

PATVIRTINTA

Alytaus lopšelio-darželio „Nykštukas“

Direktorius 2022 m. spalio 27 d.

įsakymu Nr. V-358

PIRMOSIOS PAGALBOS ORGANIZAVIMO TVARKOS APRAŠAS

TURINYS

- I. BENDROJI DALIS
- II. BENDRIEJI PIRMOSIOS PAGALBOS TEIKIMO PRINCIPAI
- III. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS
- IV. PIRMOJI PAGALBA KRAUJUOJANT
- V. PIRMOJI PAGALBA NETEKUS SĄMONĖS
- VI. PIRMOJI PAGALBA ESANT TRAUKULIAMS
- VII. PIRMOJI PAGALBA UŽSPRINGUS
- VIII. PIRMOJI PAGALBA SUSIŽEIDUS
- IX. PIRMOJI PAGALBA NUDEGUS
- X. PIRMOJI PAGALBA PERKAITUS AR IŠTIKUS SAULĖ SMŪGIUI
- XI. PIRMOJI PAGALBA NUŠALUS
- XII. PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS ŠOKUI
- XIII. PIRMOJI PAGALBA LŪŽUS KAULAMS
- XIV. PIRMOJI PAGALBA Į KŪNĄ ĮSMIGUS AR PATEKUS SVETIMKŪNIUI
- XV. PIRMOJI PAGALBA APSINUODIJUS
- XVI. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

I. BENDROJI DALIS

1. Sveikatos priežiūrą ugdymo įstaigoje reglamentuoja teisės aktai:

1.1. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2007 m. rugpjūčio 1 d. įsakymas Nr. V-630 „Dėl visuomenės sveikatos priežiūros specialisto, vykdančio sveikatos priežiūrą mokykloje, kvalifikacinių reikalavimų aprašo patvirtinimo“ (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2017 m. gruodžio 20 d. įsakymo Nr. V-1473 redakcija);

1.2. Lietuvos higienos norma HN 75:2016 „Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ 2016 m. sausio 26 d. Nr. V-93 (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2022 m. balandžio 25 d. įsakymo Nr. V-818 redakcija).

1.3. Visuomenės sveikatos priežiūros organizavimo mokykloje tvarkos aprašas, patvirtintas Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2005 m. gruodžio 30 d. įsakymu Nr. V-1035/ISAK-2680 (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2021 m. balandžio 9 d. įsakymo Nr. V-775/V-528 redakcija);

2. Visuomenės sveikatos priežiūros organizavimo mokykloje tvarkos aprašo III skyriaus Visuomenės sveikatos priežiūros specialisto funkcijos, teisės ir pareigos 17.11 p. Įpareigoja visuomenės

sveikatos priežiūros specialistą (toliau –VSPS) teikti ir (ar) koordinuoti pirmosios pagalbos teikimą Mokykloje. Todėl kiekvienas mokykloje sveikatos priežiūrą vykdančias VSPS privalo mokėti teikti pirmąją (bet ne medicininę) pagalbą. VSPS neturi teisės atlikti asmens sveikatos priežiūrai priskirtų licencijuotų paslaugų (duoti vaistus, daryti injekcijas). Neturint būtinosios kvalifikacijos bei licencijos asmens sveikatos priežiūros paslaugų teikimui, tokie veiksmai yra neteisėti ir neleistini.

3. Lietuvos higienos normos HN75:2016 „Išmokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programų vykdymo bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ (2022 m. balandžio 25 d. įsakymo Nr. V-818 redakcija) I skyriaus 9 p. nurodyta, kad ugdymo įstaigos darbuotojai gali dirbti tik teisės akto nustatyta tvarka pasitikrinę sveikatą ir įgiję žinių higienos, o pedagoginiai darbuotojai ir pirmosios pagalbos teikimo klausimais bei turėti sveikatos žinių atestavimo pažymėjimus. Todėl pedagogai taip pat privalo mokėti teikti pirmąją pagalbą.

4. Pirmoji pagalba – tai paprasti veiksmai, siekiant turimomis priemonėmis išsaugoti nukentėjusiojo gyvybę ir sustabdyti sveikatą žalojančius veiksnius. Griežtai draudžiama vaikui susižalojus ar ūmiai sutrikus jo sveikatai, savo nuožiūra duoti vaistus.

5. Veiksmai, vaikui susižalojus arba ūmiai sutrikus jo sveikatai:

5.1. į įvykio vietą skubiai kviečiamas visuomenės sveikatos priežiūros specialistas (toliau – VSPS) arba susirgęs ar patyręs traumą vaikas nuvedamas į sveikatos priežiūros kabinetą;

5.2. tuo atveju, kai VSPS ugdymo įstaigoje įvykio metu nedirba, pirmąją pagalbą susirgusiam ar patyrusiam traumą vaikui privalo suteikti įvykio vietoje arba arčiausiai jos esantys pedagogai.

6. Suteikus pirmąją pagalbą ir įvertinus mokinio būklę, informuojami:

6.1. ugdymo įstaigos administracija (direktorius, direktoriaus pavaduotoja ugdymui);

6.2. nukentėjusiojo vaiko tėvai (globėjai).

7. Tuo atveju, kai tai būtina, (pranešus tėvams (globėjams) kviečiama GMP (bendruoju pagalbos telefonu 112).

8. Atvejai, kai būtina skambinti bendruoju pagalbos telefonu 112:

8.1. iškilus grėsmei gyvybei, sveikatai;

8.2. įtarus, kad bando nusižudyti;

8.3. aptikus sprogmenį;

8.4. smurto atveju;

8.5. kėsınamasi pagrobti, sugadinti ar sunaikinti turtą;

8.6. įvykus eismo įvykiui;

8.7. skęstant;

8.8. gaisro atveju.

9. Veiksmai paskambinus 112:

9.1. atsakyti į operatorius užduotus klausimus (operatorius paprašys apibūdinti situaciją);

9.2. operatorius operatyviai įvertins Jums iškilusią grėsmę bei nustatys, kokios skubios pagalbos

Jums reikia;

9.3. informaciją apie reikalingą skubią pagalbą nedelsdamas perduos atitinkamoms pagalbos tarnyboms, kurios vyks į nelaimės vietą;

9.4. esant būtinybei, operatorius sujungs Jus pokalbiui su greitosios medicinos pagalbos tarnybos dispečeriu.

10. Veiksmai kviečiant pagalbos tarnybas:

- 10.1. būtina apibūdinti vietą, į kurią turi atvykti pagalbos tarnybos;
- 10.2. nurodyti skambinančio asmens telefono numerį ir vardą, pavardę;
- 10.3. išsamiai apibūdinti situaciją (nurodyti kas įvyko);
- 10.4. nurodyti galimą nukentėjusiųjų skaičių ir amžių;
- 10.5. informuoti, ar nukentėjusieji sąmoningi, ar kvėpuoja;
- 10.6. nenutraukti pokalbio, kol jo nenutrauks operatorius.
- 11. GMP būtina kviesti šiais atvejais:
 - 11.1. nukentėjusysis nesąmoningas;
 - 11.2. nukentėjusysis sunkiai kvėpuoja, dūsta;
 - 11.3. nukentėjusysis jaučia diskomfortą, skausmą ar spaudimą krūtinėje, kuris trunka daugiau kaip 5 min. arba kartojasi;
 - 11.4. nukentėjusysis labai kraujuoja;
 - 11.5. nukentėjusysis vemia ar kosi krauju;
 - 11.6. nukentėjusysis jaučia nepraeinantį spaudimą ar skausmą pilve;
 - 11.7. esant traukuliams;
 - 11.8. nukentėjusysis skundžiasi stipriu galvos skausmu arba neaiškiai kalba;
 - 11.9. įtarus nukentėjusiojo apsinuodijimą;
 - 11.10. įtarus nukentėjusiojo galvos, kaklo ar nugaros sužeidimus;
 - 11.12. įtarus nukentėjusiojo kaulų lūžius.

II. BENDRIEJI PIRMOSIOS PAGALBOS TEIKIMO PRINCIPAI

- 12. Apžiūrėkite nelaimingo atsitikimo vietą ir įsitikinkite, kad Jūsų saugumui ir sveikatai pavojaus nėra, nustatykite nukentėjusiojo būklę.
- 13. Tuo atveju, kai situacija pavojinga Jūsų gyvybei, sveikatai (griūvantys, krentantys objektai, gaisras, nuodingos medžiagos, elektros srovė, nukentėjusysis agresyvus, ar galite užsikrėsti pavojinga liga) teikti pirmąją pagalbą draudžiama.
- 14. Imkitės priemonių pavojingai situacijai pakeisti (gesinkite gaisrą, išjunkite elektros srovę, naudokite apsaugos priemones ir t.t.) ir priklausomai nuo situacijos būtinai kvieskite pagalbą (darbuotojus, GMP, policiją, ugniagesius bendruoju pagalbos telefonu 112).
- 15. Pirmoji pagalbą teikite, apžiūrėjus nukentėjusįjį nuo galvos iki kojų, vadovaujantis rekomendacijomis:
 - 15.1. nepakenkite nukentėjusiajam;
 - 15.2. stebėkite nukentėjusiojo sąmonę ir kvėpavimą;
 - 15.3. padėkite nukentėjusiajam susirasti patogiausią kūno padėtį;
 - 15.4. įtarus, kad sužalotas stuburas, nukentėjusiojo nejudinkite ir neleiskite jam judėti, saugokite, kad jis neperšaltų ar neperkaistų;
 - 15.5. nuraminkite nukentėjusįjį;
 - 15.6. suteikite pagalbą nustatytų specifinių sužalojimų atveju (sutvarstykite žaizdas, įtvirtinkite lūžius ir kt.).
- 16. Nepabloginkite nukentėjusiojo būklės (pvz., netraukite jo iš sudaužyto transporto, jei įtariama, kad gali būti sužalotas jo stuburas).
- 17. Išneškite nukentėjusįjį iš pavojingos aplinkos, nutraukite žalingą veiksnio poveikį.

18. Pirmąją pagalbą teikite kuo skubiau. Stiprų kraujavimą stabdykite, pradinį gaivinimą atlikite tuojau pat, nelaimingo atsitikimo vietoje.

19. Jei nukentėjusysis sužalotas keliuose vietose ar keliais būdais, pirmąją pagalbą teikti pradėkite nuo to sužalojimo, kuris pavojingiausias gyvybei (pvz. stipraus kraujavimo stabdymo).

20. Jei yra keletas nukentėjusiųjų, pirmiausiai pagalbą teikite tiems, kurių gyvybei gresia didžiausias pavojus.

21. Pirmąją pagalbą teikti būtina visą laiką, kol atvyks greitoji medicinos pagalba (GMP).

22. Nepalikti nukentėjusiojo be priežiūros.

23. Užtikrinti GMP ir kitų tarnybų pasitikimą.

24. Nukentėjusiojo padėtį parinkite priklausomai nuo nukentėjusiojo sąmonės, pagrindinio sutrikimo, lemiančio nukentėjusiojo būklę.

25. Jei nukentėjusysis sąmoningas:

25.1. ištikus šokui, geriausia nukentėjusiojo padėtis - kojas pakelkite aukščiau širdies lygio (dėl sunkio jėgos iš jų į centrinę kraujotaką bei širdį patenka daugiau kraujo);

25.2. jei įtariate kojų kaulų lūžius, pirmiausia juos įtvirtinkite, po to galūnes šiek tiek pakelkite;

25.3. geriausia nukentėjusiojo padėtis, pasireiškus dusuliui, suteikti jam pusiau sėdimą padėtį;

25.4. jei ištiko galvos trauma, bet stuburas nepažeistas, nukentėjusiojo galvą šiek tiek pakelkite, kad pagerėtų veninio kraujo nutekėjimas iš galvos ir sumažėtų galvosūdis.

26. Skubus nukentėjusiojo transportavimas į gydymo įstaigą yra vienas svarbiausių pirmosios pagalbos veiksmy.

27. Transportavimas asmeniniu ar nepritaikytu transportu galimas tik tais atvejais, jei jis pablogina nukentėjusiojo būklės.

28. Transportuoti draudžiama, jei nukentėjusysis nesąmoningas, dėl patirtos traumos jį ištiko (ar gali ištikti) šokas, sutriko arba sustojo kvėpavimas, širdies veikla. Šiais atvejais transportuojama tik specialiuoju medicininiu transportu.

29. Visais atvejais geriausia transportuoti GMP.

III. PRADINIS GAIVINIMAS

30. Gyvybės grandinė – veiksmai, kuriuos eilės tvarka turi atlikti kiekvienas, esantis šalia sąmonės netekusio nukentėjusiojo. Tai efektyviausias būdas išgelbėti klinikinės mirties ištiko žmogaus gyvybę.

31. Gyvybės grandinę sudaro:

31.1. pagalbos kvietimas;

31.2. pradinis gaivinimas;

31.3. ankstyva defibriliacija (atlieka GMP medikai);

31.4. specializuotas gaivinimas (atlieka GMP medikai).

32. Gyvybės grandinė pradama visais atvejais, kai randamas nesąmoningas žmogus:

32.1. priėję prie nukentėjusiojo pajudinate jį ir garsiai paklausiate, kaip jis jaučiasi, kas atsitiko;

32.2. tuo atveju, kai žmogus nereaguoja į prisilietimą ir klausimą, pradama gyvybės grandinė;

33. Pradinį gaivinimą pradėkite kuo greičiau, nes klinikinės mirties metu nutrūksta organizmo kraujotaka. Organizmo audiniams pradeda trūkti deguonies. Jautriausios deguonies trūkumui yra smegenų ląstelės, kurios po 5 minučių žūva.

34. Pradinis gaivinimas atkuria gyvybiškai svarbių organų (širdies ir smegenų) kraujotaką ir šių organų ląstelės ilgiau išlieka gyvybingos.

35. Pradinis gaivinimas leidžia sulaukti specializuotos pagalbos ir didina tikimybę atkurti gyvybines organizmo funkcijas (kvėpavimą kraujotaką ir smegenų veiklą).

36. Pradinis gaivinimas – tai veiksmai, kurie palaiko organizmo kraujotaką. Reikia tik šalia esančiojo rankų, plaučių ir žinių.

37. Šiuolaikinis pradinis gaivinimas remiasi “ABC” principu (“A” – atviro kvėpavimo tako užtikrinimas, “B” – kvėpavimo vertinimas ir užtikrinimas, atliekant dirbtinius įpūtimus, “C” – kraujotakos (širdies veiklos) vertinimas ir užtikrinimas, atliekant krūtinės ląstos paspaudimus).

38. Pagrindiniai gyvybės požymiai yra: sąmonė (nustatoma nukentėjusįjį kalbinant), kvėpavimas (pagal kvėpavimo garsą arba krūtinės ląstos judesius) ir kraujotaka (nustatoma tikrinant širdies veiklą, čiupiant miego arteriją), todėl jie turi būti vertinami pirmiausiai nustatant nukentėjusiojo būklę.

39. Sąmonė – greičiausias ABC principo taikymo būtinumo ir būklės sunkumo nustatymo kriterijus.

40. Jei nukentėjusysis sąmoningas:

40.1. jį nuraminkite;

40.2. stenkitės jo nejudinti, nebent Jums aplinka yra pavojinga;

40.3. apžiūrėkite ir apčiupinėkite nukentėjusįjį nuo galvos iki kojų;

40.4. teikite reikiamą pagalbą;

40.5. kvieskite GMP.

41. Jei nukentėjusysis nesąmoningas:

41.1. kvieskite GMP;

41.2. pradėkite pradinio gaivinimo veiksmus, vadovaujantis ABC principu (“A” – atviro kvėpavimo tako užtikrinimas, “B” – kvėpavimo vertinimas ir užtikrinimas, atliekant dirbtinius įpūtimus, “C” – kraujotakos (širdies veiklos) vertinimas ir užtikrinimas, atliekant krūtinės ląstos paspaudimus;

42. Kvėpavimo („A“) atvėrimas:

42.1. paguldykite nukentėjusįjį ant nugaros ant kieto ir lygaus pagrindo;

42.2. kvėpavimo takai atveriami pakeliant apatinį žandikaulį ir atlošiant galvą (pirštais pakelkite smakrą, kitos rankos delnu uždėtu ant kaktos, atloškite galvą, atlošę galvą ir pakėlę apatinį žandikaulį atkelsite liežuvio šaknį bei antgerklį nuo užpakalinės ryklės sienelės);

42.3. galvos atlošimas netaikomas, įtariant kaklinės stuburo dalies traumą, šiuo atveju patraukite apatinį žandikaulį.

43. Kvėpavimo užtikrinimas („B“) atliekamas darant įpūtimus („burna į burną“):

43.1. užspauskite nosies šnerves;

43.2. glaudžiai apžiokite nukentėjusiojo burną (jei šalia turite, galite naudoti vienkartinės gaivinimo kaukes, siekiant apsaugoti nuo infekcijų), įpūskite 2 kartus;

43.3. įpūtimai turi trukti po 1 sekundę, būti negilūs, vienodi;

43.4. kiekvieno įpūtimo metu stebėkite, ar kilnojasi krūtinės ląsta;

43.5. jei įpūtimo metu krūtinės ląsta nesikelia, bandoma iš naujo atverti kvėpavimo takus ir atlikti antrą įpūtimą;

43.6. tarp įpūtimų leiskite orui išeiti iš plaučių.

44. Kraujotakos užtikrinimas („C“) atliekamas darant krūtinės ląstos paspaudimus:

44.1. spauskite krūtinkaulį delno pagrindu (uždėkite ranką ant rankos) taip, kad jis pasispaustų 4-5 cm stuburo link;

44.2. po kiekvieno paspaudimo leiskite krūtinkauliui grįžti į pradinę padėtį;

44.3. rankų neatitraukite nuo krūtinės ląstos;

44.4. stebėkite, kad rankos būtų statmenai nukentėjusiojo krūtinės ląstai;

44.5. rankų nelenkite per alkūnės sąnarius;

44.6. krūtinės ląstą spauskite 100 paspaudimų per minutę dažniu;

44.7. įpūtimų ir paspaudimų santykis - 2 įpūtimai / 30 krūtinės ląstos paspaudimų.

IV. PIRMOJI PAGALBA KRAUJUOJANT

45. Kraujavimas labai pavojingas žmogaus gyvybei, nes nukraujavus gali sutrikti gyvybiškai svarbių organų veikla, gali ištikti šokas, netekęs daug kraujo, žmogus gali mirti. Todėl kraujavimą reikia kuo skubiau stabdyti.

46. Kraujavimas gali būti išorinis (kai pažeistas odos vientisumas ir kraujuoja iš akimi matomos žaizdos) ir vidinis (tai nematomas kraujavimas į vidines kūno dalis - krūtinės, pilvo ertmės, tarp raumenų).

47. Įtarti vidinį kraujavimą reikėtų esant šiems požymiams:

47.1. nerimas;

47.2. silpnumas;

47.3. troškulys;

47.4. krečia drebulys, pila šaltas prakaitas;

47.5. žmogus išblykšta;

47.6. kvėpavimas dažnas, paviršutinis;

47.7. pulsas dažnas, silpnas;

47.8. žmogus gali prarasti sąmonę, kristi.

48. Įtarus vidinį kraujavimą, nukentėjusiajam suteikite patogią kūno padėtį, dėkite šalčio kompresus, kuo greičiau organizuokite gabenimą į gydymo įstaigą.

49. Esant išoriniam kraujavimui:

49.1. užsimaukite pirštines arba panaudokite kitą skysčiui nelaidžią medžiagą;

49.2. nuvilkite nukentėjusiajam drabužius arba juos apkirpkite, kad matytųsi kraujuojanti vieta;

49.3. kraujuojančią vietą užspauskite tvarščiu (jeigu sterilaus tvarščio nėra, galima panaudoti švarų audinį (nosinę, skarelę arba užspausti rankomis, nukentėjusysis gali pats, savo rankomis, užspausti kraujuojančią žaizdą);

49.4. sutvarstykite;

49.5. jeigu kraujavimo sustabdyti nepavyksta (krauju permirkusių tvarščių nuimti negalima), ant viršaus dėkite spaudžiamąjį tvarstį (pvz.: standžiai susuktą audinio ritinėlį);

49.6. kaip pagalbinę kraujavimo stabdymo priemonę galima naudoti galūnės pakėlimą arba maksimalų sulenkimą;

- 49.7. varžtu stabdyti kraujavimo nerekomenduojama;
- 49.8. kraujuojant galvos srityje nukentėjusiojo neguldykite;
- 49.9. kraujuojant iš nosies, nukentėjusįjį reikia nuraminti, pasodinti, papašyti palenkti galvą į priekį, užspausti nosies sparnelius, ant nosies kaulinės dalies ir kaktos dėti šalčio kompresus.

V. PIRMOJI PAGALBA NETEKUS SĄMONĖS

- 50. Jei nėra galvos ar stuburo traumos požymių, kvėpuojantį, bet nesąmoningą nukentėjusįjį paguldykite į stabilią šoninę padėtį. Ji palaiko atvirus kvėpavimo takus:
 - 50.1. priklaupkite šalia nukentėjusiojo ir ištieskite jo kojas;
 - 50.2. arčiau esančią ranką sulenkite per peties ir alkūnės sąnarius stačiais kampais;
 - 50.3. delną atverskite aukštyn;
 - 50.4. kitą ranką permeskite per krūtinės ląstą, prie skruosto;
 - 50.5. sulenkite toliau nuo savęs esančią koją stačiu kampu per klubo ir kelio sąnarius;
 - 50.6. uždėkite rankas ant tolesnių peties bei klubo arba kelio sąnarių ir vienodai paverskite ant šono;
 - 50.7. viršutinės rankos delną pakiškite po apatiniu žandu;
 - 50.8. viršutinę koją sulenkite stačiu kampu;
 - 50.9. atloškite galvą, taip užtikrindami atvirus kvėpavimo takus;
 - 50.10. po skruostu pakišus delną galva turi būti stabili;
 - 50.11. pakartotinai vertinkite gyvybines organizmo funkcijas.
- 51. Įtarti galvos smegenų traumą galime kai, atsiranda sąmonės sutrikimas. Netekęs sąmonės žmogus nesugeba reaguoti į išorinius dirgiklius.
 - 52. Patyrus galvos smegenų traumą, netekus sąmonės gali:
 - 52.1. užkristi liežuvio šaknis;
 - 52.2. išnykti kosulio ar rijimo refleksai;
 - 52.3. sustoti kvėpavimas;
 - 52.4. žmogus gali užspringti krauju, skrandžio turiniu, gali uždusti.
 - 53. Galvos smegenų traumas požymiai:
 - 53.1. kraujavimas iš nosies, burnos, ausies;
 - 53.2. gelsvo ar kraujingo skysčio tekėjimas iš ausų;
 - 53.3. nosies ar galvos žaizdos;
 - 53.4. mėlynės aplink akis, už ausų;
 - 53.5. galvos ar veido asimetrija, deformacija;
 - 53.6. stiprūs galvos skausmai;
 - 53.7. vietinis galvos audinių patinimas;
 - 53.8. sunkėjanti sąmonės būklė arba visiškas jos netekimas;
 - 53.9. vienos akies vyzdžio išsiplėtimas;
 - 53.10. vienos pusės rankos ir kojos silpnumas ar paralyžius.
 - 54. Pirmoji pagalba galvos smegenų traumas atveju:
 - 54.1. jei nukentėjusysis sąmoningas, nuraminkite ir suteikite jam patogią kūno padėtį;
 - 54.2. kvieskite GMP;
 - 54.3. sekite nukentėjusiojo sąmonę, kvėpavimą ir kraujotaką;
 - 54.4. jei yra atvira žaizda, uždėkite spaudžiamąjį tvarstį;

- 54.5. jei sąmonės netekimas buvo trumpalaikis, nepalikite nukentėjusiojo, sekite jo būklę;
- 54.6. jei nukentėjusysis nesąmoningas, atverkite kvėpavimo takus, pakelkite apatinį žandikaulį, įvertinkite kvėpavimą, pasirenkite prareikus daryti įpūtimus ir krūtinės ląstos paspaudimus.
55. Stuburo traumos požymiai:
- 55.1. skausmas kaklo ar nugaros srityje;
- 55.2. iškrypimas ar išsigaubimas nuo normalios stuburo ašies;
- 55.3. patinimas pažeidimo vietoje;
56. Kai patyrus stuburo traumą yra pažeistos nugaros smegenys:
- 56.1. išnykusi judesių kontrolė galūnėse žemiau pažeidimo;
- 56.2. išnykę ar nenormalūs jautimai (deginimas, dilgčiojimas), galūnė nejudri, sunki ar suglebusi;
- 56.3. išnykusi šlapinimosi ir tuštinimosi kontrolė;
- 56.4. sunku kvėpuoti.
57. Pirmoji pagalba stuburo traumos atveju (esant sąmonei):
- 57.1. nukentėjusiajam neleiskite judėti;
- 57.2. kvieskite GMP;
- 57.3. paprašykite šalia esančiųjų iš rūbų padaryti volelius ir jais fiksuoti galvą neutralioje pozicijoje;
- 57.4. sekite pagrindines gyvybines funkcijas (sąmonę, kvėpavimą, širdies veiklą).
58. Jeigu nukentėjusysis nesąmoningas, sustojo kvėpavimas ir širdies veikla, pradėkite gaivinti. Pagal galimybes reikia stenkitės apsaugoti stuburą nuo judesių. Tačiau tai neturi trukdyti gaivinimui.

VI. PIRMOJI PAGALBA ESANT TRAUKULIAMS

59. Traukuliai – tai nevalingi, nekontroliuojami, pasikartojantys raumenų susitraukimai. Gali būti didieji (išplitę visame kūne) ir mažieji.
60. Atsiranda, jei sergama epilepsija, yra galvos smegenų auglys, įvykus galvos traumai, apsinuodijus įvairiomis cheminėmis medžiagomis. Vaikams gali atsirasti labai stipriai karščiuojant.
61. Paprastai traukuliai prasideda netekus sąmonės ar jos netenkant. Dažniausiai traukuliai išstinka esant epilepsijos priepuoliui.
62. Epilepsijos priepuolio požymiai:
- 62.1. staigus riktėlėjimas;
- 62.2. sustingimas;
- 62.3. sąmonės sutrikimas;
- 62.4. akių žvilgsnis į viršų ar į šoną;
- 62.5. ritmiški raumenų traukuliai;
- 62.6. veido pamėlynavimas;
- 62.7. kramtomieji judesiai;
- 62.8. nevalingas šlapinimasis;
- 62.9. triukšmingas kvėpavimas;
- 62.10. putos iš burnos.
63. Tuo atveju, kai prasidėjus epilepsijos priepuoliui žmogus krenta, pasistenkite, kad kristų saugiai:

- 63.1. prilaikykite galvą kritimo metu;
- 63.2. atlaisvinkite drabužius;
- 63.3. padėkite ką nors po galva.
- 64. Pasibaigus traukuliams atverkite kvėpavimo takus ir patikrinkite kvėpavimą.
- 65. Esant poreikiui darykite įpūtimus ir krūtinės ląstos paspaudimus.
- 66. Jei nukentėjusysis kvėpuoja, jį reikia paguldyti į stabilią šoninę padėtį ir sekti jo gyvybines funkcijas.
- 67. Kvieskite GMP.
- 68. Epilepsijos priepuolio atveju negalima:
 - 68.1. tarp dantų dėti bet kokių kietų daiktų;
 - 68.2. slopinti traukulių fizine jėga, užspausti nukentėjusįjį;
 - 68.3. vežti į ligoninę priepuolio metu (palaukite kol jis pasibaigs).

VII. PIRMOJI PAGALBA UŽSPRINGUS

- 69. Žmogus užspringsta, kai svetimkūnis (maistas, smulkios žaislų dalys) užkemša kvėpavimo takus siauriausioje jų dalyje – balso klostėse. Gali būti visiškas ir dalinis užspringimas.
 - 70. Dalinio užspringimo požymiai:
 - 70.1. žmogus išlieka sąmoningas;
 - 70.2. žmogus gali kosėti ir kalbėti.
 - 71. Visiško užspringimo požymiai:
 - 71.1. nukentėjusysis negali kalbėti;
 - 71.2. nukentėjusysis rodo visų suprantamą užspringimo ženklą (griebiasi už kaklo);
 - 71.3. nukentėjusysis negali kalbėti paklaustas;
 - 71.4. nukentėjusiojo kosulys silpnas, neefektyvus;
 - 71.5. nukentėjusiajam kvėpuojant atsirado švilpesys;
 - 71.6. nukentėjusiojo žmogaus kvėpavimo nepakankamumas sunkėja;
 - 71.7. nukentėjusysis pradeda mėlti;
 - 71.8. nukentėjusysis netenka sąmonės.
 - 72. Pirmoji pagalba esant daliniam užspringimui:
 - 72.1. stebėti užspringusįjį;
 - 72.2. nepalikti nukentėjusiojo vieno;
 - 72.3. jeigu nukentėjusysis kosti, netrukdyti jam (kosulys yra geriausias svetimkūnio pašalinimo iš kvėpavimo takų būdas);
 - 72.4. netrankyti į nukentėjusiojo tarpumentę;
 - 72.5. netaikyti Heimlich'o metodo;
 - 72.6. užspringimui užtrukus, kviesti GMP.
 - 73. Pirmoji pagalba visiško užspringimo atveju:
 - 73.1. 5 kartus suduoti į tarpumentę;
 - 73.2. jei nukentėjusysis vis tiek išlieka užspringęs, pasinaudoti Heimlich'o metodu (atsistoti ar atsiklaupyti užspringusiajam už nugaros, apkabinti jį, rankas dėti po nukentėjusiojo pažastimis, dėti vienos rankos kumštį po krūtinkauliu, kita ranka apglėbti kumštį ir staigiu trumpu judesiu (gilyn ir į viršų) spustelti 5 kartus;
 - 73.3. šiuos veiksmus atlikinėti pakaitomis tol, kol žmogus atsprints arba neteks sąmonės.

73.4. Nukentėjusiajam netekus sąmonės, pradėti gaivinti.

VIII. PIRMOJI PAGALBA SUSIŽEIDUS

74. Žaizda – tai audinių vientisumo pažeidimas, kuriam būdingas skausmas, kraujavimas ir žiojėjimas.

75. Žaizdos pavojingumas pasiteiškia tuo, kad:

75.1. per žaizdą į audinius gali patekti infekcija;

75.2. per žaizdą galima nukraujuoti;

75.3. dėl žaizdos gali sutrikti kūno dalies ar organo funkcija;

75.4. gali ištikti šokas;

75.5. sužeistasis gali mirti ar likti neįgalus.

75.6. Žaizda tuo pavojingesnė, kuo ji yra arčiau gyvybiškai svarbių organų ar kuo stambesnė kraujagyslė ar nervas yra pažeisti.

75.7. Žaizdos gali būti įvairios (pjautinės, plėštinės, šautinės ir pan.). Bet kokią žaizdą būtina atidžiai apžiūrėti, sustabdyti kraujavimą sutvarstyti.

76. Žaizdų tvarstymas – tai pirmosios pagalbos būdas, naudojant įvairią tvarsliaivą (bintą, sterilius ir nesterilius tvarščius, pleistrą, tvarstomąsias skareles ir parankines priemones), uždengiama žaizda.

77. Žaizdų tvarstymo tikslas:

77.1. apsaugoti žaizdą nuo aplinkos užkrato;

77.2. sustabdyti kraujavimą;

77.3. sumažinti skausmą;

77.4. sugerti išsiskiriantį kraują ar skystį.

78. Žaizdų tvarstymo pagrindai:

78.1. tvarstyti pradėkite nuo tvarščio galo;

78.2. tvarščio plotį parinkite atsižvelgiant į žaizdą;

78.3. tvarstykite nuo plonesnės kūno dalies link storesnės;

78.4. tvarstis turi lygiai priglusti prie kūno;

78.5. tvarstykite nestipriai, kad nespaustų kraujagyslių ir nervų;

78.6. neriškite mazgo ties žaizda;

78.7. patikrinkite ar nesutriko kraujotaka.

79. Žaizdų tvarstymo būdai:

79.1. žiedinis būdas (tinka tvarstant ranką, koją, kaktą, kaklą);

79.2. spiralinis būdas (tinka tvarstant lygias kūno dalis: pirštus, žastą, krūtinę, pilvą);

79.3. spiralinis bėgamasis su perlenkimais (toks būdas tinka pailgoms nevienodo dydžio dalims tvarstyti);

79.4. kryžminis aštuoniukės formos būdas (tvarstomi sąnariai);

79.5. tvarstymas skarelėmis (tinka tvarščiu fiksuoti, galūnei įtvirtinti);

79.6. sterilios karelės gali būti naudojamos kaip tvarstis žaizdai uždengti.

80. Sutvarščius žaizdą, jeigu reikia, kvieskite GMP arba vežkite į gydymo įstaigą.

IX. PIRMOJI PAGALBA NUDEGUS

81. Nudegimai skirstomi pagal juos sukėlusią priežastį, gylį, vietą ir sunkumą.
82. Nudegimai pagal juos sukėlusią priežastį klasifikuojami: terminis, elektrinis, cheminis, radiacinis veiksnys.
83. Nudegimai pagal jų gylį klasifikuojami: paviršinis, vidutinio gylio, gilusis.
84. Nudegimai pagal juos sukėlusią priežastį gali būti:
 - 84.1. dėl temperatūros poveikio (ugnies, įkaitusių daiktų dalių, karštų skysčių, garų ir pan.);
 - 84.2. dėl ultravioletinių, jonizuojančių spindulių;
 - 84.3. elektros srovės;
 - 84.4. cheminių medžiagų.
85. Kritinių nudegimų požymiai:
 - 85.1. gilūs nudegimai apimantys plaštakas, pėdas, veidą, viršutinius kvėpavimo takus ir lytinius organus;
 - 85.2. gilūs nudegimai apimantys daugiau kaip 10% kūno paviršiaus;
 - 85.3. vidutinio gylio nudegimai apimantys daugiau kaip 30 % kūno paviršiaus;
 - 85.4. nudegimai susiję su kvėpavimo takų nudegimu.
86. Vidutinio sunkumo nudegimų požymiai:
 - 86.1. gilūs nudegimai apimantys nuo 2 % iki 10 % kūno paviršiaus ploto;
 - 86.2. vidutinio gylio nudegimai apimantys nuo 15% iki 30 % kūno paviršiaus ploto;
 - 86.3. paviršiniai nudegimai, apimantys daugiau kaip 50 % kūno paviršiaus ploto.
87. Lengvų nudegimų požymiai:
 - 87.1. gilūs nudegimai apimantys mažiau kaip 2 % kūno paviršiaus ploto;
 - 87.2. vidutinio gylio nudegimai, apimantys mažiau kaip 15 % kūno paviršiaus ploto;
 - 87.3. paviršiniai nudegimai, apimantys mažiau kaip 50 % kūno paviršiaus ploto.
88. Pirmoji pagalba esant terminiam nudegimui:
 - 88.1. nutraukite žalojantį aukštos temperatūros poveikį;
 - 88.2. vėsinkite nukentėjusįjį kambario temperatūros vandeniui mažiausiai 10-30 min.;
 - 88.3. vėsinimo metu numaukite apyranke, žiedus ir kt. daiktus, kurie, prasidėjus audinių tinimui, galėtų spausti nudegusią vietą;
 - 88.4. vėsinant nukentėjusįjį vertinkite jo būklę ir teikite pagalbą, vadovaujantis ABC principu;
 - 88.5. stebėkite ar neatsiranda šoko požymių;
 - 88.6. nuvilkite visus karštus, smilkstančius drabužius, jeigu prilipę – apkirpkite juos;
 - 88.7. aptvarstykite visą nudegimo plotą sausais tvarsčiais (nedėkite tvarsčių ant apdegusio veido);
 - 88.8. jeigu nudegusi galūnė, įtvirtinkite ją;
 - 88.9. suteikite nukentėjusiajam patogią padėtį;
 - 88.10. laukiant GMP, stebėkite nukentėjusiojo būklę.
89. Pirmoji pagalba esant cheminiam nudegimui:
 - 89.1. skubiai nusauskite skysta chemine medžiaga paveiktą vietą arba nubraukite sausas chemines medžiagas nuo kūno paviršiaus (saugokite savo rankas, užsimaukite pirštines arba panaudokite kitą skysčiui nelaidžią medžiagą);
 - 89.2. gausiai plaukite nudegusią vietą vandeniui (geriausia tekančiu);
 - 89.3. apnuoginkite nudegusią vietą, uždenkite steriliu tvarsčiu, sutvarstykite;

89.4. skubiai organizuokite nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

90. Veiksmai paveikus elektros srovėi:

90.1. prisilietus prie įtampą turinčių įrenginių, prasideda savaiminis mėšlungiškas raumenų susitraukimas;

90.2. jei nukentėjusysis laiko laidą rankose, pirštai gali jį taip stipriai suspausti, kad bus neįmanoma jo išlaisvinti;

90.3. jei nukentėjusysis asmuo liečia įrenginį, kuriuo teka elektros srovė, pirmiausia reikia skubiai jį išlaisvinti;

90.4. reikia atsiminti, kad negalima liesti srovės veikiamo žmogaus, nenaudojant būtinų atsargumo priemonių (**Tai pavojinga gyvybei! Būtina nedelsiant išjungti įrenginį**);

90.5. jei nukentėjusysis asmuo yra aukštai, įrenginį išjungus ir jį išlaisvinus nuo elektros srovės, jis gali nukristi, todėl reikia imtis priemonių, užtikrinančių, kad nukentėjusysis krisdamas dar labiau nesusižalotų;

90.6. išjungus įrenginį, kartu gali būti išjungtas ir elektros apšvietimas, todėl reikia pasirūpinti apšvietimu iš kitų šaltinių.

90.7. jeigu įrenginio išjungti negalima, reikia imtis priemonių atskirti nukentėjusįjį nuo jo liečiamų dalių, kuriomis teka elektros srovė.

90.8. Nutraukus elektros srovės poveikį:

90.8.1. skubiai įvertinkite sąmonę, kvėpavimą ir kraujotaką;

90.8.2. palaikykite kvėpavimo takus atvirus;

90.8.3. jeigu reikia, gaivinkite;

90.8.4. vėsinkite nudegusią vietą;

90.8.5. nuvilkite (apkirpkite) apdegusius drabužius, numaukite apyrankes, žiedus ir kt. daiktus, kurie, prasidėjus audinių tinimui, galėtų spausti nudegusią vietą;

90.8.6. tolesni veiksmai – kaip patyrus terminį nudegimą.

91. Teikiant pirmąją pagalbą nudegus, draudžiama:

91.1. plėšti drabužius nuo nudegusios vietos, jei jie prilipę (tokiu atveju, sterilų tvarstį dėkite ant jų);

91.2. pradurti pūsles;

91.3. dėti ledą ant nudegusios vietos;

91.4. tvarstyti veido.

92. Nudegus akis gausiai plaukite tekančiu vandeniu 15–20 minučių.

X. PIRMOJI PAGALBA PERKAITUS, IŠTIKUS SAULĖ SMŪGIUI

93. Perkaitimas – tai būklė, kai sutrinka kūno temperatūros reguliacijos mechanizmas.

94. Žmogus perkaista dėl aukštos aplinkos oro temperatūros, mažo oro srauto judėjimo, kai ilgai būna nevedinamoje patalpoje, daug ir sunkiai dirba arba sportuoja karštoje aplinkoje, karštą dieną aktyviai juda ir mažai geria vandens.

95. Aukštos temperatūros poveikis gali būti trejopas:

95.1. šiluminiai traukuliai: (apatinių galūnių, nugaros, pilvo traukuliai ir didelis prakaitavimas);

95.2. šiluminis išsekimas (galvos skausmas, silpnumas, svaigulys, pykinimas, spazmai, euforija, nerimas ar apatija, mieguistumas, odos blyškumas, šalta ir drėgna oda);

95.3. šiluminis smūgis (galvos skausmas, svaigimas silpnumas, svaigulys, pykinimas, gali būti vėmimas, paraudusi sausa ir karšta oda, nukentėjusysis nebeprakaituoja, dažnas ir stiprus pulsas, aukštesnė kaip 40 ° temperatūra, trinka sąmonė).

96. Pirmoji pagalba esant šiluminiam išsekimui:

- 96.1. nuneškite nukentėjusį į vėsią vietą;
- 96.2. atpalaiduokite arba nuvilkite drabužius, nuaukite batus;
- 96.3. suvilkykite kūną vėsiu vandeniu, vėdinkite;
- 96.4. duokite gerti pasūdyto vandens;
- 96.5. pakelkite kojas aukščiau širdies lygio;
- 96.6. kvieskite GMP, stebėkite nukentėjusį.

97. Pirmoji pagalba esant šiluminiam smūgiui:

- 97.1. nuneškite nukentėjusį į vėsią vietą;
- 97.2. skubiai kvieskite GMP;
- 97.3. atlaisvinkite arba nuvilkite drabužius;
- 97.4. esant galimybei, suvyniokite į šaltą, drėgną paklodę, aktyviai vėdinkite;
- 97.5. masažuokite galūnes ir odą;
- 97.6. pakelkite kojas aukščiau širdies lygio;
- 97.7. jeigu sąmoningas, duokite lėtai išgerti bent stiklinę vandens.

98. Saulės smūgis – tai galvos smegenų pažeidimas dėl tiesioginio saulės spindulių poveikio galvai. Saulės spinduliams tiesiogiai krintant ant nepridengtos galvos, dirginami galvos smegenų dangalai, pakyla galvos smegenų temperatūra, todėl sutrinka smegenų funkcija. Žmogus net gali mirti nuo smegenų paburkimo.

99. Saulės smūgio požymiai:

- 99.1. galvos skausmas;
- 99.2. spengimas ausyse;
- 99.3. mirgėjimas akyse;
- 99.4. padažnėjęs kvėpavimas ir pulsas;
- 99.5. pykinimas ar vėmimas;
- 99.6. apatija;
- 99.7. išbalusi oda;
- 99.8. pila šaltas prakaitas;
- 99.9. bendras silpnumas;
- 99.10. aukšta kūno temperatūra;
- 99.11. sąmonės pritemimas ir net netekimas.

100. Pirmoji pagalba saulės smūgio atveju (jei nukentėjusysis sąmoningas):

- 100.1. nuveskite nukentėjusį į pavėsį;
- 100.2. paguldykite arba pasodinkite nukentėjusį;
- 100.3. atlaisvinkite nukentėjusiojo drabužius;
- 100.4. nukentėjusiojo veidą apipurškite vėsiu vandeniu;
- 100.5. ant nukentėjusiojo galvos uždėkite šaltą kompresą;
- 100.6. nukentėjusiajam duokite atsigerti vandens.

101. Pirmoji pagalba saulės smūgio atveju (jei nukentėjusysis nesąmoningas):

- 101.1. paguldykite nukentėjusį į stabilią šoninę padėtį;
- 101.2. vėdinkite nukentėjusį;

101.3. kuo skubiau organizuokite nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

XI. PIRMOJI PAGALBA NUŠALUS

102. Nušalimai priklauso nuo aplinkos temperatūros, drėgmės, vėjo stiprumo, laiko, kurį žmogus praleidžia toje aplinkoje.

103. Lokalūs šalčio sukelti pažeidimai skirstomi į:

103.1. nuožvarbą (galima pažinti iš pažeistoje vietoje esančios patinusios, raudonos, jautrios ir niežtinčios odos);

103.2. “apkasų pėdą” (jai būdinga tai, kad pažeistų pėdų dalys būna šaltos ir beskausmės, kartais sustingusios, gali atsirasti deginantis skausmas, vėliau oda išblykšta, ant jos atsiranda melsvų dėmių, gali atsirasti pūslių);

103.3. nušalimą (bet kurios kūno dalies jautrumo netekimą, staigų pabalimą, vėliau paraudimą, pūslių atsiradimą, tinimą, pažeistų vietų nejautrumą skausmui).

104. Pirmoji pagalba nužvarbų atveju:

104.1. palaikykite pažeistą vietą prie savo kūno kelias minutes, kad apšiltų;

104.2. šildykite pažeistą kūno dalį stipriai spaudžiant rankomis arba glaudžiant prie savo kūno;

104.3. netrinkite ir nemasažuokite, o spaudykite, maigykite.

105. Pirmoji pagalba pėdų nušalimo atveju:

105.1. nuvilkite spaudžiančius drabužius, nuaukite batus, nuimkite papuošalus bei kitus spaudžiančius dalykus;

105.2. šildykite pažeistas kūno dalis rankomis;

105.3. jei yra galimybė pervilkite sausais laisvais drabužiais, apklokite šiltais apklotais;

105.4. kuo greičiau organizuokite gabenimą į gydymo įstaigą.

106. Pirmoji pagalba nušalimo atveju:

106.1. šildykite pažeistas kūno dalis rankomis;

106.2. ant veido ausų ir nosies uždėkite rankas paties nukentėjusiojo;

106.3. jei nušalo rankos, atsekite megztinį ir nukentėjusiojo rankas priglauskite prie kūno, po to užsekite, kad neprarastų kūno šilumos;

106.4. atlaisvinkite arba nuvilkite veržiančius drabužius;

106.5. apklokite, masažuokite, mankštinkite;

106.6. galima pamerkti nušalusią kūno dalį į 38–40 laipsnių vandenį;

106.7. pakelkite pažeistas kūno dalis, kad sumažėtų tinimas;

106.8. organizuokite nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

XII. PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS ŠOKUI

107. Šokas – gyvybei pavojinga būklė, atsirandanti, sutrikus kraujotakai.

108. Šokas gali būti:

108.1. sukeltas širdies ligų;

108.2. dėl nepakankamo kraujo tūrio;

108.3. sukeltas infekcijos;

108.4. anafilaksinis (dėl alerginės reakcijos);

108.5. sukeltas nervų sistemos pažeidimo.

109. Dažniausia šoko priežastis – didelis kraujo netekimas. Jei netenkama daugiau kaip 1,2 l (tai daugiau nei vienas penktadalis), išstinka šokas.

110. Kitos šoko priežastys:

110.1. sunki infekcija;

110.2. tam tikrų hormonų trūkumas;

110.3. mažas gliukozės kiekis kraujyje (hipoglikemija);

110.4. sušalimas;

110.5. sunki alerginė reakcija;

110.6. vaistų perdozavimas;

110.7. nugaros smegenų pažeidimas.

111. Šoko požymiai:

111.1. pradžioje – greitas pulsas, pilkšva, šalta oda, prakaitavimas;

111.2. šokui pasunkėjus – melsvai pilka oda, silpnumas ir galvos svaigimas, pykinimas, gali būti ir vėmimas, troškulys, dažnas ir paviršinis kvėpavimas, siūlinis silpnas pulsas;

111.3. sumažėjus smegenų aprūpinimui deguonimi, pasireiškia – neramumas ir agresyvumas, žiovulys ir žiopčiojimas (“oro gaudymas”), sąmonės netekimas, galiausiai išnyksta širdies veikla.

112. Pirmoji pagalba ištikus šokui:

112.1. būtinai šalinkite galimą šoko priežastį (pvz., stabdykite kraujavimą);

112.2. paguldykite nukentėjusį ant antklodės;

112.3. nuraminkite nukentėjusį;

112.4. jei nukentėjusysis nepatyrė traumos, pakelkite ir palaikyti jo kojas, kad pagerėtų gyvybei svarbių organų aprūpinimas krauju;

112.5. jei įtariamas lūžimas, įtvirtinkite;

112.6. apklokite nukentėjusiojo kūną ir kojas;

112.7. kvieskite GMP;

112.8. jei nukentėjusysis vemia, ar jam teka seilės, pasukite galvą į šoną;

112.9. sekite pagrindines gyvybines funkcijas (sąmonę, kvėpavimą, širdies veiklą).

113. Anafilaksinis šokas – tai sunki alerginė reakcija, sutrikdanti viso organizmo veiklą.

114. Anafilaksinio šoko priežastiniai veiksniai:

114.1. tam tikros medžiagos kontaktas su oda, ar patekus į kvėpavimo takus;

114.2. specifinio vaisto injekcija;

114.3. vabzdžio įkandimas;

114.4. maistas (žemės riešutai, citrusiniai, šokoladas).

115. Anafilaksinio šoko požymiai (pagal sistemas):

115.1. kraujospūdžio kritimas, greitas širdies plakimas (širdies ir kraujagyslių sistema);

115.2. ryškus dusulys (kvėpavimo sistema);

115.3. bėrimas, veido, vokų, liežuvio patinimas (oda, gleivinės);

115.4. pilvo skausmai, viduriavimas, vėmimas (virškinimo sistema);

115.5. nerimas.

116. Pirmieji požymiai gali atsirasti po kelių sekundžių ar minučių, bet gali ir po 2 valandų.

117. Pirmoji pagalba ištikus anafilaksiniam šokui:

117.1. kvieskite GMP;

- 117.2. paklauskite ar nukentėjusysis turi reikiamus vaistus, jei turi, padėkite jais pasinaudoti;
- 117.3. jei žmogus sąmoningas, suteikite jam patogią padėtį, jeigu dūsta – pasodinkite, jei jaučia silpnumą, svaigsta galva – paguldykite ir pakelkite kojas;
- 117.4. nuraminkite nukentėjusįjį;
- 117.5. atpažinę šoką teikite nukentėjusiajam pagalbą.

XIII. PIRMOJI PAGALBA LŪŽUS KAULAMS

- 118. Kaulo lūžis – kaulo vientisumo suardymas.
- 119. Kaulo lūžio požymiai:
 - 119.1. lūžio vietoje gali būti patinimas, kraujosruvos;
 - 119.2. galūnės deformacija;
 - 119.3. skausmas, galūnės judrumas neįprastoje vietoje;
 - 119.4. galūnė gali būti sutrumpėjusi ar neįprastai pakreipta, persukta, sulenkta;
 - 119.5. lūžio vietoje jaučiamas ar girdimas traškėjimas;
 - 119.6. sutrikusi pažeistos galūnės funkcija;
 - 119.7. dėl kai kurių lūžių (šlaunikaulio, dubens kaulų) gali ištikti šokas.
- 120. Pirmoji pagalba kaulo lūžio atveju:
 - 120.1. perspėkite nukentėjusįjį, kad nejudintų pažeistos kūno dalies;
 - 120.2. prilaikykite nukentėjusiojo sužalotą vietą savo rankomis;
 - 120.3. įtvirtinkite pažeistą vietą taip, kad sąnariai aukščiau ir žemiau pažeidimo vietos nejudėtų;
 - 120.4. naudokite turimas priemones – standžius, kietus ir siaurus įtvarus (lenteles, surištas medžių šakeles, kartoną, standžiai susuktus laikraščius ir žurnalus);
 - 120.5. įtvarą pritvirtinkite prie sužeistos kūno dalies tvarsčiu ar skarele;
 - 120.6. pažeistą galūnę pritvirtinkite prie šalia esančios sveikos kūno dalies ar galūnės;
 - 120.7. kvieskite GMP, kad nugabentų į gydymo įstaigą;
 - 120.8. įtariant šoką, pakelkite sveikąją koją, sužeistosios galūnės nejudinkite.

XIV. PIRMOJI PAGALBA Į KŪNĄ ĮSMIGUS AR PATEKUS SVETIMKŪNIUI

- 121. Pirmoji pagalba esant į kūną įsmigusiems daiktams:
 - 121.1. jei iš žaizdos kyšo koks nors svetimkūnis – jokių būdu nebandykite jo traukti, nes gali prasidėti ar sustiprėti vidinis kraujavimas;
 - 121.2. jeigu nukentėjusysis sąmoningas leiskite jam būti tokioje padėtyje, kuri jam yra patogiausia;
 - 121.3. stenkitės išlaikyti stabilią nukentėjusiojo padėtį;
 - 121.4. nuraminkite nukentėjusįjį;
 - 121.5. svetimkūnį uždenkite tvarsčiu, aplink dėkite tvarsčių arba švaraus audinio ritinėlius, kurie uždengtų visą svetimkūnį, švelniai nespaudžiant sutvarstykite;
 - 121.6. skubiai kvieskite GMP arba organizuokite nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.
- 122. Pirmoji pagalba svetimkūniui patekus į akis:
 - 122.1. patekus į akį cheminėms medžiagoms, plaukite ją 30–40 minučių šaltu arba drungnu tekančiu vandeniu;

122.2. vandeniu išplovus akis, šlapiais tamponais kruopščiai nuvalykite odos vietas, ant kurių pateko nuodingas skystis;

122.3. tą patį padarykite ir nudegus akis;

122.4. patekus dulkėms, taip pat plaukite vandeniu, nukentėjusiajam patarkite dažnai mirksėti, nes mirksint dulkės pašalinamos;

122.5. į akį patekus svetimkūniui, perspėkite nukentėjusį, kad netrintų akies;

122.6. dviem pirštais išplėskite akį, svetimkūnį esantį vidiniame apatinio voko paviršiuje pašalinkite švaria drėgna servetėle;

122.7. akį nupilkite vandeniu, galvą laikykite taip, kad vanduo nepatektų į sveiką akį;

122.8. jeigu giliai akyje įstrigusi drožlė ar kristalas, nieko nedarykite (mėginant iš akies traukti svetimkūnį, galima nepagydomai pažeisti akies audinius).

123. Pirmoji pagalba svetimkūniui patekus į nosį:

123.1. nuraminkite nukentėjusį;

123.2. liepkite nukentėjusiajam kvėpuoti pro burną;

123.4. gabenkite nukentėjusį į gydymo įstaigą.

124. Pirmoji pagalba svetimkūniui patekus į ausį:

124.1. nuraminkite nukentėjusį;

124.2. jei ausyje gyvas vabzdys, pilkite į nukentėjusio ausį šilto vandens;

124.3. uždenkite nukentėjusio ausį tvarščiu ir, kiek įmanoma greičiau, gabenkite į gydymo įstaigą.

XV. PIRMOJI PAGALBA APSINUODIJUS

125. Nuodai – tai medžiaga, kurios tam tikras kiekis, patekęs į organizmą, gali sukelti trumpalaikį ar nuolatinį audinių pažeidimą. Gyvybei grėsmingas apsinuodijimas sudaro apie dešimtadalį visų apsinuodijimų atvejų. O mirštamumas yra mažiau nei 1 procentas. Lietuvoje apie 50 procentų apsinuodijimo atvejų yra susijusių su alkoholio vartojimu.

126. Apsinuodijimo būdai:

126.1. pro burną (nuryjant);

126.2. per odą;

126.3. įkvepiant;

126.4. per akis;

126.5. injekciniu būdu (suleidus ar įgėlus).

127. Apsinuodijus reikėtų nedelsiant skambinti Apsinuodijimų kontrolės ir informacijos biuro telefonu 85-236 20 52.

128. Norėdami gauti veiksmingą patarimą, jūs turėtumėte atsakyti į šiuos klausimus:

128.1. kas apsinuodijo – suaugęs ar vaikas (amžius ir svoris);

128.2. kaip tai atsitiko;

128.3. kiek nukentėjusiųjų;

128.4. kada tai atsitiko;

128.5. kokia medžiaga ir koks kiekis;

128.6. ar yra apsunkinančių aplinkybių.

129. Pirmoji pagalba nuodams patekus pro burną:

129.1. užtikrinkite kvėpavimo takų praeinamumą, kvėpavimą ir kraujotaką;

- 129.2. jei įmanoma, nustatykite, kuo apsinuodyta;
- 129.3. pasirūpinkite, kad nukentėjusysis kuo greičiau patektų į ligoninę;
- 129.4. jei nukentėjusysis yra sąmoningas, paklauskite ko, kiek ir kada jis gėrė;
- 129.5. kvieskite GMP;
- 129.6. jei matomas lūpų nudegimas, kol atvyks GMP, duokite nukentėjusiajam mažais gurkšneliais išgerti stiklinę šalto vandens;
- 129.7. nebandykite sukelti vėmimo, nebent nukentėjusysis yra sąmoningas, ką tik apsinuodijo ir tai daryti rekomendavo specialistas.
- 130. Pirmoji pagalba nuodams patekus per odą (atpažinimo būdai):
 - 130.1. gali būti įvairaus pobūdžio skausmas;
 - 130.2. šalia nukentėjusiojo būna cheminių medžiagų ir jų pakuočių;
 - 130.3. iš karto ar truputį vėliau atsiranda pažeistos vietos paraudimas, patinimas, pūslių.
- 131. Pirmoji pagalba nuodams patekus per odą atveju:
 - 131.1. patikrinkite, ar aplinka šalia nukentėjusiojo yra saugi teikti pagalbą;
 - 131.2. užtikrinkite savo ir nukentėjusiojo saugumą;
 - 131.3. jei nukentėjusiojo drabužiai labai užteršti, prieš plaudami atsargiai juos nuvilkite;
 - 131.4. pažeistą vietą plaukite dideliu kiekiu tekančio vandens apie 20 minučių;
 - 131.5. ant nudegimo žaizdų uždėkite sausą švarų tvarstį ir atsargiai sutvarstykite;
 - 131.6. organizuokite nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.
- 132. Apsinuodyti galima:
 - 132.1. dujomis;
 - 132.2. aerozoliais;
 - 132.3. smalkėmis;
 - 132.4. amoniako garais;
 - 132.5. anglies dvideginiu;
 - 132.6. sieros vandeniliu;
 - 132.7. pesticidais.
- 133. Jų įkvėpus gali sutrikti kvėpavimas, sąmonė. Dūmais apsinuodijama gaisro metu, smalkėmis – gyvenamosiose patalpose, garažuose, kur kūrenamos krosnys, pavojingos dujos gali išsiskirti įvykus cheminei reakcija, pvz.: tuo pačiu metu naudojant skirtingas valymo priemones: baliklį ir dezinfekcijos priemonę.
- 134. Apsinuodijimo požymiai:
 - 134.1. bendras silpnumas;
 - 134.2. galvos skausmas;
 - 134.3. triukšmingas ir pasunkėjęs kvėpavimas;
 - 134.4. odos ir gleivinės spalvos pokyčiai;
 - 134.5. pykinimas, vėmimas;
 - 134.6. sąmonės sutrikimas.
- 135. Pirmoji pagalba apsinuodijimo atveju:
 - 135.1. užtikrinkite pakankamą kvėpavimą;
 - 135.2. kvieskite GMP (gaisro atveju nedelsiant skambinkite tel. 112 ir kvieskite priešgaisrinę gelbėjimo tarnybą bei GMP);

135.3. jei nėra pavojaus Jūsų saugumui, kuo greičiau išveskite nukentėjusį iš apnuodytos patalpos, atsagstykite jo apykaklę, pasirūpinkite, kad patektų daugiau gryno oro;

135.4. jei žmogus apsinuodijo automobilio išmetamosiomis dujomis uždaroje patalpoje, prieš įeinant į patalpą, plačiai atverkite duris, kad nuodingos dujos išsisklaidytų;

135.5. jei surastas nesąmoningas žmogus kanalizacijos šulinyje, duobėje, nbandykite leisti žemyn patys, nes galima apsinuodyti ir prarasti sąmonę, skambinkite tel. 112, kvieskite specialiąsias tarnybas;

135.6. jei nukentėjusysis prarado sąmonę, atverkite kvėpavimo takus ir nustatykite, ar nukentėjusysis kvėpuoja;

135.7. jei nukentėjusysis nekvėpuoja, įpūskite jam oro ir pasirenkite atlikti krūtinės ląstos paspaudimus;

135.8. jei nukentėjusysis kvėpuoja, paguldykite į stabilią šoninę padėtį.

136. Pirmoji pagalba nuodams patekus per akis:

136.1. jeigu yra, užsimaukite apsaugines pirštines;

136.2. padėkite nukentėjusiajam plauti pažeistą akį mažiausiai 20 min. šalto vandens srove, jei nukentėjusysis dėl skausmo negali prasimerkti, švelniai, bet tvirtai pramerkite pažeistos akies vokus (saugokite sveikąją akį);

136.3. uždėkite tvarstį ant pažeistosios akies ir sutvarstykite abi akis.

137. Apsinuodijimas įgėlus ar įkandus. Įgėlus vabzdžiui, visada reikia stebėti, ar atsiranda alerginės reakcijos, kurios gali progresuoti iki anafilaksinio šoko.

137. Apsinuodijimo įgėlus ar įkandus požymiai:

137.1. stiprus, aštrus skausmas įgėlimo vietoje;

137.2. įgeltos vietos paraudimas ir patinimas;

137.3. dusulys;

137.4. veido tinimas;

137.5. dilgėlinis viso kūno bėrimas.

138. Pirmoji pagalba apsinuodijimo įgėlus ar įkandus atveju:

138.1. jei įkandimo vietoje yra likęs geluonis, atsargiai nubraukite jį nagu ar bukąja peilio geležtės dalimi;

138.2. pakelkite įgeltą galūnę, uždėkite įkandimo vietoje ledo, laikykite 10 min.;

138.3. jei patinimas plinta ar būklė sunkėja, organizuokite gabenimą į gydymo įstaigą.

139. Gyvatės įgėlimo požymiai:

139.1. pora taškinių dantų žymių;

139.2. stiprus skausmas, paraudimas ir patinimas;

139.3. pykinimas ir vėmimas;

139.4. sutrikęs regėjimas;

139.5. seilėtekis ir padidėjęs prakaitavimas;

139.6. pasunkėjęs kvėpavimas ar net jo sustojimas.

140. Pirmoji pagalba gyvatės įgėlimo atveju:

140.1. nukentėjusį atsargiai paguldykite, nuraminkite, paprašykite nejudėti;

140.2. numaukite nuo įgeltos galūnės žiedus, nusekite laikrodį;

140.3. nuplaukite įkandimo vietą;

140.4. įkaštą galūnę standžiai sutvarstykite, tvarstyti pradėkite nuo įgėlimo vietos galvos link;

- 140.5. sutvarstyta kūno dalį įtvirtinkite;
 140.6. kuo greičiau organizuokite gabenimą į gydymo įstaigą.

XVI. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

141. Lopšelio-darželio ugdymo grupėse, sporto salėje ir sveikatos priežiūros kabinete, turi būti įmonės pirmosios pagalbos rinkinys, kurio sudėtis ir apimtis turi atitikti teisės akto reikalavimus (Remiantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2003 m. liepos 11 d. įsakymu Nr. V-450 (Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2020 m. gruodžio 10 d. įsakymo Nr. V-2876 redakcija) „PIRMOSIOS PAGALBOS RINKINIO APRAŠAS“):

- 141.1. Sterilūs įvairių dydžių pleistrai (10 vnt.);
 141.2. Pleistras (ruloninis, ne mažiau kaip 5 m.) (1 vnt.);
 141.3. Sterilus spaudžiamasis tvarstis, kurio sterilus padelis ne mažesnis kaip 10 cm. x 10 cm., (pats tvarstis ne mažesnis kaip 15 cm. x 180 cm.) (1 vnt.);
 141.4. Nesterilus tvarstis (ne mažiau kaip po 5 m ilgio) (5 vnt.);
 141.5. Palaikomasis trikampio formos tvarstis (2 vnt.);
 141.6. Pirmosios pagalbos žirklys (1 vnt.);
 141.7. Speciali antklodė, skirta paguldyti ar apkloti nukentėjusį (ne mažesnę kaip 130 cm. x 200 cm.) (2 vnt.);
 141.8. Sterilus žaizdų tvarstis (ne mažesnis kaip 5 cm. x 10 cm.) (10 vnt.);
 141.9. Vienkartinės medicininės sterilios pirštinės (po 2 vnt.) (2 komplektai);
 141.10. Vienkartinės apsauginės plėvelės / pirmos pagalbos gaivinimo kaukės dirbtiniam kvėpavimui atlikti (2 vnt.);
 141.11. Vienkartinis šalčio maišelis (2 vnt.);
 141.12. Turniketas, skirtas stipriam (masyviam) kraujavimui galūnėse (rankose, kojose) stabdyti (2 vnt.);
 141.13. Atmintinė – pirmosios pagalbos teikimo aprašymas arba atmintinė, turniketo naudojimo taisyklės (1 vnt.).

142. Pirmoji pagalba teikiama pasinaudojant pirmosios pagalbos rinkinio arba turimomis priemonėmis.

143. Griežtai draudžiama žmogui susižalojus ar ūmiai sutrikus jo sveikatai, savo nuožiūra duoti vaistų.

144. Psichologinė pagalba – tai svarbi pirmosios pagalbos dalis. Emocinis palaikymas ir nuraminimas sukelia saugumo jausmą:

- 144.1. pirmiausiai pagalbą teikiantys asmuo turi pats nusiraminti;
 144.2. ramiai informuoti nukentėjusį apie tai, kas vyksta;
 144.3. veikti reikia ramiai, švelniai, logiškai, bet tvirtai;
 144.4. su nukentėjusiuoju kalbėti aiškiai ir švelniau, ramiu tonu;
 144.5. teikiant pagalbą kalbėti su nukentėjusiuoju;
 144.6. raminti nukentėjusį ir suteikti jam pagalbą;
 144.7. nepalikti nukentėjusiojo vieno, kol neatvyks GMP.
 145. PSICHOLOGINĖ PAGALBA TELEFONU (ištikus emocinei krizei):
 145.1. „Vaikų linija“ – **116111**;

- 145.2. „Jaunimo linija“ – **8 800 28888**;
145.3. Linija „Doverija“ – **800 77277** (pagalba teikiama rusų kalba, linija skirta paaugliams ir jaunimui);
145.4. Pagalbos moterims linija – **8 800 66366**;
145.6. „Vilties linija“ – **116123**.
145.7. Krizių įveikimo centras – Mobilusis **+370 640 51555**
146. Pokalbiai nemokami ir konfidencialūs.
-

SUDERINTA

Lopšelio-darželio tarybos

2022-10-17 posėdžio nutarimu Nr. L-427-(1.3.).