

1. Ievads

Sniegt pirmo palīdzību ir jāprot katram no mums, un ikvienam var pienākt brīdis, kad nepieciešama pirmā palīdzība. Tā ir nepieciešama dažādās dzīves sfērās. Nelaimes gadījumi var notikt ne tikai sevišķos apstākļos, bet arī ikdienā — mājās, darba vietā, vaļsbrīžos, uz auto ceļiem.

Pirmās palīdzības mērķis ir, lai katrs cilvēks katrs pareizi saprastu tās pasākumu nozīmi un prastu to sniegt nekavējoties negadījuma vietā. Palīdzība ir svarīga tieši pirmajās dzīvībai kritiskajās minūtēs.

Kādēļ ir izšķiroša katra sekunde?



Kad ir apstājusies elpošana un sirdsdarbība, tad draud briesmas galvas smadzenēm. Ja smadzenes četras minūtes nesaņem skābekli, tajās iestājas neatgriezeniski bojājumi.

Piemēram, ja darba kolēģis krītot salauž kāju un brūce stipri asiņo, tad asiņošana ir jāaptur nekavējoties, jo spēcīga asiņošana ir bīstama dzīvībai.

Ir vēl daudzi citi gadījumi, kad cietušajam palīdzība ir ļoti nepieciešama.

Liela nozīme ir arī vienkārši cilvēciskai mierināšanai, kas bieži vien tiek aizmirsta. Psihiska un fiziska aprūpe ir vienotas.

Ātrā palīdzība ne vienmēr ir klāt pirmajās minūtēs, tāpēc jums jābūt pirmajam palīdzības sniedzējam! Svarīgi ir saprast:



saskatīt

kas noticis,



izvērtēt

kādas briesmas draud,



rīkoties

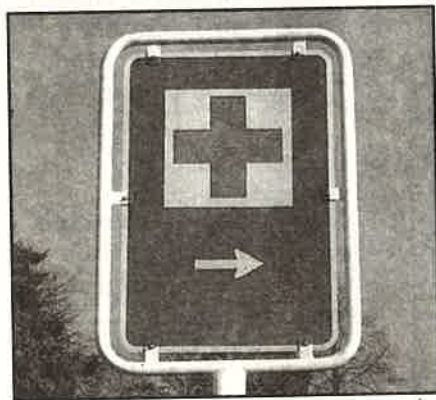
atbilstoši situācijai.

Negadījuma vietā paša cietušā, kā arī apkārtējo izturēšanās var būt nepārdomāta. Uztraukuma un baļu dēļ bieži tiek uzsākti nepareizi pasākumi. Tas stāvokli vēl vairāk pasliktina. Ir jāprot saglabāt mieru, nomierināt apkārtējos un pareizi rīkoties.

Šī grāmatiņa palīdzēs iegūt informāciju par pirmās palīdzības sniegšanu. Tā būs labs palīgs pirmās palīdzības praktiskai apmācībai kursos.

3. Ātrās palīdzības izsaukums

Cik ātri vien iespējams, neaizkavējot un nepārtraucot palīdzības sniegšanu, izsaukt ātro palīdzību.



Paziņot par nelaimes gadījumu ātrajai palīdzībai, ja cietušais:

- nespēj pārvietoties,
- smok,
- asiņo,
- sūdzas par stiprām sāpēm,
- ir bezsamaņā,
- guvis elektrotraumu,
- ir plaši apdegumi,
- ir guvis lielo kaulu lūzumus.

Ātrās palīdzības dispečeram paziņot:

1) precīzu negadījuma vietu (precīza vietas nosaukšana aiztaupa nevajadzīgu meklēšanu, padara iespējamu ātrāku medicīniskās palīdzības ierašanos),

2) kas ir noticis? (īss negadījuma apraksts),

3) cietušo skaitu,

4) atbildēt skaidri un konkrēti uz visiem dispečera jautājumiem.

Pārliecinieties, ka viss ir saprasts.

Ievērojiet! Ja glābējs ir viens, tas nedrīkst atstāt notikuma vietu.

Gaidot ātro palīdzību, cietušajam nepieciešams nodrošināt mieru, runāt ar viņu, lai cietušais justos drošs. Ja ir vēss — vēlams cietušo apsegt ar segu (folijas), mēteli u.tml.