

### **Pirmās palīdzības sniegšana izglītības iestādē**

1. Ja cietušais smok, stipri asino, konstatēti laužti kauli, sūdzas par stiprām sāpēm, atrodas bezsamaņā, guvis elektrotraumu vai plašus apdegumus, vai kā citādi ir aizdomas par nopietnām veselības problēmām, izglītojamais veic šādas darbības:

1.1. nekavējoties paziņo par faktu pedagogam, skolas medicīniskajam personālam vai jebkuram citam pieaugušajam;

1.2. pārtrauc dzīvībai bīstamu faktoru iedarbību;

1.3. ja izglītojamais ir apmācīts pirmās palīdzības sniegšanā, iznes cietušo no bīstamās zonas (ja iespējams), norobežo negadījuma vietu;

1.4. pieaugušais izsauc neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu (tālr. 113).

2. Ņemot vērā izglītojamo un pieaugušo zināšanu līmeni un iespējas konkrētajā gadījumā, negadījuma vietā veicama „ABC shēma ", kas ir neatliekamās rīcības plāns cietušā stāvokļa novērtēšanai, dzīvības glābšanai un uzturēšanai, pārbaudot un veicot šādas darbības:

2.1. samaņā esošam cilvēkam, kurš spēj orientēties laikā, telpā atbild uz jautājumiem, reaģē uz kairinājumu, atbrīvo elpošanas ceļus - degunu, mutes dobumu, rīkli, balseni un elpvadu no svešķermeņiem;

2.2. bezsamaņā esošu cilvēku novieto uz muguras, nepieciešamības gadījumā iztīra mutes dobumu, lai novērstu elpceļu nosprostošanos ar mēli, pielieto dzīvību glābjošu satvērienu (vienas rokas plaukstu novieto uz pieres, otras rokas plaukstu novieto uz apakšžokļa, vienlaicīgi atgāž galvu un izceļ apakšžokli);

2.3. bezsamaņā esošam cilvēkam pārbauda vai viņš elpo, noliecoties pie cietušā, konstatē, vai jūt gaisa plūsmu no elpceļiem uz sava vaiga);

2.4. ja cietušais ir bezsamaņā, bet elpo, tad, lai novērstu mēles aizkrišanu, cietušo novieto uz sāna;

2.5. ja cietušais ir bezsamaņā, bet neelpo arī pēc elpceļu atbrīvošanas, tad nekavējoties veic mākslīgo elpināšanu. Pēc divām savām izelpām pārbauda pulsu uz miega artērijas. un, ja tas ir sataustāms, tad elpināšanu turpina 10-12 reizes minūtē, pēc katras minūtes pārbaudot pulsu;

- 2.6. ja pēc divām mākslīgām ieelpām miega artērijas nav pulsa, tiek veikta sirds masāža (ar vienas rokas rādītājpirkstu sameklē vietu, kur savienojas ribu loki, uz krūšu kaula, virzienā uz ķermeņa augšdaļu novieto pirmās plaukstas pamatni, tai virsū novieto otru plaukstu, lai pirksti neskartos pie krūšu kurvja);
- 2.7. veicot sirds masāžu, tiek veikts ass plaukstas pamatnes spiediens, spēcīgs, īslaicīgs, lai krūšu kurvis tiktu saspiests 4-5 centimetri ar frekvenci 80 reizes minūtē;
- 2.8. veicot sirds-plaušu atdzīvināšanu, ievēro šādu procedūru:
  - 2.8.1. pēc sirds masāžas 15 reizēm veic 2 mākslīgās elpināšanas;
  - 2.8.2. pēc katriem 4 elpināšanas un sirds masāžas cikliem kontrolē pulsu uz miega artērijas;
  - 2.8.3. ja pulsa nav, turpina sirds-plaušu atdzīvināšanu;
  - 2.8.4. ja pulss ir, kontrolē elpošanu, ja nepieciešams turpina tikai elpināšanu 10-12 reizes minūtē;
  - 2.8.5. ja atjaunojas elpošana, cietušo novieto stabilā sānu guļā.
- 2.9. Dzīvībai bīstamas asiņošanas gadījumā palīdzība cietušajam tiek sniegta gulus stāvoklī;
- 2.10. Asiņošanu aptur pietiekoši stipri, uzspiežot asiņojošajai vietai, lai ap asinsvadu esošie audi nospiež asinsvadu, uzliedot spiedošu pārsēju, taču izvairoties no žņauga lietošanas.
3. Pirmās palīdzības sniegšanas aptieciņa satur šādus priekšmetus:
  - 3.1. vienreizējas lietošanas cimdi, ko pielieto, lai pasargātu sevi no inficēšanās ar infekcijām;
  - 3.2. saspraužamās adatas, ko pielieto liela izmēra pārsēja nostiprināšanai;
  - 3.3. šķēres, ko izmanto cietušā apģērba pārgriešanai, lai piekļūtu traumētai ķermeņa apdeguma vai asiņojošai brūcei un pārsienamā materiāla griešanai;
  - 3.4. mākslīgās elpināšanas maskas vārstulis. Vārstuli pielieto, to novietojot pret savu muti un laižot tam cauri savas izelpas gaisu;
  - 3.5. trīsstūrveida plāksteris, ko pielieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
  - 3.6. leikoplasts, ko pielieto pārsēja nostiprināšanai;
  - 3.7. brūču plāksteris, ko pielieto nelielu brūču pārsiešanai;
  - 3.8. tīklveida pārsējs, ko pielieto pārsiešanas kompreses nostiprināšanai uz brūces;
  - 3.9. spiedošā pārsiešanas pakete, ko pielieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;

3.10. marles saites, ko pielieto brūču pārsiešanai. pārsienot lielāku brūci, iepriekš to pārsedz ar pārsiešanas kompresi.

Direktore

A.Jermolajeva