

Kurs pierwszej pomocy

Wpisany przez Administrator
piątek, 07 maja 2010 14:11

POLSKI CZERWONY KRZYŻ
ZARZĄD REJONOWY
ul. Wolności 20
63-400 Ostrów Wielkopolski

Wykaz szkoleń prowadzonych przez Polski Czerwony Krzyż :

Lp.	Nazwa kursu	Czas trwania kursu
1.	Zostań Ratowniczką	11 tematów
2.	Kurs podstawowy Pierwszej Pomocy	16 godzin
3.	Kurs Podstawowy PP przypominający	8 godzin
4.	Kurs dla kierowców	6-8 godzin
5.	Kurs pozoracji i charakteryzacji urazów	-
6.	Kurs PP zaawansowany	16-19 godzin
7.	Kurs dla rodziców i opiekunów	12 godzin
8.	Kurs elementarny PP	5 godzin

Treść wszystkich szkoleń chroniona jest prawami autorskimi i wykorzystywanie jej wymaga zgody Centrum Edukacyjnego ZG PCK w Warszawie, ul. Mokotowska 14.

WPROWADZENIE

Na co dzień spotykamy się z wieloma sytuacjami, które stanowią zagrożenie dla życia i zdrowia naszego i naszych bliskich. W takich sytuacjach najważniejsza jest szybko i właściwie udzielona pierwsza pomoc.

W sytuacjach tych ważne jest, aby udzielając pomocy zachować spokój i wiedzieć dokładnie jak postępować. Zapoznanie się i zrozumienie materiału szkoleń z Pierwszej Pomocy PCK pozwoli na zwiększenie pewności w sytuacjach wymagających jej udzielenia .

Równie istotne w każdym cyklu szkolenia jest opanowanie etapów udzielania pierwszej pomocy jak zasad postępowania z poszkodowanym tak, aby udzielana przez nas pomoc nie stanowiła tylko pomocy medycznej, ale była także wsparciem osoby poszkodowanej.

W celu lepszego poznania i przyswojenia treści szkoleń każde składa się z trzech części tj. teorii przekazywanej przez wykładowcę, pokazu który jest zobrazowaniem słów prowadzącego i ćwiczeń praktycznych wykonywanych przez kursantów.

Wybrane tematy stanowiące treść
KURSU PODSTAWOWEGO PIERWSZEJ POMOCY
(16 – godzinowego)

Różne sytuacje zdarzają się na miejscu wypadku (krwotok, złamanie, wypadek komunikacyjny

Kurs pierwszej pomocy

Wpisany przez Administrator
piątek, 07 maja 2010 14:11

itd.) udzielając pierwszej pomocy musimy zawsze pamiętać o czterech podstawowych jej etapach stanowiących tzw. łańcuch ratunkowy

1. Ocena sytuacji i zabezpieczenie miejsca wypadku

Zawsze najpierw pomyśl o swoim bezpieczeństwie, a potem o bezpieczeństwie poszkodowanych i osób postronnych, tak aby nie doszło do zwiększenia liczby osób poszkodowanych.

2. Kontrola czynności życiowych – ocena stanu poszkodowanego.

Sprawdzamy czynności życiowe (przytomność, drożność dróg oddechowych, oddychanie, odruchy życia)

3. Wezwanie pomocy

Jeżeli stan poszkodowanego jest poważny, musimy jak najszybciej wezwać odpowiednie służby ratownicze (tel.999, 998, 997 lub z telefonu komórkowego – 112)



Kurs pierwszej pomocy

Wpisany przez Administrator
piątek, 07 maja 2010 14:11

Telefony te znajdują się przy drogach często uczęszczanych. Informację o najbliższym telefonie znaj



Na słupie znajduje się przycisk. Jeśli go naciśniesz, uzyskujesz natychmiastowe połączenie z policją

Zgłoszenie wypadku powinno zawierać najbardziej istotne informacje tj.

- miejsce zdarzenia,
- charakter zdarzenia (co się stało),
- liczbę, stan i ilość uszkodzonych,

- własne dane osobowe.

Pomoc wzywamy natychmiast :

- jeżeli jest duża liczba poszkodowanych,
- jeżeli nie można w bezpieczny sposób dotrzeć do poszkodowanych,
- jeżeli niebezpieczeństwo jest zbyt duże.

4. Dalsze udzielanie pomocy

Oczekując na przybycie pomocy kwalifikowanej, należy dalej postępować wg zasad udzielania pierwszej pomocy.

Obok tych czterech podstawowych etapów postępowania należy pamiętać o elementarnych zasadach udzielania pierwszej pomocy. Dotyczą one postępowania z poszkodowanym i mówią o tym by :

- słuchać poszkodowanego,
- pozostać przy poszkodowanym,
- nie przenosić poszkodowanego (jedynym wyjątkiem jest sytuacja kiedy zagrożone jest zdrowie lub życie poszkodowanego),
- dopilnować by poszkodowany jak najmniej się poruszał,
- chronić poszkodowanego przed skrajnymi temperaturami,
- nie podawać nic do picia i jedzenia.

I. UTRATA PRZYTOMNOŚCI

To stan, w którym poszkodowany nie reaguje na bodźce z zewnątrz. Stan ten jest spowodowany zaburzeniami w funkcjonowaniu mózgu. Utrata przytomności może być wynikiem działania czynników zewnętrznych (np. uraz czaszki), choroby (np. cukrzyca, choroba wątroby, nerek), przedawkowaniem leków, alkoholu, narkotyków, lub czynnikami wewnętrznymi (np. niedokrwienie mózgu)

Zagrożenia dla poszkodowanego :

- język poszkodowanego może opaść na dno jamy ustnej zablokować drożność dróg oddechowych,
- nieprzytomny nie reaguje gdyż utrudnienia w oddychaniu wynikają z obecności ciała obcego w drogach oddechowych lub ucisku ubrania,
- głęboka utrata przytomności może doprowadzić do zatrzymania oddychania, a nawet krążenia.

Pierwsza pomoc

- zapewnić drożność dróg oddechowych,
- kontrolować co 1 minutę czynności życiowe,
- układamy poszkodowanego w pozycji bezpiecznej (jeżeli nie podejrzewamy urazu kręgosłupa)

II. ZATRZYMANIE ODDYCHANIA

1. Przyczyny :

- stan głębokiej utraty przytomności,
- zablokowanie górnych dróg oddechowych spowodowane np. zapadnięciem nasady języka lub zakrztuszeniem,
- zablokowanie dolnych dróg oddechowych spowodowane np. prze astmę, utoniecie,
- uraz klatki piersiowej.

Pierwsza pomoc

- ułożyć poszkodowanego na plecach, na twardym i płaskim podłożu,
- zawołać o pomoc,
- udrożnić drogi oddechowe,
- po stwierdzeniu braku oddechu dzwonimy po pomoc,
- 30 uciśnień klatki piersiowej,
- 2 wdechy i 30 uciśnień klatki piersiowej ...

Czynności te wykonujemy do momentu :

- przybycia kwalifikowanej pomocy,
- wyczerpania sił ratownika,
- przywrócenia oddechu u poszkodowanego,
- zmiany ratowników.

2. Zakrztuszenie:

Jeżeli w jamie ustnej, gardle lub tchawicy znajdzie się przedmiot, który zablokuje swobodny przepływ powietrza mówimy wtedy o zamknięciu dróg oddechowych przez ciało obce (np. gumę, kęs pokarmu itp.).Skutki zamknięcia dróg oddechowych dla poszkodowanego są takie same jak przy zatrzymaniu oddychaniu. Dodatkowym problemem przy całkowitym zamknięciu dróg oddechowych jest uniemożliwienie przeprowadzenia sztucznego oddychania.

Pierwsza pomoc

- uderzenia w plecy poszkodowanego,

Kurs pierwszej pomocy

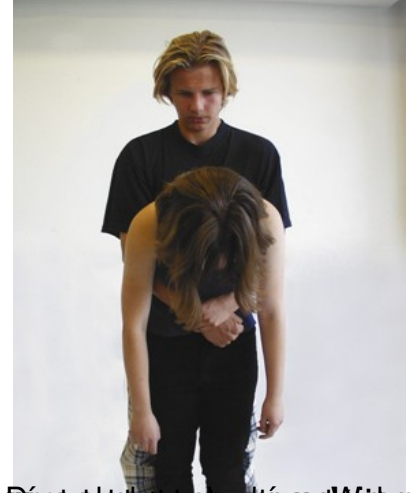
Wpisany przez Administrator
piątek, 07 maja 2010 14:11



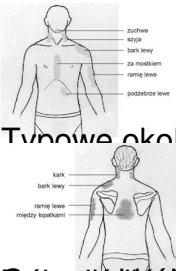
Opóźnić rozwój rany i zapobiec dalszemu uszkodzeniu. Uderzaj dłońmi plecy poszkodowanego w oplatki.



Chwyć element brzojki i skierować go w stronę rany. Wyciągnij rękę mniej więcej w połowie



Próbuj przetrzymać rękę w miejscu, aż do czasu, aż przyjdzie pomoc. Jeśli rana jest głęboka, spróbuj przetrzymać rękę w miejscu, aż do czasu, aż przyjdzie pomoc. Jeśli rana jest głęboka, spróbuj przetrzymać rękę w miejscu, aż do czasu, aż przyjdzie pomoc.



Typowe okoliczności bólowe przy zawale serca

Opis: ...



Zwinąć ... i

Stabilnie ...

...