό
 - Βάθος 4-5 εκατοστά
 - Εναλλάξ: συμπίεση - χαλάρωση



Πλησίασε με ασφάλεια

Έλεγχε αντίδραση

Φώναξε για βοήθεια

Άνοιξε αεραγωγό

Έλεγχε αναπνοή

Έλεγχε σφυγμό

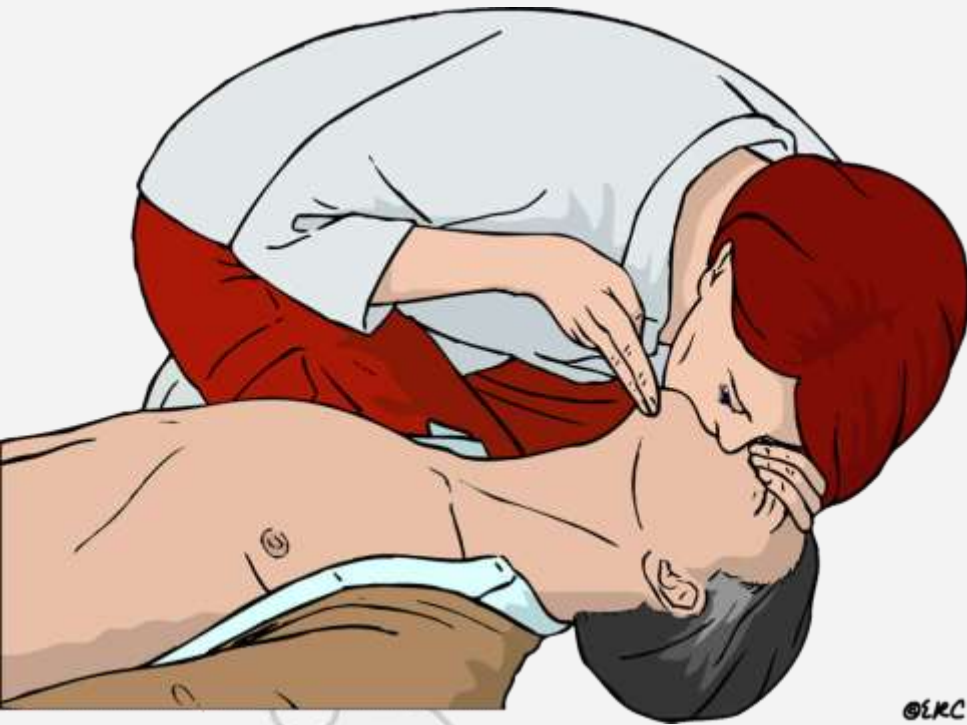
30 θωρακικές συμπιέσεις

2 αναπνοές διάσωσης



ΑΝΑΠΝΟΕΣ ΔΙΑΣΩΣΗΣ

- Κλείσε τη μύτη
- Πάρε μια κανονική αναπνοή
- Εφάρμοσε τα χείλη σου πάνω στο στόμα
- Φύσηξε μέχρι να ανυψωθεί το στήθος
- Περίμενε περίπου 1"
- Άφησε το στήθος να ξεφουσκώσει
- Επανάλαβε

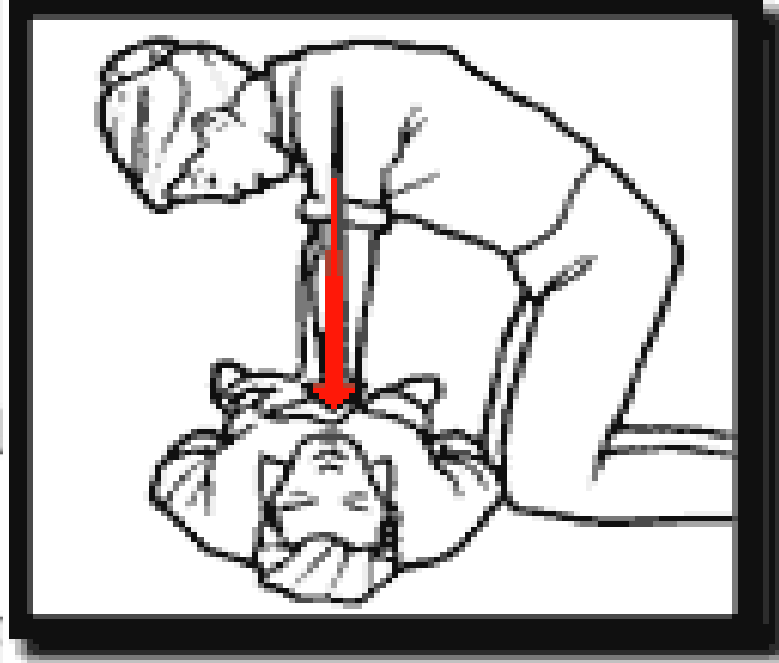


©ΕΚΚ





2



Ε.Ε.Κ.Κ.

Πότε σταματάμε τις συμπιέσεις και τις εμφυσέςεις;



Σταματάμε όταν...

...έρθει εξειδικευμένη βοήθεια

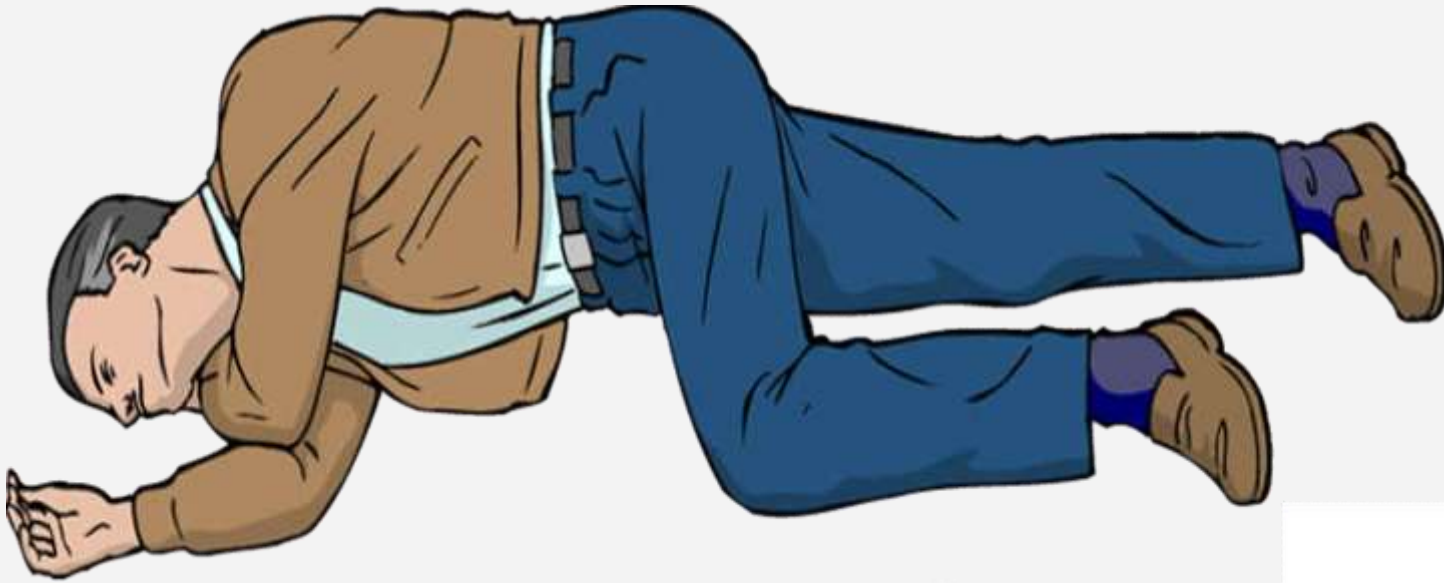
...αντιδράσει το θύμα

...εξαντληθούμε

...γίνει μη ασφαλές το περιβάλλον
για μας



Θέση ανάνηψης







3



4



Σας Ευχαριστούμε

« ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΜΑΖΙ »

