

Širdis gali sustoti bet kokio amžiaus žmogui. 70-80% klinikinių mirčių įvyksta namuose. Jeigu tau kada teks gaivinti žmogų, tu greičiausi gelbėsi savo artimojo gyvybę – sutuoktinio, vaiko, tėvo ar draugo. Deja, tik 46% žmonių, kuriems širdies sustoja ne ligoninėje, gauna tinkamą pagalbą iki kol atvyksta GMP.

Gaivinimo metu krūtinės ląstos paspaudimas atstoja širdies susitraukimą. Taip mechaniškai palaikoma kraujotaka ir gyvybiškai svarbūs organai gauna deguonies.

Nebijok gaivinti, blogiau jau nebus. Nepraeik pro šalį!

Gaivinimas yra sunkus darbas, bet jis gelbsti gyvybes.



Projektas: Tuk tuk, širdele – būk sveika!



Organizatoriai:



Parengė:



www.cardem.lt


PRADINIS SUAUGUSIOJO IR VAIKO GAIVINIMAS



Pradinis gaivinimas apima pagalbos veiksmus sustojus kraujotakai ir/ar kvėpavimui. Pagalbos veiksmus sudaro išorinis širdies masažas (krūtinės ląstos paspaudimai) ir dirbtinis kvėpavimas (įpūtimai) siekinat palaikyti ir/ar atkurti kvėpavimą ir kraujotaką.

Laikas

0-4 min – maža smegenų pažeidimo rizika
 4-6 min – galimas smegenų pažeidimas
 6-10 min – tikėtinas smegenų pažeidimas
 >10 min – tikėtina smegenų mirtis

Gaivinimas gelbsti gyvybes. 90% žmonių, kuriems klinikinė mirtis įvyksta ne ligoninėje, miršta. Kuo anksčiau pradedamas gaivinimas, tuo didesnė išgyvenamumo tikimybė. Nepradėjus gaivinti, kiekvieną minutę žmogaus išgyvenamumo tikimybė sumažėja 7-10% 

Įsitikink savo saugumu




Gelbėti nuketėjusį žmogų reikėtų tada, kai Tau pačiam negresia pavojus, priešingu atveju tu pats rizikuoji tapti įvykio auka.




Parengta pagal 2015 m. ESC gaires


Imkis veiksmų


Šaukis pagalbos, liepk skambinti **112** ir atnešti AID (automatinis išorinis defibriliatorius), jei tai įmanoma. 



Patikrink kvėpavimą. Atverk kvėpavimo takus vieną ranką padėjęs ant kaktos, kita keldamas smakrą į viršų. Pridėk ausį prie burnos, klausyk kvėpavimo garsų ir stebėk krūtinės judesius.

Jeigu žmogus nekvėpuoja, atlik krūtinės ląstos paspaudimus. Vieną ranką padėk ant krūtinės, ties krūtinkaulio viduriu, kitą padėk ant viršaus. Laikyk rankas ištiestas. 

Spausk *stipriau, greičiau ir giliau*. Paspaudimų gylis turi būti 5-6 cm, dažnis 100-120 k./min. 

Atlik 2 įpūtimus ir toliau tęsk gaivinimą santykiu 30:2. 



Prijunk AID ir toliau sek jo sakomus nurodymus.

Tęsk gaivinimą, kol žmogus pradės pats kvėpuoti arba atvyks pagalba. 