

Turinys

Pratarmė	7
Kaip naudotis vadovėliu?	8
1. Įžanginė dalis	9
1.1. Įvadas	9
1.2. Pirmosios medicinos pagalbos raida	10
1.2.1. Gaivinimo istorija	11
1.2.2. Pirmosios medicinos pagalbos mokymų raida	16
1.2.3. Pirmosios medicinos pagalbos simboliai	19
1.3. Pirmosios medicinos pagalbos apibrėžimas ir tikslai	20
1.4. Pavojinga būklė ir pirmoji medicinos pagalba	23
1.4.1. Kodėl reikia mokėti teikti pirmąją medicinos pagalbą?	23
1.4.2. Sveikatai ir gyvybei pavojingos būklės	23
1.4.3. Pirmosios medicinos pagalbos veiksmai	24
1.4.4. Kaip atpažinti pavojingą būklę?	24
1.4.5. Pirmosios medicinos pagalbos veiksmai ir psichologinės užtvaros	25
1.4.6. Pasirengimas teikti pirmąją medicinos pagalbą	26
2. Bendroji dalis	29
2.1. Aplinkos patikra ir saugumas	29
2.1.1. Aplinkos patikra	29
2.1.2. Specialūs atvejai	30
2.1.3. Nukentėjėlio perkėlimas į saugią aplinką	31
2.1.4. Pirmosios pagalbos higiena	36
2.2. Nukentėjėlio patikra	37
2.2.1. Patikrinkite, ar būklė pavojinga gyvybei	38
2.2.2. Patikrinkite sąmoningą nukentėjėlį	40
2.2.3. Teikite pagalbą	45
2.2.4. Pervežimas	45
2.2.5. Kūdikių ir vaikų patikros ypatumai	45
2.2.6. Senyvų žmonių patikros ypatumai	46
2.3. Pagalbos kvietimas	47
2.3.1. Kada skambinti?	47
2.3.2. Jei esate vienas	48
2.4 Pirmosios pagalbos priemonės, jų naudojimo metodai. Žaizdos	49
2.4.1. Pirmosios pagalbos priemonių rinkinys	50
2.4.2. Mėlynė	51
2.4.3. Žaizdos	52
2.4.4. Žaizdų priežiūra	53
2.4.5. Infekcijos profilaktika	54
2.4.6. Tvarstymo medžiagos	55
2.4.6.1. Gazai	55

Pirmoji medicinos pagalba

2.4.7. Tvarstymas	59
2.4.8. Tvarstymo būdai	61
2.4.8.1. Žiedinis būdas	61
2.4.8.3. Kryžminis (aštuoniukės formos) būdas	62
2.4.9. Kūno dalių tvarstymas	62
2.4.9.1. Galvos tvarstymas	62
2.4.9.2. Krūtinės ląstos tvarstymas	63
2.4.11. Kraujotakos patikrinimas po tvarstymo	67
2.4.12. Šalčio kompresai	67
3. Gyvybei pavojinga būklė	69
3.1. Kvėpavimosutrikimo sukelta gyvybei pavojinga būklė	69
3.1.1. Kodėl reikia skubėti ir kiek turima laiko?	71
3.1.2. Nepakankamo kvėpavimo požymiai	71
3.1.3. Pagalba, kai nepakankamas kvėpavimas	72
3.1.4. Būklės, kurių metu kvėpavimas gali būti nepakankamas	73
3.1.4.1. Bronchinė astma	73
3.1.4.2. Bronchitas ir plaučių emfizema	74
3.1.4.3. Anafilaksinė reakcija	75
3.1.4.4. Laringitas	76
3.1.4.5. Epiglotitas	76
3.1.4.6. Hiperventiliacija	76
3.1.4.7. Užspringimas	77
3.1.4.8. Pasikorimas	81
3.1.4.9. Skendimas	82
3.1.5. Kvėpavimo sustojimas	84
3.2. Kraujotakos sistemos ligų sukeltagyvybei pavojinga būklė	88
3.2.1. Kraujotakos sistemos ligos	88
3.2.2. Miokardo infarktas	89
3.2.3. Krūtinės angina	91
3.2.4. Gyvybės grandinė	91
3.2.5. Širdies sustojimas	92
3.2.6. Suaugusiųjų pradinis gaivinimas	93
3.2.7. Automatinis išorinis defibriliatorius	102
3.2.7.1. AID naudojimo metodika	102
3.2.7.2. Ypatingos aplinkybės, naudojant defibriliatorių	103
3.3. Kraujavimas	104
3.3.1. Išorinis kraujavimas	105
3.3.2. Vidinis kraujavimas	108
3.4. Šokas	110
3.4.1. Apibrėžimas ir klasifikacija	110
3.4.2. Kaip atpažinti šoką?	111
3.4.3. Pagalba, jei įtariate šoką	112
3.4.4. Anafilaksija	113
4. Trauminiai sužeidimai	115
4.1. Griaučių ir minkštųjų audinių sužalojimai	115
4.1.1. Griaučių ir raumenų anatomija	115
4.1.2. Griaučių ir minkštųjų audinių sužalojimų priežastys ir tipai	116

Pirmoji medicinos pagalba

4.1.3. Griaučių ir minkštųjų audinių sužalojimo požymiai	118
4.1.4. Pirmoji medicinos pagalba	118
4.2. Galūnių sužalojimai	120
4.2.1. Sužalotos galūnės imobilizacija	121
4.2.2. Galūnės sužalojimo požymiai	122
4.2.3. Rankos sužalojimai	122
4.2.4. Kojos sužalojimai	124
4.3. Galvos, kaklo ir nugaros sužalojimai	126
4.3.1. Atpažinkite galvos, kaklo ir nugaros sužalojimus	127
4.3.2. Įvykio aplinkybių vertinimas	128
4.3.3. Požymiai	129
4.3.4. Pirmoji medicinos pagalba	129
4.3.5. Specifiniai sužalojimai	131
4.3.5.1. Smegenų sukrėtimas	131
4.3.5.2. Skalpo sužalojimai	131
4.3.5.3. Skruosto sužalojimai	131
4.3.5.4. Nosies sužalojimai	132
4.3.5.5. Akių sužalojimai	132
4.3.5.6. Ausų sužalojimai	133
4.3.5.7. Burnos, žandikaulių ir kaklo sužalojimai	133
4.3.6. Galvos, kaklo, nugaros sužalojimų profilaktika	134
4.4. Krūtinės, pilvo ir dubens sužalojimai	134
4.4.1. Krūtinės sužalojimai	135
4.4.2. Pilvo sužalojimai	136
4.4.3. Dubens sužalojimai	137
5. Atvejai, kai reikia medicinos pagalbos	139
5.1. Ūminės būklės	139
5.1.1. Specifinės ūminės ligos	139
5.1.2. Alpimas	140
5.1.3. Diabetinė būklė	140
5.1.4. Insultas	143
5.1.5. Traukuliai	145
5.2. Apsinuodijimas	148
5.2.1. Pirmoji pagalba, nuodams patekus pro burną	150
5.2.2. Pirmoji pagalba, nuodams patekus per odą	151
5.2.3. Pirmoji pagalba, įkvėpus nuodingųjų medžiagų	152
5.2.4. Pirmoji pagalba, nuodams patekus per akis	153
5.2.5. Pirmoji pagalba kai kurių dažnesnių apsinuodijimų atvejais	153
5.2.5.1. Apsinuodijimas medikamentais	153
5.2.5.2. Apsinuodijimas alkoholiu	154
5.2.5.3. Apsinuodijimas maistu	155
5.2.5.4. Apsinuodijimas nuodingaisiais grybais	156
5.2.6. Apsinuodijimas igėlus ir įkandus	157
5.2.6.1. Erkės įkandimas	158
5.2.6.2. Gyvatės įkandimas	158
5.2.6.3. Gyvūno ir žmogaus įkandimas	160
5.3. Aplinkos veiksnių sukelti sužalojimai	161

Pirmoji medicinos pagalba

5.3.1. Odos anatomija ir fiziologija.....	163
5.3.2. Nudegimas	165
5.3.2.1. Terminis nudegimas	168
5.3.2.2. Elektrinis nudegimas	170
5.3.2.3. Cheminis nudegimas	171
5.3.3. Perkaitimas	172
5.3.4. Nušalimas	174
5.3.5. Sušalimas	176
6. Specialūs atvejai	179
6.1. Vaikų pirmosios medicinos pagalbos ypatybės	179
6.1.1. Kaip bendrauti ir atlikti vaiko apžiūrą?	179
6.1.2. Anatominiai ir fiziologiniai skirtumai	182
6.1.3. Smurtas prieš vaikus, vaiko nepriežiūra	183
6.1.4. Sukręsto vaiko sindromas	184
7. Priedas Savikontrolės klausimų atsakymai	187
1. Įžanginė dalis	187
2. Bendroji dalis	188
3. Gyvybei pavojinga būklė	188
4. Trauminiai sužeidimai	189
5. Atvejai, kai reikia medicinos pagalbos	192
6. Specialūs atvejai	195
Literatūra	196