



URZĄD MARSZAŁKOWSKI WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO



Pierwsza Pomoc

Gdańsk, 31-01-2024
Adam Patałuch



- **Pierwsza pomoc** - zespół czynności podejmowanych w celu ratowania osoby w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego wykonywanych przez osobę znajdującą się w miejscu zdarzenia, w tym również z wykorzystaniem udostępnionych do powszechnego obrotu wyrobów medycznych oraz produktów leczniczych;



Czas = Życie

Tlen jest niezbędny do życia każdej komórki

Jak długo komórki mogą żyć bez tlenu?

Kości – kilka dni

Nerki – 16-18 godzin

Mózg – 3-5 minut



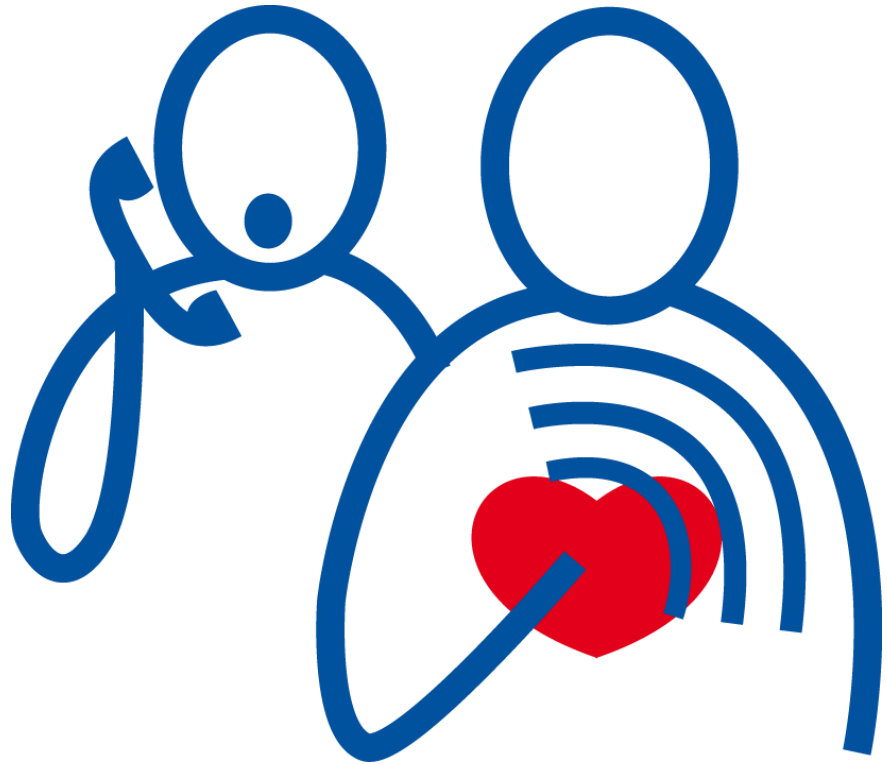


Łańcuch przeżycia





Gdy wzywam pomocy



Mów spokojnie i powiedz:

- **GDZIE?** (miasto, ulica, nr domu, nr mieszkania, klatka, piętro nr drogi, kilometr, charakterystyczne punkty)
 - **CO?** się stało (np. wypadek drogowy, ilość poszkodowanych, ich stan wizualny)
 - **KTO?** Zgłasza - swój numer telefonu i dane osobowe
-
- Odpowiadaj na pytania dyspozytora



Oceń bezpieczeństwo

Oceń przytomność

Wołaj o pomoc

Udrożnij dr. oddechowe

Oceń oddech

Zadzwoń 112

30 uciśnień

2 oddechy ratownicze



POZYCJA BEZPIECZNA





ZADŁAWIENIE

Ciężka niedrożność

**Poszkodowany
nieprzytomny**

Wezwij pogotowie
**Rozpocznij uciskanie kl.
piersiowej**
**Kontynuuj uciskanie kl.
piersiowej i oddechy
ratownicze**

**Poszkodowany
przytomny**

5 uderzeń między łopatki
5 uciśnień nadbrzusza

Łagodna niedrożność

Zachęcaj do kaszlu
**Ściśle kontroluj stan
poszkodowanego**



KRWAWIENIE Z NOSA



- Posadź ratowanego z pochyloną głową do przodu
- Poproś by ratowany wydmuchał nos i w przypadku niewielkiego krwawienia uciśnij miękką część nosa palcami
- Na kark przyłóż zimny okład (lód w torebce foliowej owinięty w ręcznik)
- Uspokój i obserwuj ratowanego



URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

25^{lat}
SAMORZĄDU
WOJEWÓDZTWA
POMORSKIEGO

APTECZKA



URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

25^{lat}
SAMORZĄDU
WOJEWÓDZTWA
POMORSKIEGO

APARATURA POMIAROWA



URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

25^{lat}
SAMORZĄDU
WOJEWÓDZTWA
POMORSKIEGO

ZAWAŁ



URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

25^{lat}
SAMORZĄDU
WOJEWÓDZTWA
POMORSKIEGO

UDAR



DOKUMENTACJA ZDROWOTNA

- WYPISY SZPITALNE
- INFORMACJE LEKARZA PIERWSZEGO KONTAKTU
- INFORMACJE LEKARZA SPECJALISTY
- KONTAKT DO OSOBY UPOWAŻNIONEJ
- LEKI PRZEWLEKŁE I OKAZJONALNE
- **ALERGIE**



OPASKI ZDROWOTNE

- CUKRZYCA
- PADACZKA
- ALZHEIMER
- OPASKA DLA OPIEKUNA – SOS
- OPASKA Z DETEKTOREM UPADKU
- OPASKI DOSTOSOWANE INDYWIDUALNIE

- OKAMEROWANIE DOMU



URZĄD MARSZAŁKOWSKI
WOJEWÓDZTWA POMORSKIEGO

25^{lat}
SAMORZĄDU
WOJEWÓDZTWA
POMORSKIEGO

Dziękuję za uwagę

Gdańsk, 31.01.2024
Adam Patałuch