

ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

ΣΚΟΠΟΣ: Να είναι σε θέση οι εκπαιδευόμενοι να προσφέρουν αποτελεσματική βοήθεια με ασφάλεια ,σε οποιοδήποτε έκτακτο περιστατικό χρειαστεί, μέχρι να έρθουν οι αρμόδιες υπηρεσίες έκτακτης ανάγκης.



ΒΑΣΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΖΩΗΣ

ΣΤΟΧΟΙ

- ✓ Ασφαλής προσέγγιση θύματος που έχει καταρρεύσει
- ✓ Εφαρμογή θωρακικών συμπίεσεων και εμφυσήσεων διάσωσης
- ✓ Τοποθέτηση σε θέση ανάνηψης αναίσθητου θύματος που αναπνέει
- ✓ Αντιμετώπιση πνιγμονής

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Περίπου 700.000 καρδιακές ανακοπές
ανά έτος στην Ευρώπη.

5 - 10% παίρνουν εξιτήριο από το νοσοκομείο.

Η εφαρμογή ΚΑΡΤΠΑ πριν από την άφιξη
εξειδικευμένης βοήθειας
είναι ζωτικής σημασίας.

Η έγκαιρη αναζωογόνηση (εντός 1-2 λεπτών)
μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα επιβίωση > 60%.

Σε ποιόν γίνεται η αναζωογόνηση

Η αναζωογόνηση γίνεται σε άτομα που :

- Δεν αντιδρούν
- Δεν αναπνέουν

δηλαδή σε άτομα με
ανακοπή

Πόσο συχνά θα μας τύχει;
2-3 φορές στον καθένα μας



Σε ποιους θα συμβεί;;
80% σε άτομα από το περιβάλλον μας

ΒΑΣΙΚΗ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

◎ ΕΠΙΒΑΛΛΕΤΑΙ ΝΑ ΕΚΤΕΛΕΙΤΑΙ

- Αμέσως
- Χωρίς διακοπή
- Στον τόπο του συμβάντος

◎ ΠΡΟΥΠΟΘΕΤΕΙ

- Ύπτια θέση
- Σκληρή επιφάνεια

ΤΑ ΛΕΠΤΑ ΜΕΤΡΑΝΕ

Ο χρόνος που απαιτείται
για την πρόκληση
ανεπανόρθωτων
εγκεφαλικών βλαβών
από τη στιγμή που θα
σταματήσει η καρδιακή
λειτουργία είναι
περίπου **4 min.**

Η ΕΠΙΒΙΩΣΗ ΤΟΥ
ΑΤΟΜΟΥ ΘΑ
ΕΞΑΡΤΗΘΕΙ ΑΠΟ
ΤΗΝ ΤΑΧΥΤΗΤΑ
ΔΡΑΣΗΣ



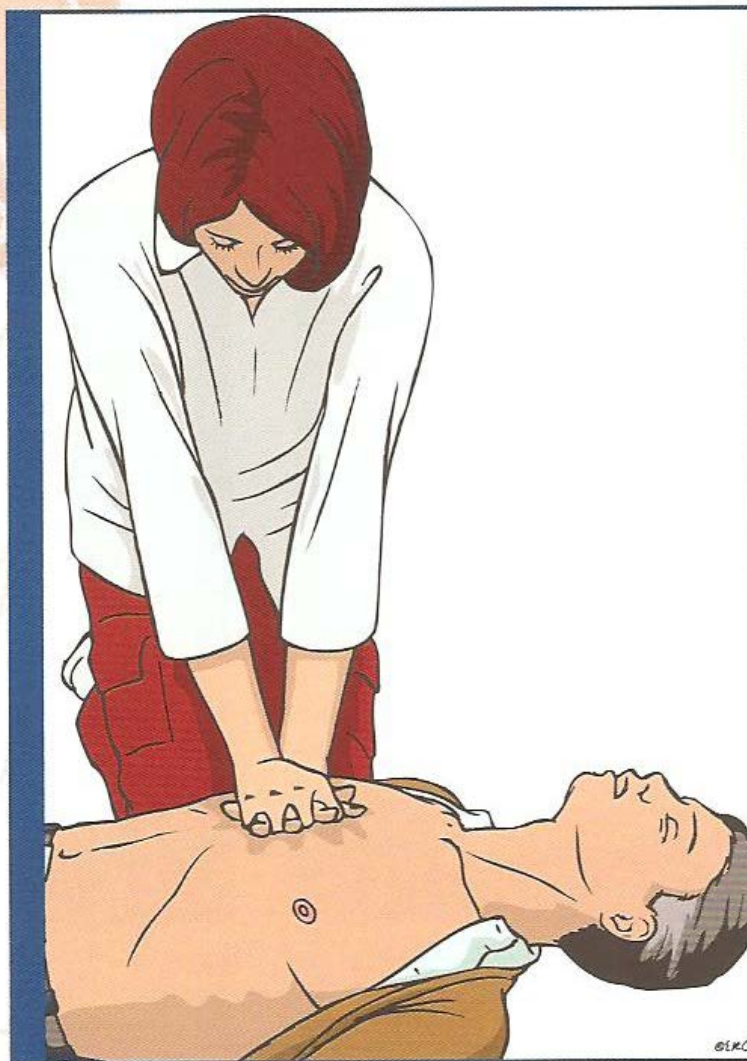
ΑΝΑΚΟΤΗ

Είναι η αιφνίδια διακοπή της καρδιακής παροχής
με αποτέλεσμα:

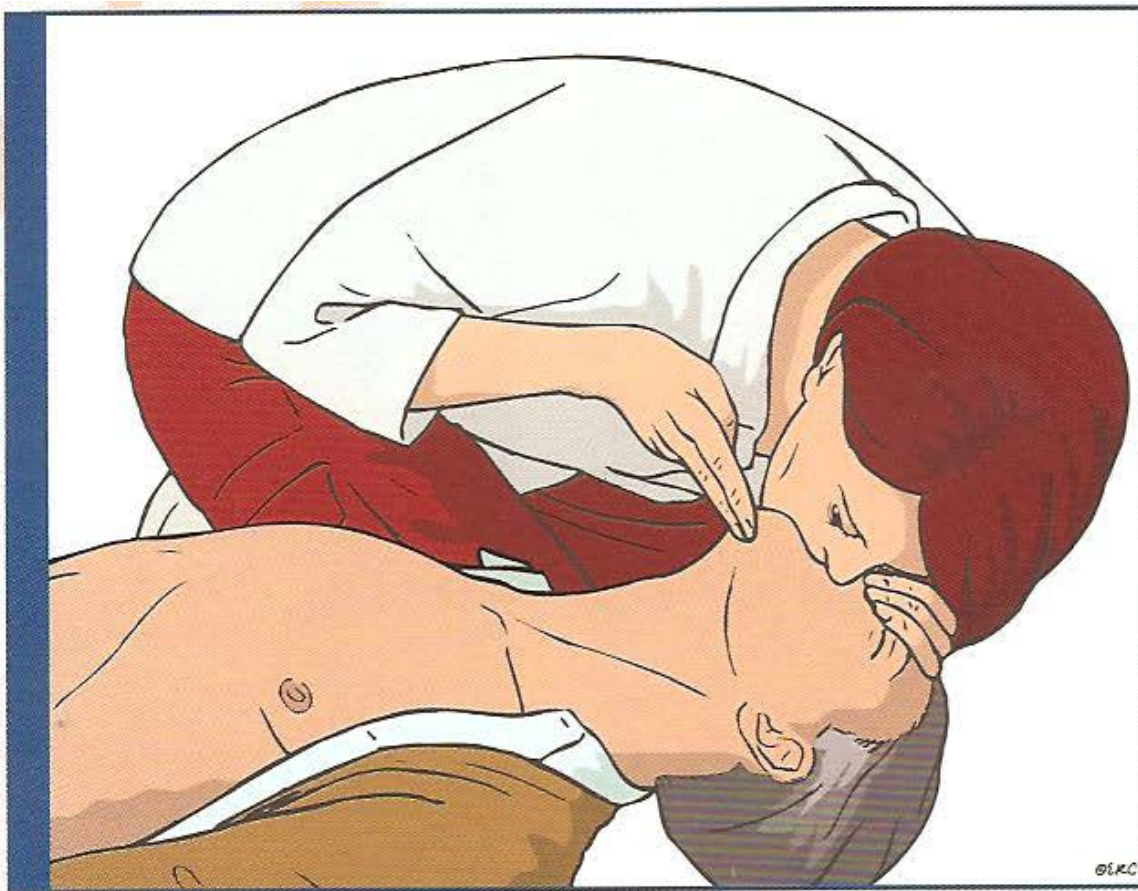
1. Διακοπή της αιμάτωσης του εγκεφάλου
2. Απώλεια των αισθήσεων

Βασική Υποστήριξη της Ζωής

Τα δύο κύρια στοιχεία της βασικής υποστήριξης της ζωής είναι:



Θωρακικές συμπίεσεις



Αναπνοές διάσωσης

ΣΕΙΡΑ ΕΝΕΡΓΕΙΩΝ ΚΑΡΔΙΟΠΝΕΥΜΟΝΙΚΗΣ ΑΝΑΖΩΟΓΟΝΗΣΗΣ (ΚΑΡΠΑ)



1. Ελέγξτε τις αισθήσεις: «Είσαι καλά»; και **Καλέστε βοήθεια**



2. **Ανοίξτε τον αεραγωγό:**
(σηκώστε το πηγούνι τεντώστε το κεφάλι)



3. Ελέγξτε για φυσιολογική αναπνοή για 10''
(ΔΕΙΤΕ, ΑΚΟΥΣΤΕ, ΝΙΩΣΤΕ)



4. Τηλεφωνήστε στο 166 ή στο 112.
Αν δεν υπάρχει φυσιολογική αναπνοή



5. Κάντε **30 Στερνικές Συμπιέσεις (Σ.Σ.)**



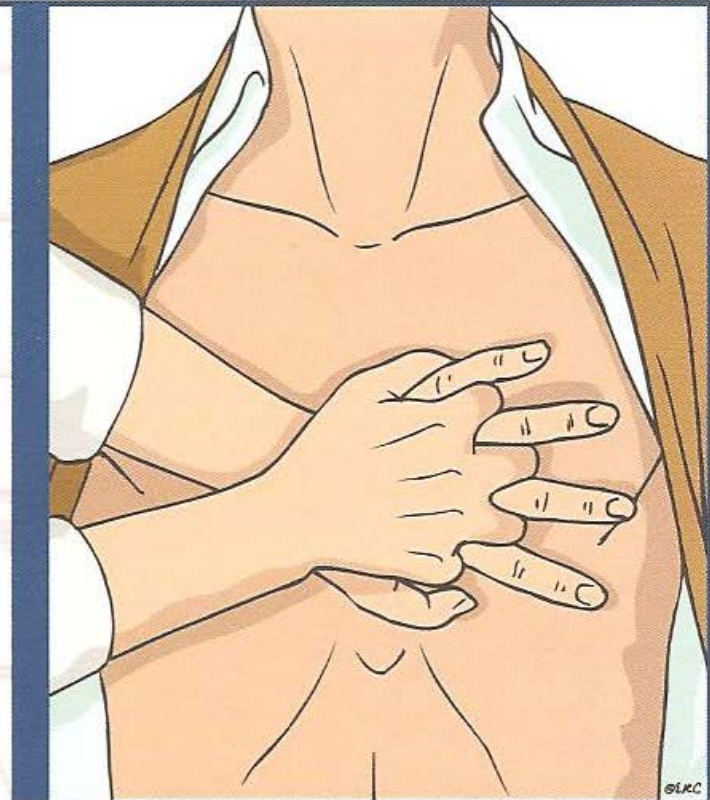
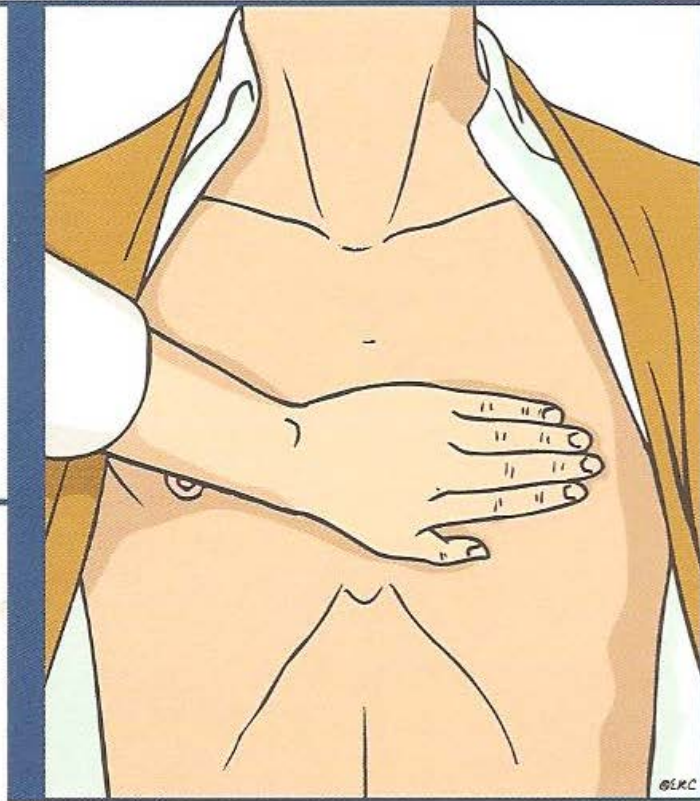
6. Δώστε **2 Εμφυσήσεις (Εμ.) διαδοχικά**

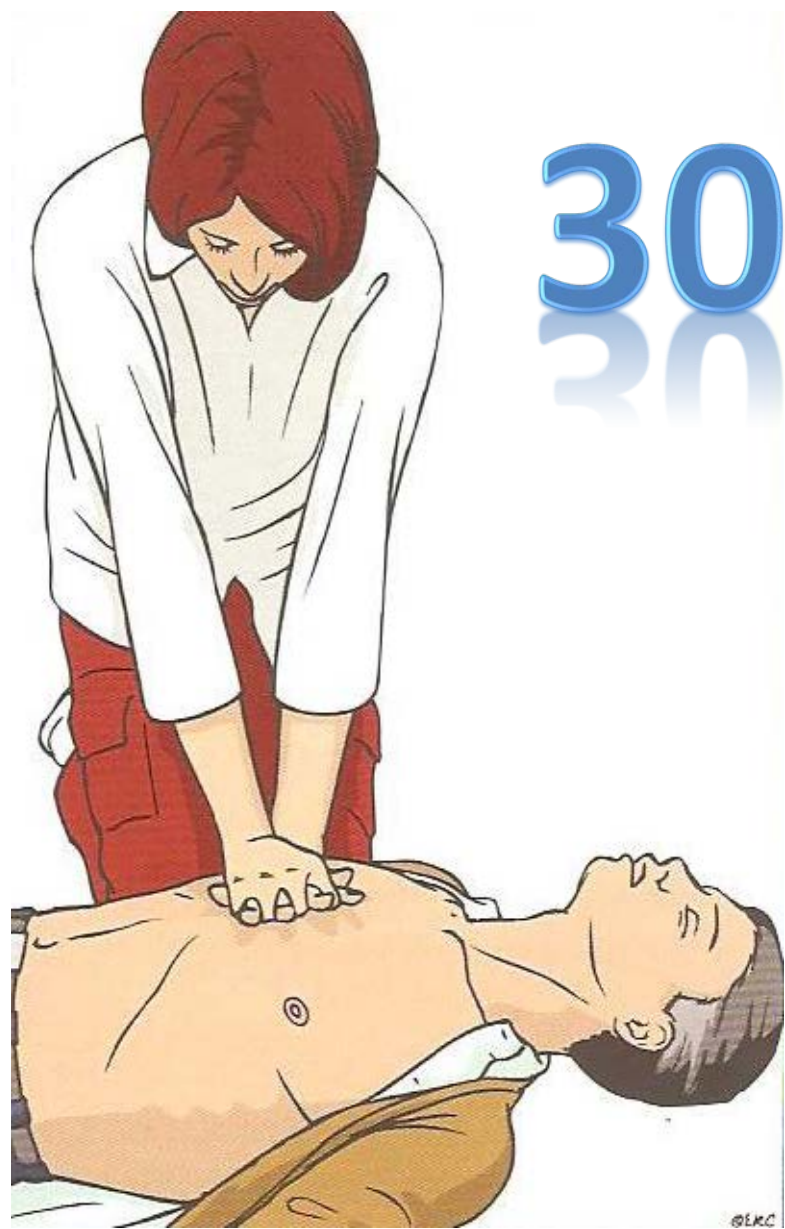
7. Συνεχίστε κάνοντας κύκλους **30 Σ.Σ. : 2 Εμ.** μέχρι να δείτε σημεία αντίδρασης.

ΘΩΡΑΚΙΚΕΣ ΣΥΜΠΙΕΣΕΙΣ

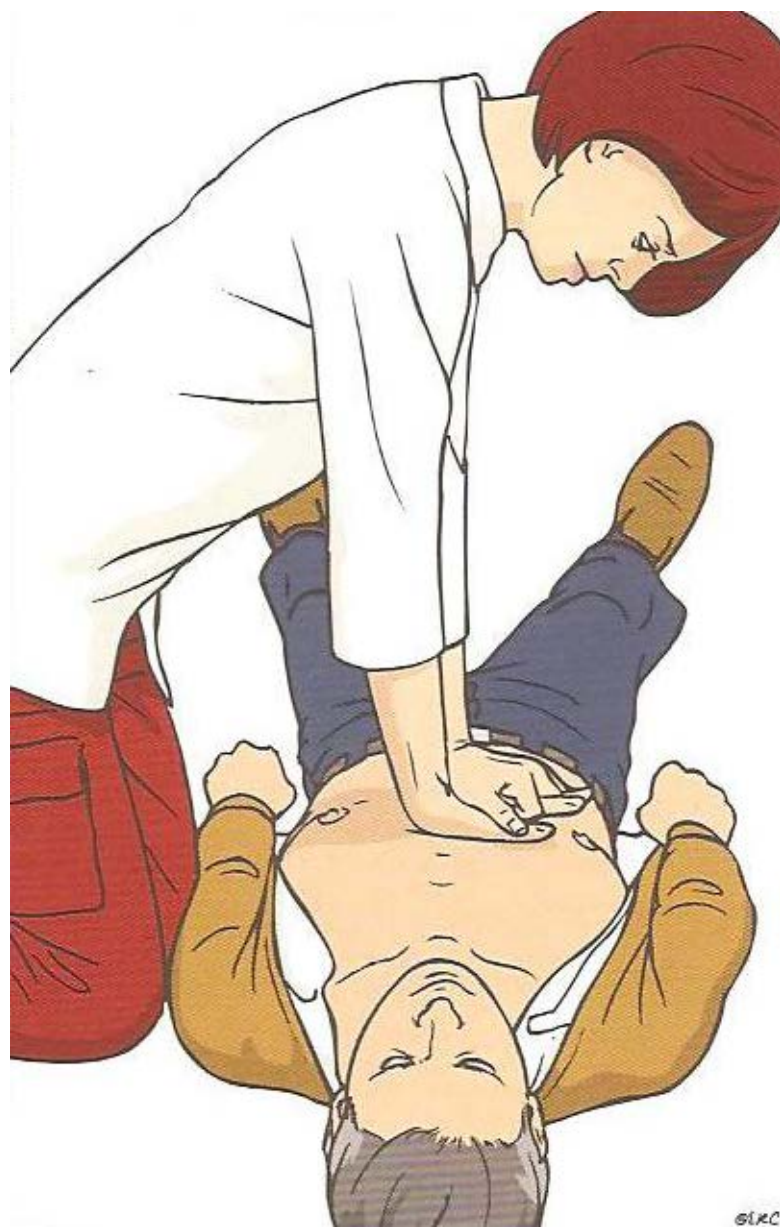
- Τοποθετήστε τη βάση της παλάμης του ενός χεριού στο κέντρο του θώρακα
- Τοποθετήστε το άλλο χέρι από πάνω
 - Πλέξτε τα δάκτυλα
 - Συμπιέστε το θώρακα με
 - Ρυθμό 100/min
 - Βάθος 4-5 cm
 - Ίσο χρόνο συμπίεσης-χαλάρωσης

Εφαρμόστε θωρακικές συμπιέσεις





©ERC

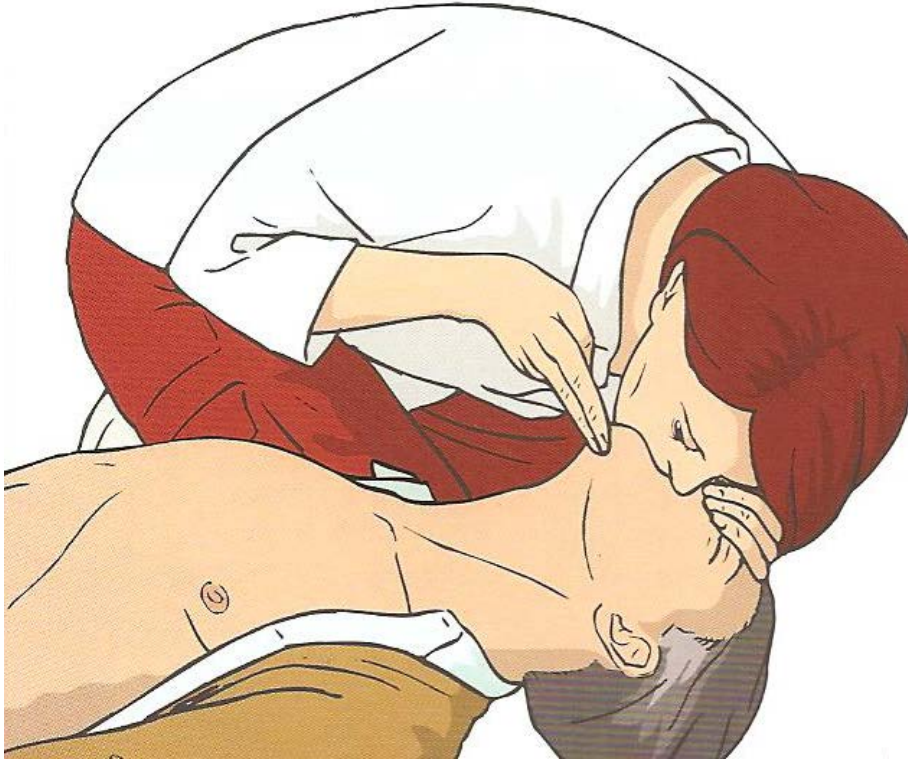


©ERC

ΕΜΦΥΣΗΣΕΙΣ ΔΙΑΣΩΣΗΣ

- ◉ Κλείστε τη μύτη
- ◉ Πάρτε μια κανονική αναπνοή
- ◉ Σφραγίστε τα χείλη σας γύρω από το στόμα του θύματος
- ◉ Εκπνεύστε μέχρι να ανυψωθεί ο θώρακάς του
- ◉ Διάρκεια περίπου 1-2 δευτερόλεπτα
 - ◉ Αφήστε το θώρακα να πέσει
 - ◉ Επαναλάβετε

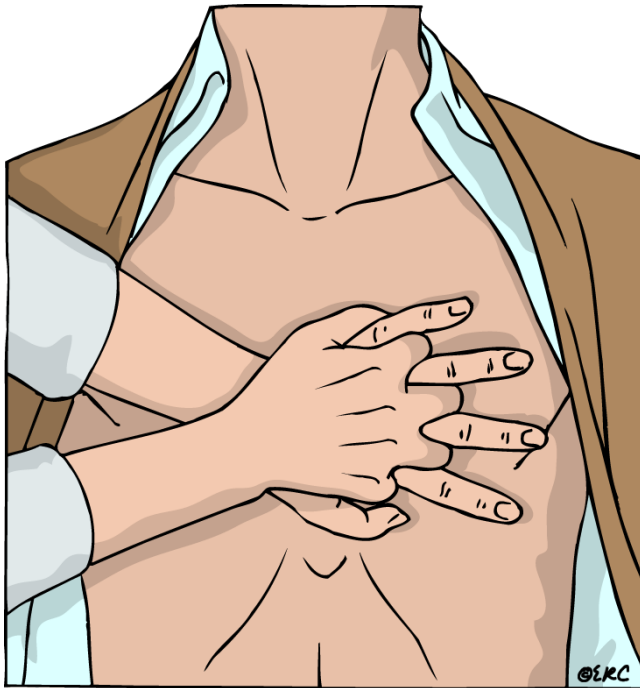
Χορηγήστε αναπνοές διάσωσης



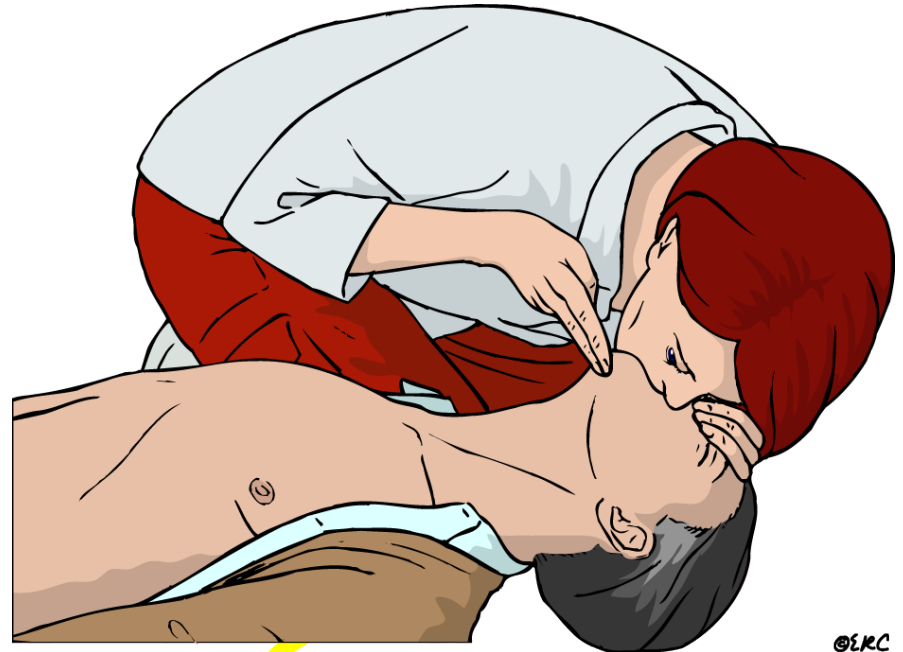
2



ΣΥΝΕΧΙΣΤΕ ΚΑΡΤΑ



30



2

ΚΑΡΠΑ ΣΕ ΠΑΙΔΙ (1- 8 ΕΤΩΝ)

- ❖ Ελέγξτε τις αισθήσεις: «Είσαι καλά»;
- ❖ Ανοίξτε τον αεραγωγό
- ❖ Ελέγξτε για αναπνοή
- ❖ Αν απουσιάζει η αναπνοή, δώστε αμέσως 5 εμφυσήσεις
- ❖ Κάντε 30 στερνικές συμπίεσεις με τη μία παλάμη, ώστε ο θώρακας να κατέβει κατά το 1/3 του ύψους του θώρακα του παιδιού
- ❖ Συνεχίστε με κύκλους 30 : 2
- ❖ Αν είστε μόνος σας κάντε πρώτα 5 κύκλους ΚΑΡΠΑ (περίπου για 2') και μετά καλέστε το 166
- ❖ Συνεχίστε μέχρι να δείτε σημεία αντίδρασης



ΚΑΡΠΑ ΣΕ ΒΡΕΦΟΣ (0 -12 ΜΗΝΩΝ)

1. Τσιμπήστε μαλακά τις πατούσες
2. Ανοίξτε τον αεραγωγό (ανασηκώστε το πηγούνι με το **ένα δάχτυλο**)
3. Ελέγξτε την αναπνοή για 10''
4. Αν δεν υπάρχει, δώστε 5 εμφυσήσεις (στόμα με μύτη και στόμα)
5. Κάντε 30 στερνικές συμπιέσεις (με τα **δύο δάκτυλα** στο μέσο του στέρνου)
6. Κάντε 5 κύκλους (2εμ:30 ΣΣ) και καλέστε το **166**
7. Συνεχίστε με κύκλους **30:2** μέχρι να δείτε σημεία αντίδρασης



ΑΠΩΛΕΙΑ ΑΙΣΘΗΣΕΩΝ

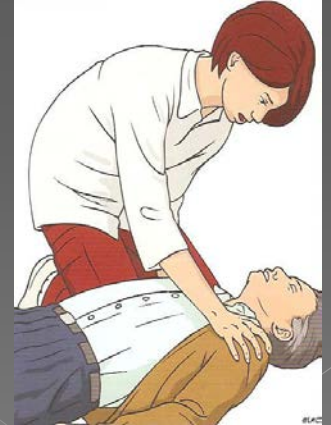
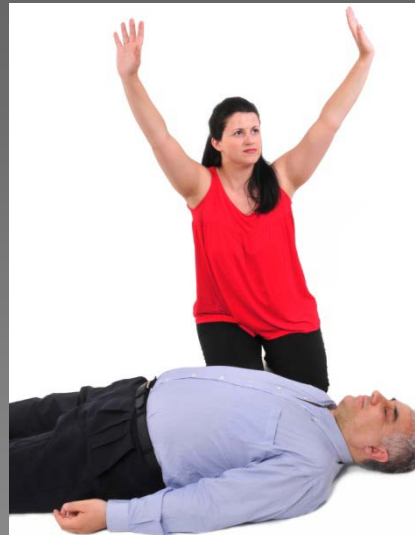
ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ:

1. Βεβαιωθείτε ότι είστε ασφαλής



2. Επιβεβαιώστε την απώλεια αισθήσεων φωνάζοντας: **“Είσαι καλά;”** (Αν το άτομο δεν αντιδρά)

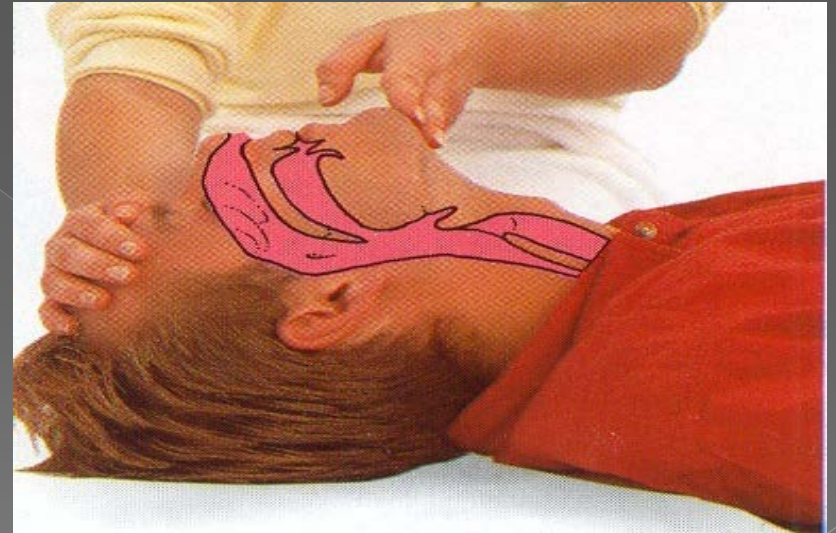
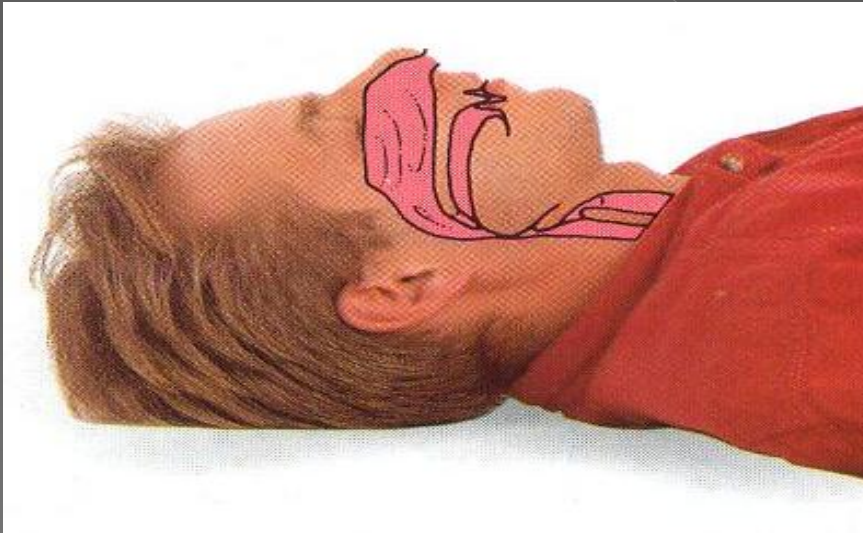
3. Ζητείστε βοήθεια



ΑΠΩΛΕΙΑ ΑΙΣΘΗΣΕΩΝ

ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ:

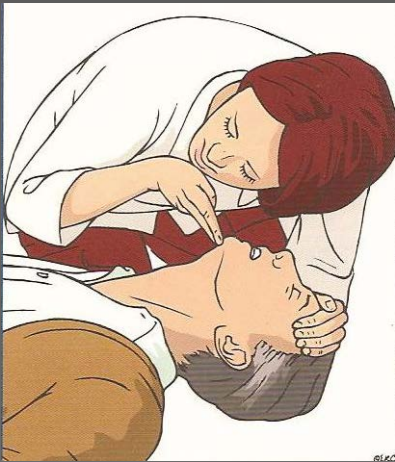
4. Ανοίξτε τον αεραγωγό



ΑΠΩΛΕΙΑ ΑΙΣΘΗΣΕΩΝ

ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ:

5. Ελέγξτε αν υπάρχει φυσιολογική αναπνοή



«ΒΛΕΠΩ, ΑΚΟΥΩ, ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΙ»
όχι περισσότερο απο 10 δευτερόλεπτα πριν αποφασίσετε
ότι το θύμα δεν αναπνέει φυσιολογικά.

6. ΑΝ ΥΠΑΡΧΕΙ: Τοποθετήστε το θύμα σε ΘΕΣΗ ΑΝΑΝΗΨΗΣ.

ΘΕΣΗ ΑΝΑΝΗΨΗΣ (ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ)



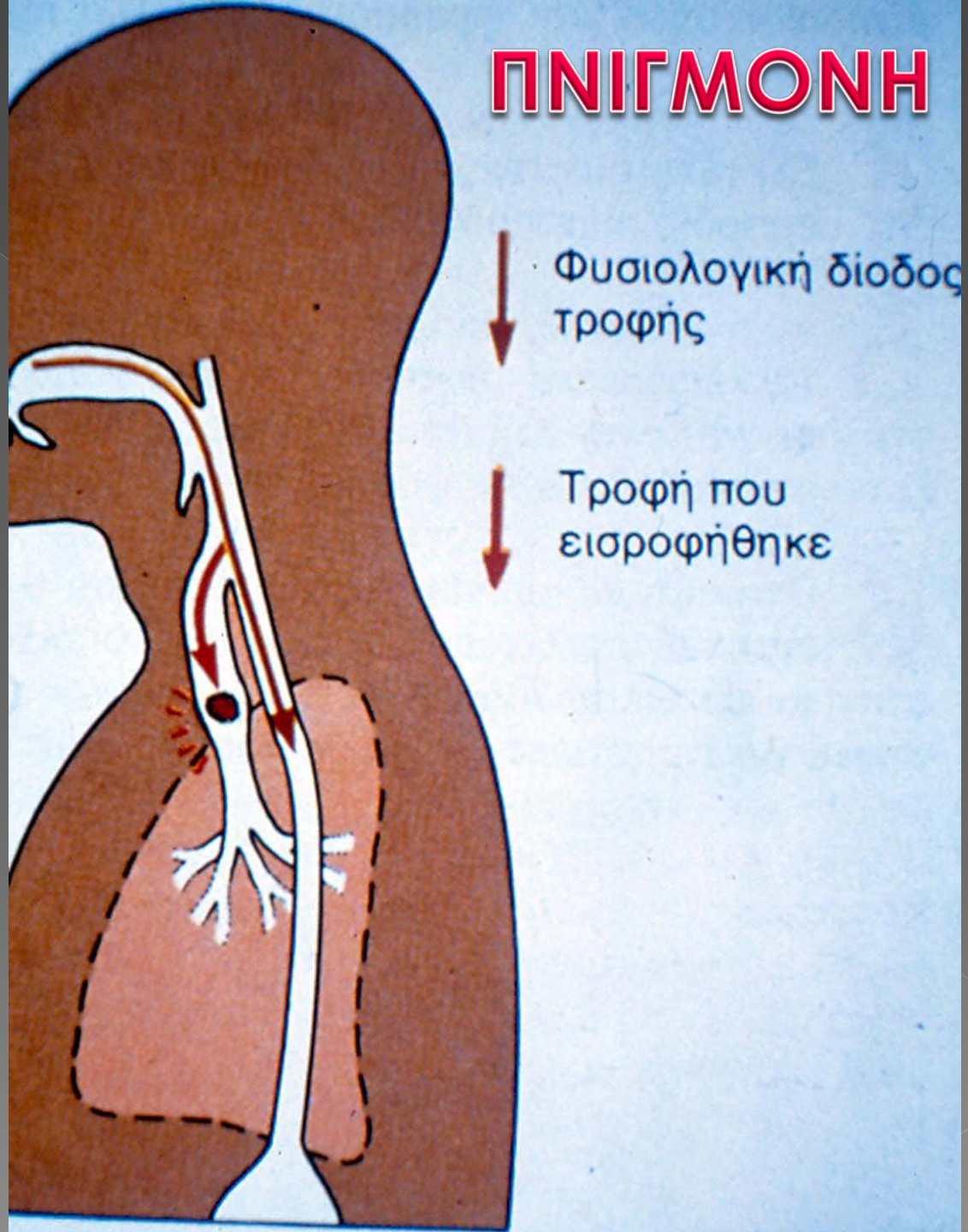
ΘΕΣΗ ΑΝΑΝΗΨΗΣ (ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ)

Οι πάσχοντες χωρίς αισθήσεις τοποθετούνται σ' αυτήν τη θέση η οποία:

- Εμποδίζει τη γλώσσα να πέσει στο πίσω μέρος του λαιμού
- Επιτρέπει στα υγρά να ρέουν έξω από το στόμα
- Το κεφάλι, ο λαιμός και η πλάτη παραμένουν σε ευθεία γραμμή



ΠΝΙΓΜΟΝΗ





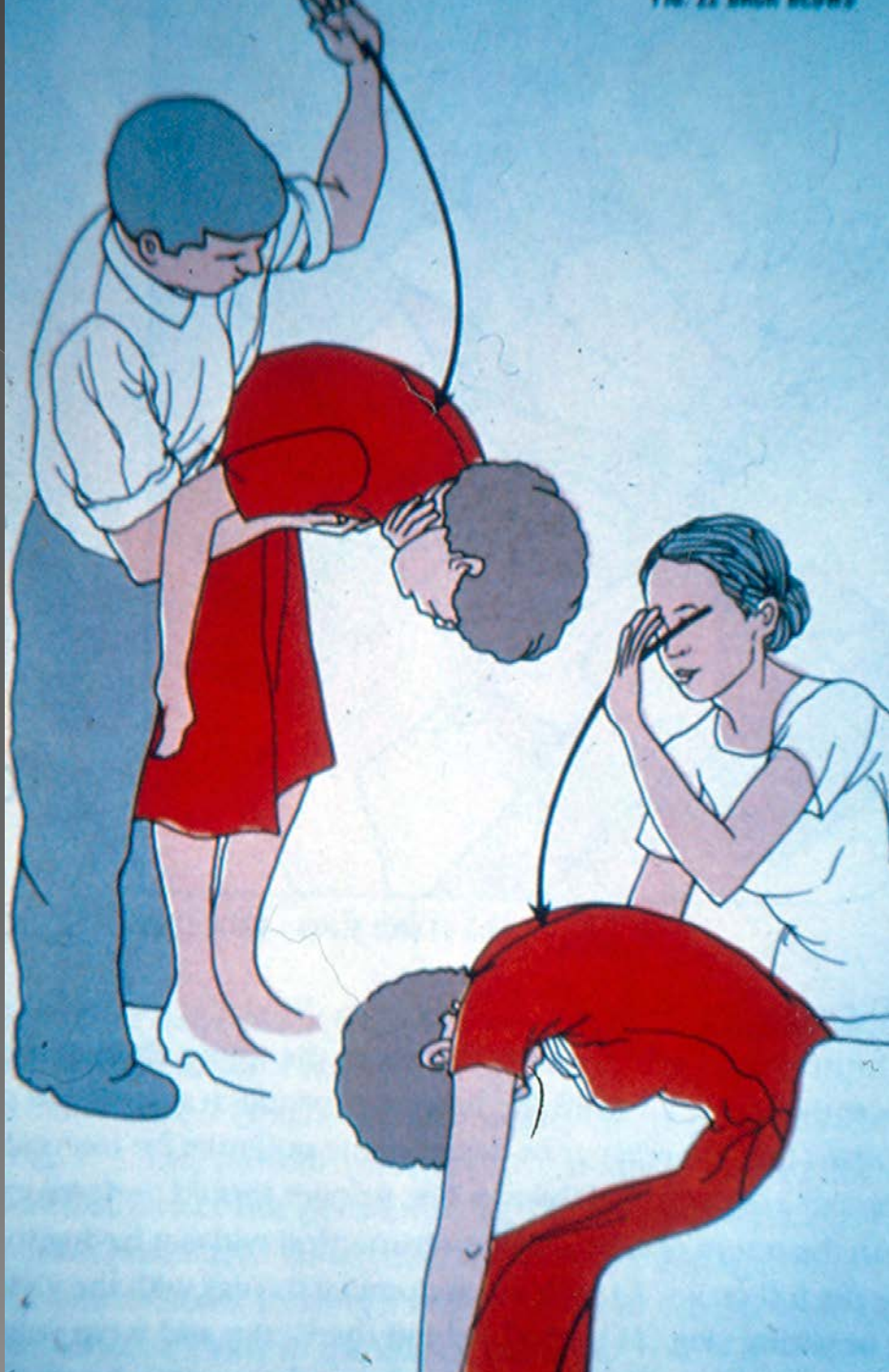


FIG. 24 ABDOMINAL THRUSTS



ΠΝΙΓΜΟΝΗ ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΑ (ΠΑΝΩ ΑΠΟ 8 ΕΤΩΝ)

1. Παροτρύνετε το θύμα να βήξει

2. Δώστε 5 χτυπήματα στην πλάτη:
με τη βάση του ενός χεριού
ανάμεσα στις ωμοπλάτες



3. Κάντε 5 κοιλιακές ωθήσεις
(Heimlich)



4. Συνεχίστε εναλλάσσοντας 5 χτυπήματα
στην πλάτη με 5 κοιλιακές ωθήσεις, μέχρι να βγει
το ξένο σώμα ή το θύμα να χάσει τις αισθήσεις του

(Αν δεν βγει σε 3 κύκλους καλέστε το 166)

ΠΝΙΓΜΟΝΗ ΣΕ ΠΑΙΔΙ (1 – 8 ΕΤΩΝ)

1. ΠΑΡΟΤΡΥΝΕΤΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΝΑ ΒΗΞΕΙ



2. Δώστε 5 χτυπήματα στην πλάτη γέρνοντας το θώρακα



3. Κάντε 5 κοιλιακές ωθήσεις

4. (Αν σε 3 κύκλους δεν βγει το ξένο σώμα καλέστε το 166)

5. Συνεχίστε τους κύκλους ώσπου να έρθει το 166, να βγει το ξένο σώμα, ή να χάσει τις αισθήσεις του το παιδί

ΠΝΙΓΜΟΝΗ ΣΕ ΒΡΕΦΟΣ (0 -12 ΜΗΝΩΝ)



1. Δώστε 5 χτυπήματα ανάμεσα στις ωμοπλάτες κρατώντας το μωρό με φορά προς τα κάτω



2. Ψάξτε το στόμα του μωρού



3. Κάντε 5 θωρακικές/στερνικές συμπίεσεις (Heimlich)

4. Αν δεν βγει σε 3 κύκλους καλέστε το 166

5. Συνεχίστε τους κύκλους ώσπου να βγει το ξένο σώμα, να χάσει τις αισθήσεις του το μωρό, ή να έρθει το 166

ΠΡΩΤΗ ΒΟΗΘΕΙΑ ΣΕ ΞΕΝΑ ΣΩΜΑΤΑ ΛΑΡΥΓΓΑ

Για ενήλικα



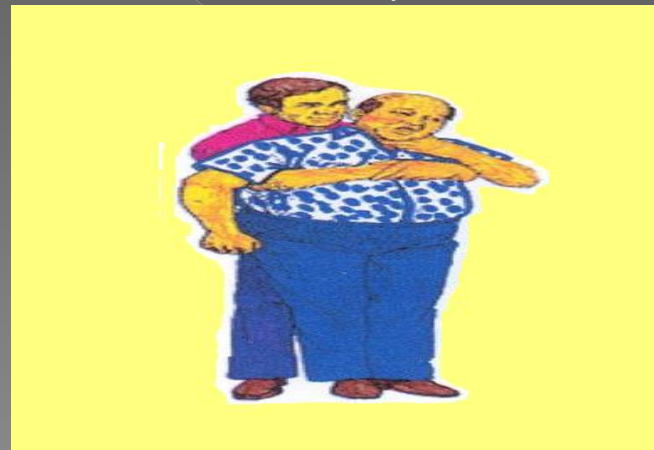
Για μωρό



Αν είστε μόνος



Για παχύσαρκο



ΑΠΩΛΕΙΑ ΑΙΣΘΗΣΕΩΝ

ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ:

1. Βεβαιωθείτε ότι είστε ασφαλείς
2. Επιβεβαιώστε την απώλεια αισθήσεων φωνάζοντας: **"Είσαι καλά;»**
(Αν το άτομο δεν αντιδρά)
3. Ζητείστε βοήθεια
4. Ανοίξτε τον αεραγωγό
5. Ελέγξτε αν υπάρχει φυσιολογική αναπνοή
6. **ΑΝ ΥΠΑΡΧΕΙ:** Τοποθετήστε το θύμα σε **ΘΕΣΗ ΑΝΑΝΗΨΗΣ.**
7. **ΑΝ ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ:** ΚΑΡΠΑ



2. 3. 2018 19:51



2. 3. 2018 19:51



Αόριετο όρνεο

αορ.	α	α	α
πλ.	των	των	των
αορ.	των	των	των

αορ. ας πια
πλ. των πια
αορ. των πια

Προϊστορία

Εποχή του Αίλου

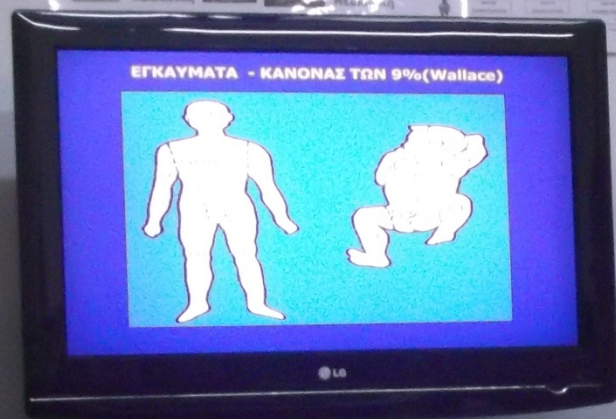
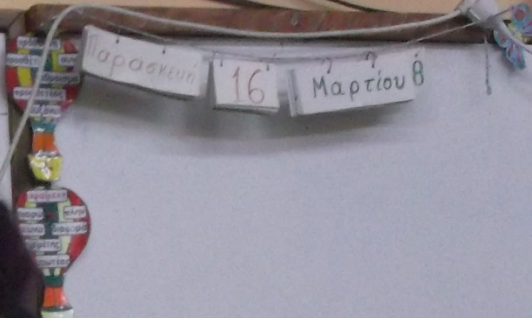
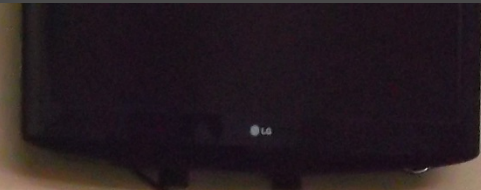
Προϊστορία

Εποχή του Ελάφου

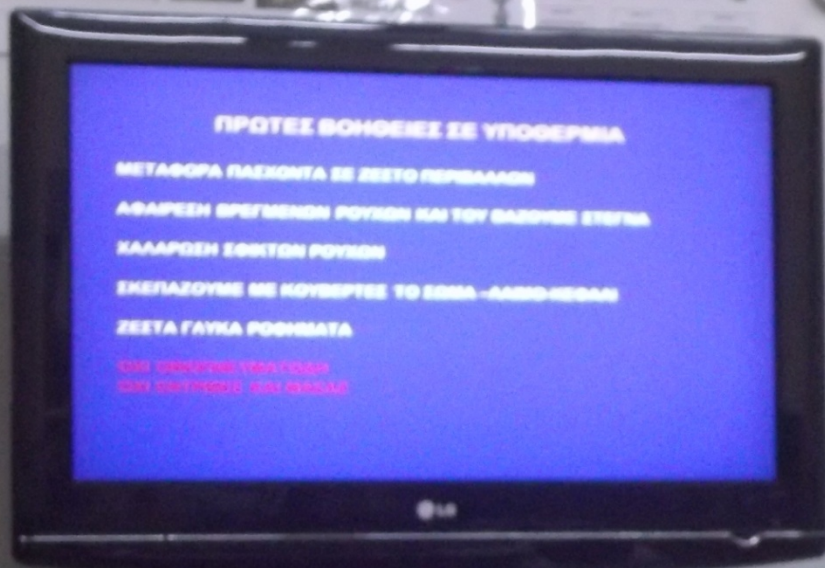
Προϊστορία

Εποχή του Χάλιου

1. Διαμόρφωση του ανθρώπου
2. Εποχή του Αίλου
3. Εποχή του Ελάφου
4. Εποχή του Χάλιου



16. 3. 2018 19:23



ΜΕΤΑΦΟΡΑ ΠΛΕΚΟΝΤΑ ΣΕ ΖΕΣΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

ΑΦΑΙΡΕΣΗ ΒΡΕΓΜΕΝΩΝ ΡΟΥΣΩΝ ΚΑΙ ΤΟΥ ΒΑΘΥΣΣΕ ΣΤΕΓΝΑ

ΚΑΛΑΡΘΕΝ ΕΞΩΚΤΩΝ ΡΟΥΣΩΝ

ΕΚΕΠΑΖΟΥΜΕ ΜΕ ΚΟΥΒΕΡΤΕΣ ΤΟ ΣΩΜΑ -ΛΑΒΟ-ΜΕΘΑΝ

ΖΕΣΤΑ ΓΛΥΚΑ ΡΟΦΗΜΑΤΑ

ΣΤΑΙ ΚΟΥΒΕΡΤΕΣ ΤΑΝΤΟΤΕΣ
ΣΤΑΙ ΚΟΥΒΕΡΤΕΣ ΣΤΑΙ ΚΟΥΒΕΡΤΕΣ



16. 3. 2018 20:10



23. 3. 2018 19:47



23. 3. 2018 19:52



23. 3. 2018 19:53



23. 3. 2018 19:56



23. 3. 2018 19:57





18. 5. 2018 18:34



18. 5. 2018 18:40





18. 5. 2018 18:52



18. 5. 2018 18:53



18. 5. 2018 19:01