

Suaugusiųjų pradinis gaivinimas

Staigus širdies sustojimas yra pagrindinė mirties priežastis Europoje. Staiga sustojus širdžiai šalia esantys stebėtojai nedelsiant turėtų atlikti pradinį gaivinimą ir defibriliaciją.

Gyvybės grandinė

Gyvybės grandinė – tai seka gyvybiškai svarbių veiksmų, būtinų sėkmingam gaivinimui.



1. Ankstyvas simptomų atpažinimas ir pagalbos iškvietimas

Su širdies veiklos sutrikimu susijusio krūtinės skausmo atpažinimas ir skubiosios pagalbos tarnybų iškvietimas prieš netenkant sąmonės įgalina skubiosios pagalbos tarnybas atvykti anksčiau - tikėtina prieš sustojant širdžiai, o tai lemia didesnį išgyvenamumą.

2. Ankstyvas šalia esančių žmonių atliekamas pradinis gaivinimas

Nedelsiant atliktas pradinis gaivinimas gali padvigubinti ar netgi paketurgabinti šansus išgyventi po širdies sustojimo. Jei yra galimybės ir šalia esantys žmonės moka atlikti pradinį gaivinimą, nedelsiant turėtų būti atliekami krūtinės ląstos paspaudimai ir oro įpūtimai. Jei šalia esantys praeiviai nėra apmokyti gaivinti, jie, vadovaujami 112 dispečerio, turėtų atlikti tik krūtinės ląstos paspaudimus, kol yra laukiama atvykstančių medikų.

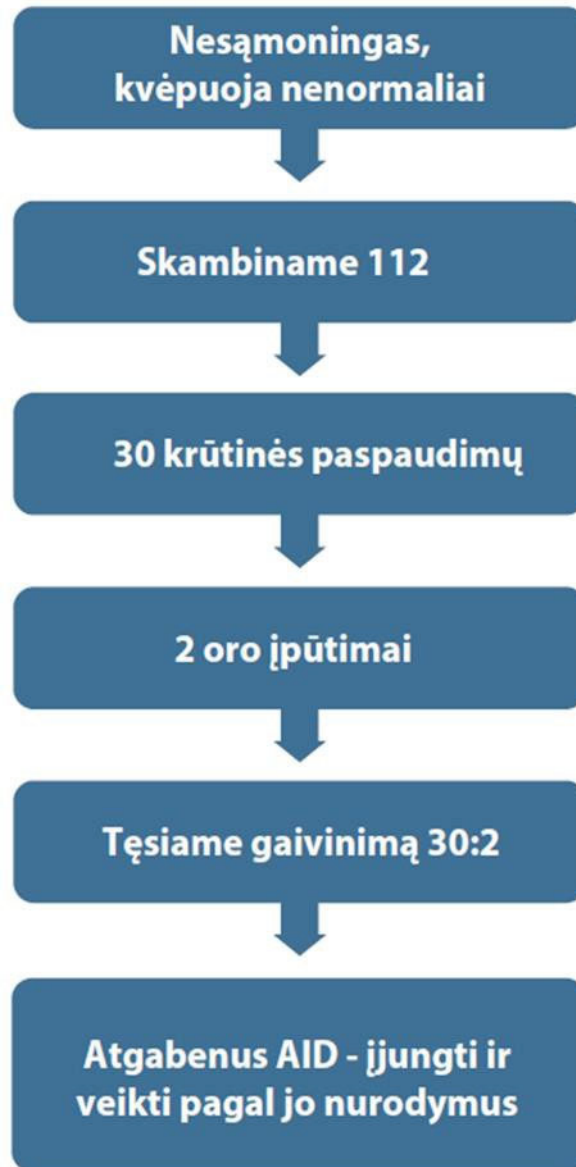
3. Ankstyva defibriliacija

Defibriliacija, atlikta praėjus 3-5 minutėms po sąmonės praradimo, padidina išgyvenamumą 50-70 procentų. Tam naudojami viešose vietose esantys automatiniai išoriniai defibriliatoriai (AID)

4. Ankstyva specializuota gyvybės palaikymo priežiūra po gaivinimo

Jei pradiniai gaivinimo veiksmai nėra veiksmingi, gali prireikti specializuotų medicininių priemonių, tokių kaip kvėpavimo takų praeinamumo užtikrinimas, vaistai ir širdies sustojimą sukėlusią priežastį gydymas.

SUAUGUSIŲJŲ PRADINIO GAIVINIMO SEKA



SUAUGUSIŲJŲ PRADINIO GAIVINIMO SEKA

VEIKSMAS

VEIKSMO APRAŠYMAS

1. Įsitinkite, kad Jūs, nukentėjęsysis ir aplinkui esantys žmonės yra saugūs

2. Patikrinkite ar reaguoja



Artėdami prie nukentėjusiojo apžiūrėkite jį ir įvykio vietą. Jei nukentėjęsysis yra be akivaizdžių gyvybės ženklų (nejuda, nekalba ir pan.), švelniai papurtykite pečius ir garsiai paklauskite „Ar jums viskas gerai?“ Jei nukentėjęsysis atsako ir jei yra saugu, palikite jį tokioje pozicijoje kokioje radote. Pasistenkite išsiaiškinti, kas nutiko ir suteikite atitinkamą pirmąją pagalbą, reguliariai vertinkite būklę (sąmonę ir kvėpavimą)

3. Jei nereaguoja - atverkite kvėpavimo takus



Jei nukentėjęsysis neatsako, nereaguoja:

Paguldyskite nukentėjusį ant nugaros. Uždėkite savo ranką ant jo kaktos ir švelniai atloškite galvą atgal, pirštų galiukais paimkite smakrą ir pražiodykite burną taip atverdami kvėpavimo takus.

4. Pamatykite, pajauskite, išgirkite ar nukentėjęsysis kvėpuoja



Stenkitės **patatyti** krūtinės judesius, **išgirsti** kvėpavimą, **pajusti** šilto oro srovę iš burnos, kad nuspręstumėt ar kvėpavimas yra normalus. Tam skirkite iki 10 sekundžių. Pirmosiomis širdies sustojimo minutėmis gali girdėtis retas kvėpavimas ar reti ir triukšmingi iškvėpimai (agoninis kvėpavimas). Tai nėra normalus kvėpavimas. Jei abejojate ar kvėpavimas normalus, veikite taip lyg kvėpavimas būtų nenormalus – gaivinkite.

Galimi du scenarijai:

- nereaguoja, bet kvėpuoja,
- nereaguoja, nėra kvėpavimo (arba kvėpavimas nenormalus)

Jei nukentėjęsysis nereaguoja, bet kvėpuoja: jis gyvas, tiesiog yra netekęs sąmonės. Galimos priežastys: paprastas apalpinimas, galvos trauma, įvairios ligos (insultas, infarktas, cukraligė, epilepsija ir kt.), apsinuodijimas ir t.t. Kvieskite GMP, reguliariai tikrinkite kvėpavimą, paverskite į stabilią šoninę padėtį.

Jei nukentėjęsysis nereaguoja ir nekvėpuoja: staigi mirtis, pradėkite gaivinimą.

JEI NEREAGUOJA IR NEKVĖPUOJA

5. Skambinkite 112



Jei turite pagalbininkų, paprašykite, kad jie paskambintų 112.

Jei esate vienas, įjunkite telefono garsiakalbį, kad turėtumėte laisvas rankas ir galėtumėte vienu metu gaivinti ir bendrauti su 112 operatore.

Jei esate pastate ar kitoje sunkiai randamoje vietoje, pasiųskite vieną žmogų pasitikti GMP.

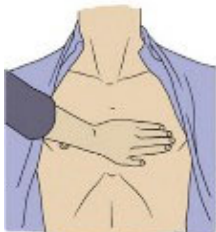
6. Išsiųskite atnešti defibriliatoriaus



Jei įmanoma, išsiųskite kurį nors šalia esantį žmogų atnešti automatinį išorinį defibriliatorių (AID).

Jei jūs esate vienas, nepalikite nukentėjusiojo - pradėkite pradinį gaivinimą (išimtis – jei defibriliatorius yra labai arti, tuomet gali būti prasmingiau bėgti jo atsinešti)

7. Pradėkite krūtinės laštos paspaudimus



Atsiklaupkite prie nukentėjusiojo.

Vienos rankos plaštakos pagrindą padėkite paciento krūtinės centre (ant krūtinkaulio apatinės dalies).



Antros rankos plaštakos pagrindą uždėkite ant pirmosios rankos.

Sunerkite pirštus ir įsitikinkite, kad nespaudžiate šonkaulių.

Rankos turi būti tiesios. Nespauskite pilvo ar krūtinkaulio apatinio galo.



Palinkite vertikaliai virš paciento krūtinės ir spauskite krūtinkaulį žemyn bent 5 cm, bet ne daugiau kaip 6 cm.

Po kiekvieno paspaudimo leiskite paciento krūtinei grįžti į pradinę padėtį, bet nepraraskite kontakto tarp savo rankų ir krūtinkaulio.

Kartokite paspaudimus 100-120 kartų per minutę dažniu.

8. Derinkite krūtinės paspaudimus su oro įpūtimais (jei gaivintojas yra apmokytas)



Po 30 paspaudimų dar kartą atverkite kvėpavimo takus, atlošdami galvą ir pakeldami smakrą.

Užspauskite nukentėjusiojo nosį. Leiskite burnai atsidaryti, tačiau išlaikykite pakeltą smakrą.

Normaliai įkvėpkite ir lūpomis apžiokite nukentėjusiojo burną.

Tolygiai pūskite į burną, stebėdami kylančią krūtinę. Reikia atlikti 2 efektyvius įpūtimus, todėl įkvėpkite ir dar kartą įpūskite nukentėjusiam į burną.

Tada rankas vėl teisingai uždėkite ant paciento krūtinkaulio ir atlikite 30 krūtinės paspaudimų. Tęskite krūtinės paspaudimus ir oro įpūtimus santykiu 30:2.

Jeigu gaivintojas nemoka ar negali atlikti įpūtimų – atlieka tik krūtinės laštos paspaudimus

KAI ATGABENAMAS AID

9. Įjunkite AID (automatinį išorinį defibriliatorių) ir prijunkite elektrodus



Įjunkite AID (dalis AID įsijungia patys atidarius dėžutės dangtelį) ir veikite pagal jo garsines ir vaizdines komandas.

Skubiai uždėkite elektrodus ant nuogos nukentėjusiojo krūtinės (uždėjimo vieta nurodyta ant elektrodų).

Jeigu yra daugiau nei vienas gaivintojas, dedant elektrodus ant krūtinės pradinis gaivinimas turėtų būti tęsiamas.

10. Sekite ir vykdykite AID komandas



Įsitikinkite, kad niekas nesiliečia su nukentėjusiuoju, kai yra analizuojamas širdies ritmas.

Jeigu yra reikalinga defibriliacija (šokas)



Įsitikinkite, kad niekas nesiliečia prie nukentėjusiojo. Paspauskite šoko mygtuką pagal defibriliatoriaus nurodymus (dalis defibriliatorių yra visiškai automatiniai ir paleidžia iškrovą patys, be mygtuko paspaudimo) Nedelsiant tęskite pradinį gaivinimą 30:2 pagal vaizdines/ garsines AID komandas

Jeigu šokas nėra reikalingas, tęskite pradinį gaivinimą

Skubiai tęskite pradinį gaivinimą. Tęskite sekdami vaizdines/ garsines nuorodas.

**JEI NĖRA GALIMYBĖS PASINAUDOTI AID,
TĚSKITE PRADINĮ GAIVINIMĄ**



Nenutraukite gaivinimo, nebent:

- atvyko medikai ir pradėjo teikti pagalbą,
- pacientas pradeda busti: pradeda judėti, atmerkia akis ar pradeda normaliai kvėpuoti,
- nebegalite tęsti dėl nuovargio,
- aplinka tapo nesaugi.

**JEI NUKENTĖJUSYSIS NEREAGUOJA, BET
KVĖPUOJA**



Jei nukentėjusysis kvėpuoja, tačiau išlieka be sąmonės, paguldykite jį į stabilią šoninę padėtį, kad palaikyti atvirus kvėpavimo takus (ypač svarbu esant veido sužalojimams, kraujuojant iš nosies, vemiant ir pan.)