

PRVA POMOĆ

GUBITAK SVIJESTI



KRATKOTRAJNI GUBITAK SVIJESTI

- Češće se javlja kod mlađih osoba. Najčešće je uzrokovan smanjenim dotokom kisika u mozak i padom krvnog tlaka nakon naglog ustajanja i dužeg stajanja, posebice u zagušljivom prostoru. Uzroci također mogu biti jaka bol i pojačan strah.
- Osoba koja je kratkotrajno izgubila svijest pada na tlo, ali dolazi svijesti prilično brzo. Koža je blijeda, hladna i znojna, osoba je isprva zbunjena, ali se uskoro potpuno oporavi.
- Postoji mogućnost da se osoba ozlijedi prilikom pada

Postupak prve pomoći kod kratkotrajnog gubitka svijesti

- Provjeriti sigurnost pristupa.
- Provjeriti stanje svijesti – lagano protresti ramena i glasno upitati: *Čujete li me?* Ili glasno narediti: *Otvorite oči!*
- Ako osoba reagira i dolazi svijesti, ostaviti je u ležećem položaju, provjeriti ima li kakvih ozljeda i po potrebi ih zbrinuti.
- Otpustiti tijesno pripijene odjevne predmete.
- Pobrinuti se da ima svježeg zraka.
- Pitati osobu za postojeće bolesti.
- Ako se stanje pogoršava, pozvati hitnu medicinsku službu.

Postupak prve pomoći kod kratkotrajnog gubitka svijesti

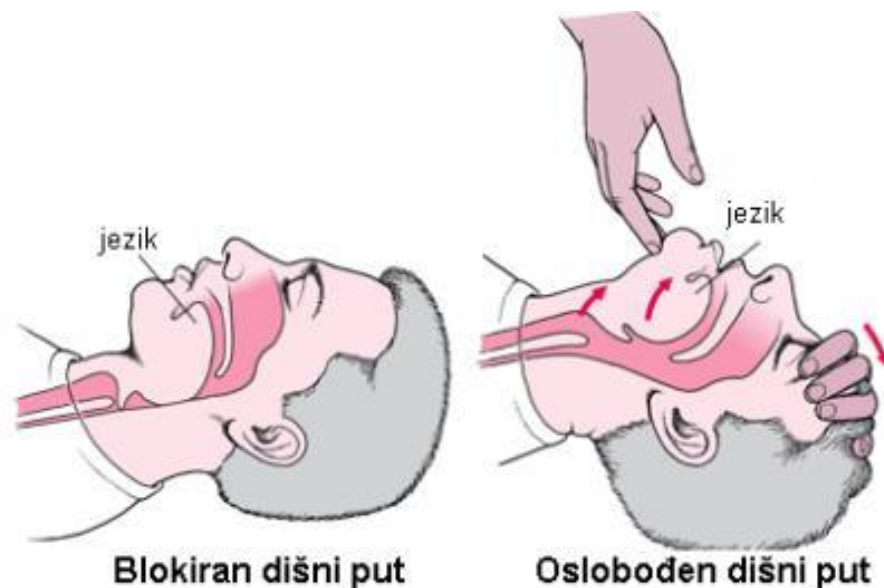
- Ostati uz unesrećenu osobu, zaštititi je od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (disanje, puls, razinu svijesti) do dolaska hitne medicinske službe.
- Ako osoba krene povraćati, postaviti je u bočni položaj.
- Ako osoba nema drugih ozljeda, ostaviti je u ležećem položaju, podignuti joj noge i poduprijeti iznad razine srca.
- Ako se stanje popravlja, pomoći osobi da se polako i postupno podigne.



DUGOTRAJNI GUBITAK SVIJESTI

OSOBA BEZ
SVIJESTI KOJA DIŠE
NORMALNO

- u besvjesnom stanju dolazi do opuštanja svih mišića pa tako i jezika
- jezik pada unatrag i zatvara dišni put, gube se refleksi kašljanja i gutanja



DUGOTRAJNI GUBITAK SVIJESTI

OSOBA BEZ SVIJESTI
KOJA DIŠE
NORMALNO

- Osoba se vrlo brzo **može ugušiti vlastitim jezikom**, želučanim sadržajem, nakupljenom slinom, krvlju ili stranim predmetom u usnoj šupljini.
- Osobu bez svijesti je potrebno što prije postaviti u **bočni položaj** kako bismo onemogućili zapadanje jezika, a omogućili istjecanje drugog tekućeg sadržaja iz usta (sline, krvi, povraćenog sadržaja).
- Važno je **procijeniti je li disanje unesrećene osobe normalno**, jer postoji mogućnost da osoba hvata zrak, krklja, usporeno diše s naporom i hropće – takvo disanje nije normalno te je tada važno što prije započeti s oživljavanjem i pozvati hitnu medicinsku službu.

**Postupak prve
pomoći kod
osobe bez
svijesti koja
diše normalno**

Provjeriti sigurnost pristupa.

- Unesrećenoj osobi pristupiti sa strane i kleknuti pokraj gornjeg dijela tijela.
- Provjeriti stanje svijesti. **Lagano protresti ramena** i glasno upitati: *Čujete li me?* ili reći osobi: *Otvorite oči!*



**Postupak prve
pomoći kod
osobe bez
svijesti koja
diše normalno**

Otvoriti dišni put.

- Staviti dlan svoje ruke na čelo unesrećene osobe i **lagano joj zabaciti glavu**, vrhove prstiju druge ruke postaviti na vrh brade unesrećene osobe te nježno podignuti bradu (ne vršiti pritisak na meka tkiva ispod brade jer to može blokirati dišni put, a time i disanje).
- lagano zabacite glavu
- nježno podignite bradu
- Ako je riječ o sumnji na ozljedu kralježnice, ne zabacujemo glavu, već dišni put otvaramo podizanjem donje čeljusti



Postupak prve
pomoći kod
osobe bez
svijesti koja diše
normalno

Provjeriti disanje.

- Približiti svoje uho nosu i ustima unesrećene osobe, poslušati čuje li se disanje, pokušati osjetiti dah na svojem obrazu i u isto vrijeme promatrati odiže li se i spušta prsni koš.
- glavu okrenite prema prsnom košu
- gledati
- slušati
- osjećati
- Postupak provjere disanja ne smije trajati dulje od **10 sekundi!**



Postupak prve pomoći kod osobe bez svijesti koja diše normalno

- **Ako unesrećena osoba normalno diše, postaviti je u bočni položaj.**
- Ostati uz unesrećenu osobu. Ako ima ozljeda, zbrinuti ih po prioritetu, zaštititi je od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (razinu svijesti, disanje, puls) do dolaska hitne medicinske službe.



- Pozvati hitnu medicinsku službu.
- Ako unesrećena osoba ne diše normalno, započeti oživljavanje.

BOČNI POLOŽAJ

- Kleknite pokraj unesrećene osobe. Skinite joj naočale i iz džepova izvadite sve veće i suvišne predmete te odmaknite sve predmete oko osobe koje mogu raditi pritisak na neki dio tijela.
- Ruke i noge unesrećene osobe moraju biti ispružene. Ruku unesrećene osobe koja vam je bliže stavite pod pravi kut u odnosu na tijelo, lakat treba biti savijen, a dlan okrenut prema gore.



BOČNI POLOŽAJ



- Prebacite drugu ruku preko prsa unesrećene osobe, pristonite vanjsku stranu dlana na obraz koji je bliži vama, držite joj ruku pritisnutu uz lice.
- Svojom drugom rukom uhvatite unesrećenu osobu za natkoljenicu noge koja je dalja od vas, presavijte je u koljenu pazeći da stopalo bude na tlu. U tom položaju povucite unesrećenu osobu prema sebi i okrenite je na bok

BOČNI POLOŽAJ

- Svojom drugom rukom uhvatite unesrećenu osobu za natkoljenicu noge koja je dalja od vas, presavijte je u koljenu pazeći da stopalo bude na tlu.
- U tom položaju povucite unesrećenu osobu prema sebi i okrenite je na bok



BOČNI POLOŽAJ

- Nogu koju ste prebacili namjestite tako da natkoljenica i savijeno koljeno čine pravi kut.



BOČNI POLOŽAJ



- Glavu unesrećene osobe nježno zabacite prema nazad kako bi joj dišni put ostao otvoren.

BOČNI POLOŽAJ

- Ako će za dolazak hitne medicinske službe trebati više od 30 minuta, vratimo unesrećenu osobu na leđa i postavimo je u bočni položaj na suprotnu stranu ako ta strana nije teže ozlijeđena.



BOČNI POLOŽAJ



<https://dnevnik.hr/video/prva-pomoc-postavljanje-osobe-bez-svijesti-u-bocni-polozaj---62324940>

BOČNI POLOŽAJ

- Ako je riječ o **trudnici**, tada je okrećemo na lijevi bok (u poodmakloj trudnoći maternica pritišće krvne žile u abdomenu, okretanjem na lijevi bok osigurava se bolji protok krvi).



**Postupci prve
pomoći kod djeteta
(od godine dana do
puberteta)
bez svijesti koje
diše normalno**

- Jednako kao i kod odrasle osobe osim što se kod provjere stanja svijesti dijete **jednom rukom potapša po ramenu.**



**Postupci prve
pomoći kod
dojenčeta
(do godine dana)
bez svijesti koje
diše normalno**

- Ako dojenče normalno diše, **držite ga u bočnom položaju**. Uzeti dojenče na ruke, pažljivo mu pridržavati glavu i nagnuti ga glavom prema dolje.
- Pozvati hitnu medicinsku službu. Ostati uz dojenče. Ako ima ozljeda, zbrinuti ih po prioritetu, zaštititi ga od hladnoće ili vrućine i pratiti stanje (razinu svijesti, disanje, puls) do dolaska hitne medicinske službe.



GUBITAK SVIJEŠTI

Osoba se vrlo brzo **može ugušiti vlastitim jezikom**, želučanim sadržajem, nakupljenom slinom, krvlju ili stranim predmetom u usnoj šupljini.



Osobu bez svijesti je potrebno što prije postaviti u **bočni položaj** kako bismo onemogućili zapadanje jezika, a omogućili istjecanje drugog tekućeg sadržaja iz usta (sline, krvi, povraćenog sadržaja).



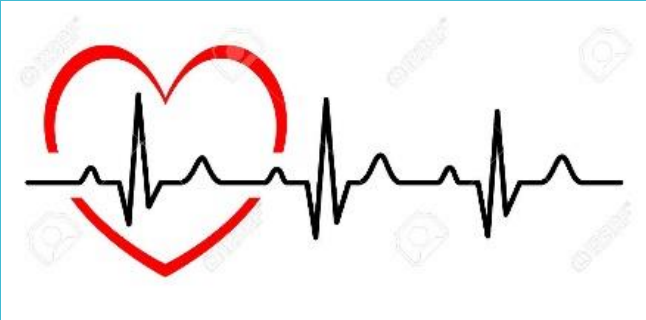
Važno je procijeniti je li **disanje unesrećene osobe normalno**, jer postoji mogućnost da osoba hvata zrak, krklja, usporeno diše s naporom i hropće – takvo disanje nije normalno te je tada važno što prije **započeti s oživljavanjem i pozvati hitnu medicinsku službu**.

PRESTANAK DISANJA



- opstrukcija dišnog puta
- depresija centra za disanje
- srčani zastoj

**Stvarnost
života**

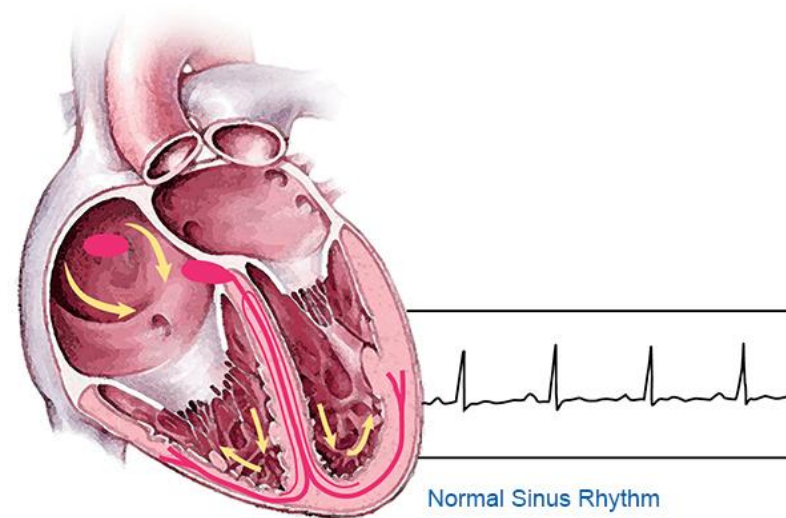
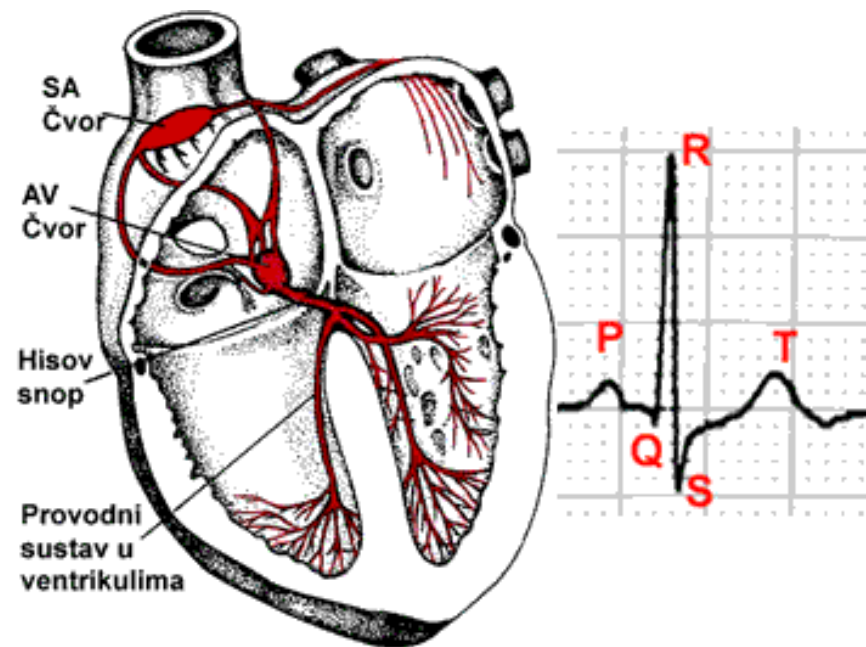


**..... jednog dana svi
ćemo umrijeti !**

**Problem
je**

PRERANA SMRT !

- 9000 ljudi godišnje doživi srčani zastoј (Hrvatska, IZS).
- 900 preživlјi.
- **Svakog sata jedna osoba umre.**
- Prosječna globalna incidencija: 55/100 000 ljudi, preživljavanje oko 7% .



ŠTO JE KARDIJALNI AREST? (IZNENADNI SRČANI ZASTOJ - IZS)

- nagli, neočekivani prekid srčane frekvencije
- potvrđuje se odsutnošću disanja i pulsa

AKUTNI PRESTANAK CIRKULACIJE

Kome se događa?

Ljudima koji su do tada bili zdravi ili su barem tako izgledali svojoj okolini.

Može li se predvidjeti?

Ne može se predvidjeti vrijeme ili mjesto na kojem bi se moglo očekivati da će kod nekoga doći do srčanog zastoja.

Kardijalni (najčešći)

Respiracijski

Opći

UZROCI IZS

Neovisno o tome je li primarni poremećaj srčani ili respiracijski, posljedice su uvijek iste
potpuni zastoj krvnog otjecanja pa tkiva ostaju bez kisika.

- **AKUTNI ZASTOJ SRČANOG RADA**
unutar 30 sek nastaje respiracijski arest
- **AKO PRIJE PRESTANE DISANJE**
za najviše 3 min doći će do srčanog aresta

RANO PREPOZNAVANJE SRČANOG ZASTOJA KROZ 10 -15 SEK

Gubitak svijesti

Prestanak disanja

Prestanak cirkulacije

BEZ KPR i AVD

SLIJEDI MOŽDANA SMRT

KLJUČNO JE

The slide features a light blue background with several white, realistic-looking bubbles of various sizes. A large, solid blue square is positioned on the left side, partially overlapping the main content area. Below the title 'KLJUČNO JE', there is a horizontal row of ten small black squares, with the first five being slightly larger than the last five.

01

Započeti
Osnovno
održavanje života
(BLS - *basic life support*)

02

Unutar 3 – 5
minuta

03

Tko provodi BLS?

04

Laik ili zdravstveni
djelatnik koji nema
na raspolaganju
opremu



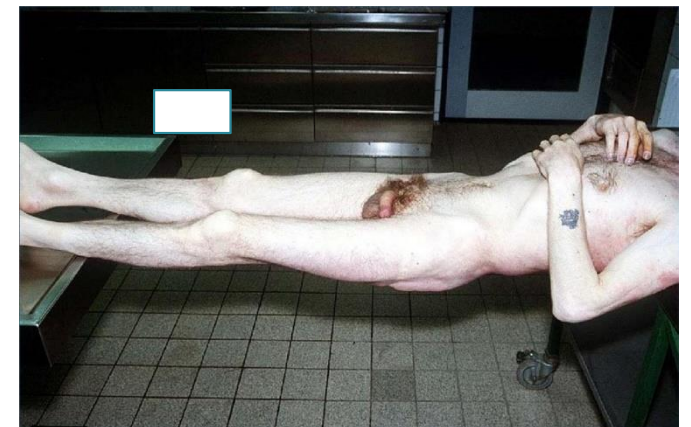
1. rano prepoznavanje, pozivanje HMP
2. rana kardiopulmonalna reanimacija/KPR/oživljavanje
3. rana defibrilacija
4. kvalitetna postreanimacijska skrb

**OSOBA BEZ
SVIJESTI KOJA NE
DIŠE
SIGURNI ZNAKOVI
SMRTI**



Oživljavanje ne primjenjujemo kada su ozljede unesrećene osobe nespojive sa životom i kada su **prisutni sigurni znakovi smrti**:

- **mačje oko** (nakon pritiska s obje strane zjenica ostaje u izduženom obliku i ne vraća se u prvotni položaj),
- **mrtvačke pjege** (nastaju slijevanjem krvi nakon prestanka rada srca, prate gravitaciju),
- **mrtvačka ukočenost** (pojavljuje se nakon šest do osam sati nakon prestanka rada srca i disanja).

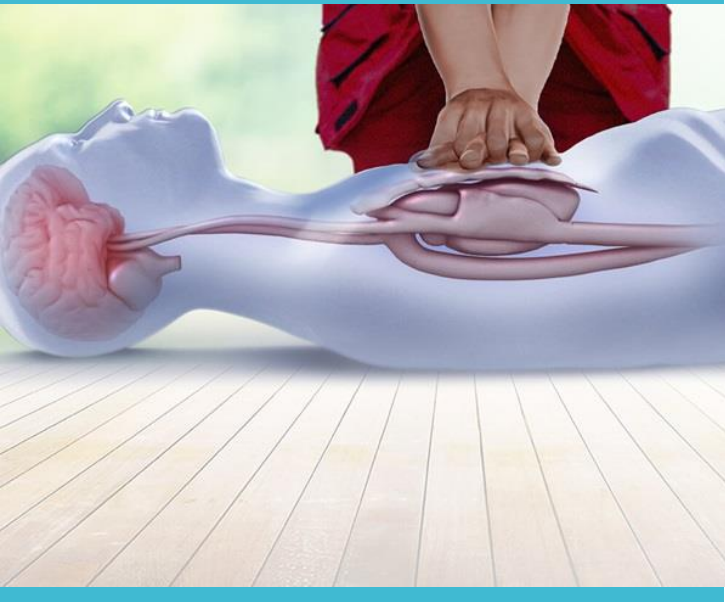


Postupak prve pomoći kod odrasle osobe koja ne diše ili ne diše normalno

- Provjeriti sigurnost pristupa, provjeriti stanje svijesti, otvoriti dišni put, provjeriti disanje
- Pozvati hitnu medicinsku službu.



OŽIVLJAVANJE



Tijekom oživljavanja krvotok se umjetno održava kompresijama prsnog koša (vanjska masaža srca)

- Pritiskom na prsni koš krv se istisne iz srca, pluća i velikih krvnih žila u aortu izravno, kompresijom srca između prsne kosti i kralježnice (srčana pumpa) i posredno djelovanjem povišenog intratorakalnog tlaka na sve organe u prsištu.
- Punjenje srca obavlja se između kompresija, kad vanjski pritisak na prsni koš popusti, a elastičnost zida vrati prsni koš u prvobitno stanje i pri tome stvori u njemu negativni tlak – on usiše krv u velike vene i samo srce (prsna pumpa).
- 30 : 2 – OMJER MASAŽE SRCA I UMJETNOG DISANJA

OŽIVLJAVANJE

- **Oživljavanje** je potrebno primijeniti uvijek kada je unesrećena osoba bez svijesti i ne diše ili ne diše normalno najkasnije

u roku od 3-5 minuta!

OŽIVLJAVANJE

Kleknuti pokraj unesrećene osobe u ravnini s njezinim prsnim košem. Staviti **korijen dlana jedne ruke na srednji dio prsnog koša**, prekriti korijenom dlana druge ruke, ispreplesti prste i držati ih odignute od površine prsnog koša. Izravnati ruke – laktovi moraju biti ispruženi, a ramena postaviti okomito u odnosu na prsni koš unesrećene osobe.



OŽIVLJAVANJE



- Započeti s pritiscima na prsni koš **30 puta**.
- Utiskivati prsnu kost dubinom **5 do 6 cm** (tj. **1/3** dubine prsnog koša), **brzinom od 100 do 120 pritisaka u minuti**.
- Ne odmicati ruke s prsnog koša, prije sljedećeg pritiska pričekati da se prsni koš vrati u početni položaj i nastaviti. Vrijeme za pritisak i popuštanje pritiska mora biti jednako.

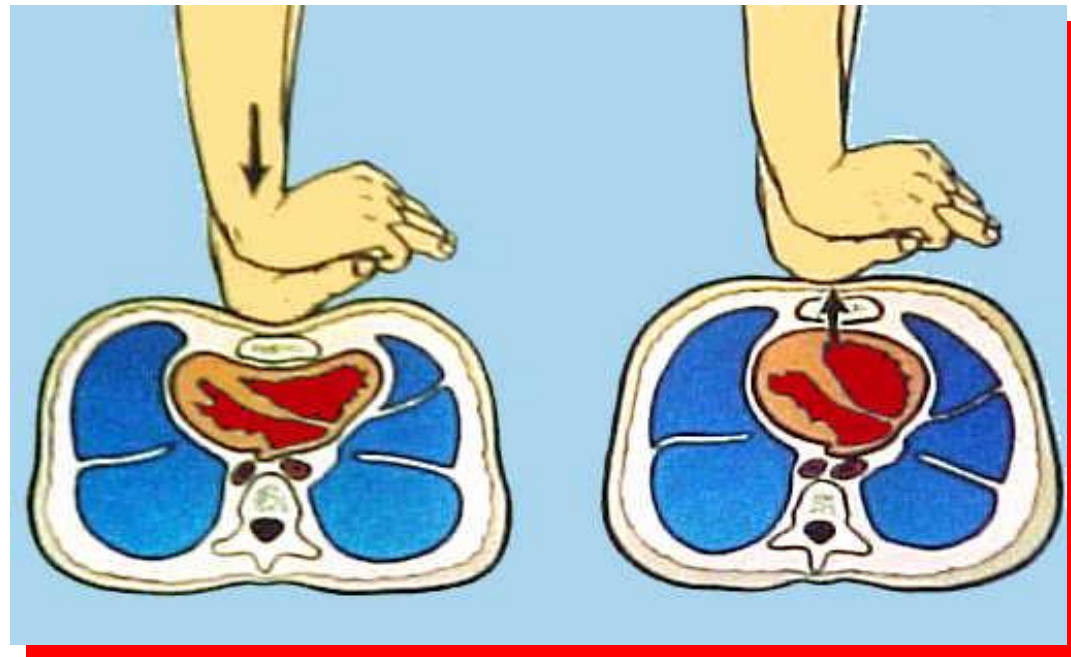
OŽIVLJAVANJE

- Nakon 30 pritisaka na prsni koš započeti s umjetnim disanjem.
- Postaviti zaštitnu foliju na usta unesrećene osobe, staviti jednu ruku na čelo, a drugu ispod vrha brade, nježno zabaciti glavu.
- Kažiprstom i palcem ruke kojom se pridržava čelo stisnuti mekani dio nosa, nagnuti se i svojim usnama potpuno obuhvatiti usta unesrećene osobe, upuhivati zrak i istovremeno promatrati podizanje prsnog koša, **primijeniti 2 upuha** (jedan upuh trebao bi trajati 1 sekundu).



OŽIVLJAVANJE

- Primjenjuje li se metoda usta na nos, tada ne zatvarati nos, već usta.
- **Nastaviti s pritiscima na prsni koš i umjetnim disanjem u omjeru 30:2**





https://www.youtube.com/watch?v=UMc_AfP-LHM

OŽIVLJAVANJE
ODRASLE
OSOBE

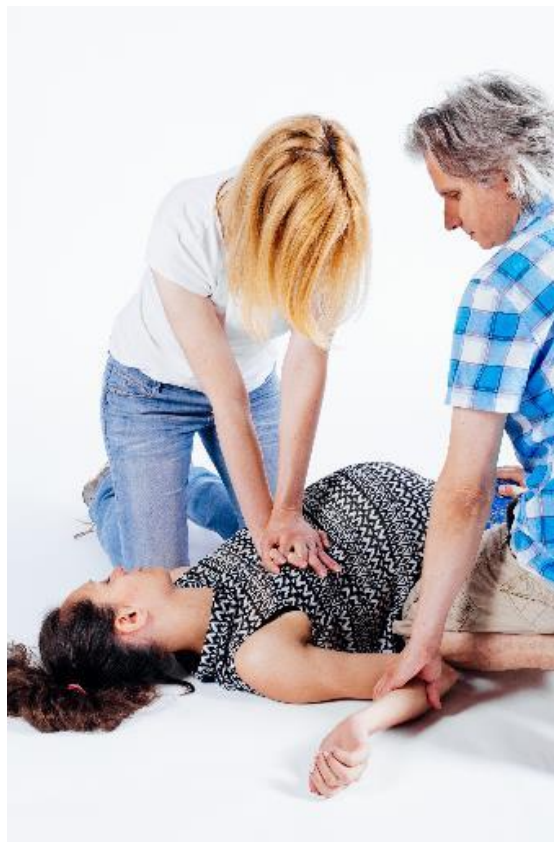
OŽIVLJAVANJE UTOPLJENIKA

Kod osobe koja je izvučena iz vode i koja je bez svijesti i ne diše normalno, postupak oživljavanja jednak je opisanom, osim što se počinje s

- **5 početnih upuha**
- te nastavlja s pritiscima na prsni koš i umjetnim disanjem u omjeru

30: 2.

OŽIVLJAVANJE TRUDNICE



- Kod oživljavanja trudnice u poodmakloj trudnoći, gornji dio tijela treba biti što ravniji na tlu a uz pomoć priručnog sredstva ili pomagača podignuti **desni** bok.

Postupak prve pomoći kod djeteta (1 g do puberteta) koje ne diše ili ne diše normalno

- Provjeriti sigurnost pristupa, provjeriti stanje svijesti, otvoriti dišni put, provjeriti disanje, zamoliti pomagača da pozove hitnu medicinsku službu.
- Ako ste sami, **primjenjujte oživljavanje jednu minutu, a zatim pozovite pomoć.**

OŽIVLJAVANJE DJETETA (OD 1 GODINE DO PUBERTETA

- Kleknuti pokraj djeteta, staviti dlan svoje ruke na djetetovo čelo i lagano mu zabaciti glavu, vrhove prstiju druge ruke postaviti na vrh brade te nježno podignuti bradu, ukloniti vidljive zapreke iz usta, ali ne čistiti djetetova usta prstom tražeći zapreke.



OŽIVLJAVANJE DJETETA (OD 1 GODINE DO PUBERTETA)

- Kleknuti u ravnini djetetova prsnog koša. Kažiprstom i palcem ruke kojom se pridržava čelo stisnuti mekani dio nosa, nagnuti se i svojim usnama potpuno obuhvatiti usta djeteta
- **Započeti s 5 početnih upuha**
- Nastaviti s pritiscima na prsni koš, 30 puta. Postaviti **korijen dlana jedne ruke** na sredinu djetetova prsnog koša, nagnuti se nad dijete, izravnati ruku i krenuti s pritiscima **brzinom od 100 do 120 u minuti**, prilagoditi snagu pritiska građi djeteta (**1/3 dubine prsnog koša**).
- **Nastaviti s oživljavanjem u omjeru**

30 : 2.





<https://www.youtube.com/watch?v=BfmYtk84PKg>

OŽIVLJAVANJE
DJETETA OD 1
G. DO
PUBERTETA

Postupak prve pomoći kod dojenčeta koje ne diše ili ne diše normalno

- Provjeriti sigurnost pristupa, provjeriti stanje svijesti, otvoriti dišni put, provjeriti disanje, zamoliti pomagača da pozove hitnu medicinsku službu.
- Ako ste sami, **primjenjujte oživljavanje jednu minutu, a zatim pozovite pomoć.**

OŽIVLJAVANJE DOJENČETA

- Položiti dojenče na leđa na čvrstu površinu, staviti dlan svoje ruke na čelo dojenčeta i vrlo mu nježno pridržavati glavu u **neutralnom položaju** (u istoj razini s ramenima, vratom i nogama).
- Vrh prsta druge ruke postaviti na vrh njegove brade i lagano je podignuti, ukloniti svaku vidljivu zapreku iz usta, ali ne čistiti djetetova usta prstom tražeći zapreke.



OŽIVLJAVANJE DOJENČETA

<https://www.youtube.com/watch?v=loXdhYwrF5g>

- **Započeti s umjetnim disanjem.**
- Svojim usnama obuhvatiti usta i nos dojenčeta, primijeniti **5 početnih upuha.**
- Nastaviti s pritiscima na prsni koš, 30 puta. Postaviti vrhove dva prsta jedne ruke na sredinu djetetova prsnog koša. Krenuti s pritiscima **brzinom od 100 do 120 u minuti.** Prilagoditi snagu pritisaka građi djeteta (**1/3 dubine prsnog koša**).
- **Nastaviti s oživljavanjem u omjeru**

30 : 2.



Postupak prve pomoći kod osobe koja ne diše ili ne diše normalno

- Ako ima više pružatelja prve pomoći, trebaju se izmjenjivati svaku minutu do dvije uz minimalni prekid između pritisaka i što manje vremena potrošenog na zamjenu. **Ne preporučuje se da oživljavanje provode dvije osobe istovremeno.**
- **Ako se ne može ili ne želi primijeniti umjetno disanje, tada se primjenjuju samo pritisci na prsni koš.**
- **Ako postoje otežavajuće okolnosti** za primjenu metode umjetnog disanja usta na usta, npr. **ozljeda čeljusti**, tada se primjenjuje **metoda usta na nos.**
- **Osobna zaštita kod oživljavanja:** upotrijebite džepnu masku ili zaštitnu foliju za umjetno disanje.

Postupak prve pomoći kod osobe koja ne diše ili ne diše normalno

Oživljavanje prekidamo jedino:

- ako unesrećena osoba dolazi svijesti, počinje disati (u slučaju da diše, ali ne dolazi svijesti, postaviti je u bočni položaj),
- ako je stigla hitna medicinska služba,
- ako je pružatelj prve pomoći posve iscrpljen i više ne može nastaviti s primjenom oživljavanja.