

KODĖL ŽMONĖS SKĘSTA ? TRYS PAGRINDINĖS NUSKENDIMO PRIEŽASTYS:



NEMOKĖJIMAS PLAUKTI



APSVAIGIMAS NUO ALKOHOLIO

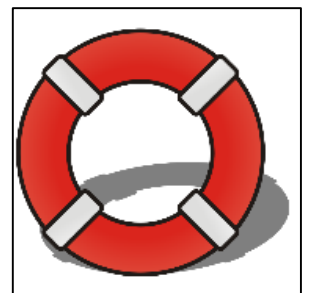


NEATSAKINGAS ELGESYS

TU GALI IŠGELBĖTI ŽMOGAUS GYVYBĘ



Pamatę skęstantį žmogų, šaukite: „Žmogus skęsta!“. Šaukdami mėginkite atkreipti aplinkinių dėmesį ir liepkite jiems kviesti **GREITĄJĄ MEDICINOS PAGALBĄ** bendruoju pagalbos telefonu **112** (OMINTEL – 103, BITE ir TELE2 – 033, TEO – 03). Jei esate vienas ir mokate plaukti, pirmiausia gelbėkite skęstantį žmogų, po to skambinkite pagalbos.



Apsidairykite, gal netoliese rasite, kokią nors gelbėjimo priemonę. Tai galėtų būti bet koks vandenyje neskęstantis daiktas, kurį galėtumėte nusviesti arba kartu su savimi plaukti prie skęstančiojo: gelbėjimo ratas, pripučiamas čiužinys ir kt.



Jei mokate plaukti, plaukite gelbėti skęstantįjį. Tačiau taip elgtis galima tik kraštutiniu atveju ir tik tada, jeigu esate tikrai geras plaukikas. Jei leidžia vandens gylis, saugiausia prie skęstančiojo eiti, o ne plaukti. Esant galimybei, darykite tai ne vienas, pasitelkite į pagalbą daugiau žmonių. Iškeldami žmogų į krantą, būkite atsargūs, nes skendęs žmogus gali būti patyręs kaklo traumą, ypač po nėrimo į negilų vandenį.

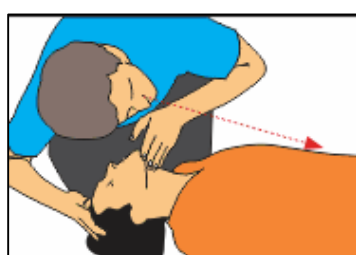


Ištraukę nukentėjusį iš vandens, apverskite jį veidu žemyn ir išvalykite jam burną. Jei žmogus sąmoningas padėkite nukentėjusįjį pilvu ant kelių, kad iš plaučių pasišalintų vanduo. Būkite šalia, nepalikite žmogaus vieno, kol atvyks greitoji medicinos pagalba.

KA DARYTI, JEI ŽMOGUS BE SĄMONĖS, JO KVĖPAVIMAS SUTRIKĖS AR IŠNYKĖS



Kvieskite GREITĄJĄ MEDICINOS PAGALBĄ bendruoju pagalbos telefonu **112** (OMINTEL – 103, BITE ir TELE2 – 033, TEO – 03) ir praneškite, kad iš vandens yra ištrauktas skenduolis.

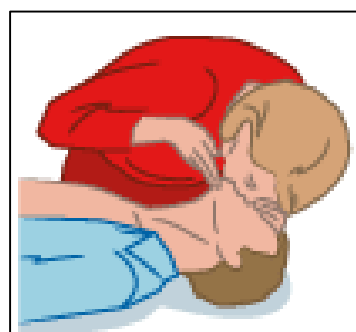
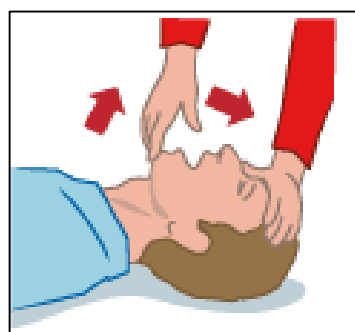


Atverkite kvėpavimo takus. Kvėpavimo įvertinimui sugaiškite ne daugiau negu 10 sekundžių. Pakelkite žmogaus smakrą – šis manevras atidaro oro takus, kuriuos, sąmonę praradusiame žmoguje, gali blokuoti liežuvis. Pridėkite ausį prie skendusio burnos ir klausykite iškvėpimo oro garso bei stebėkite krūtinės judėjimą įkvėpimo ir iškvėpimo metu.



Rankos per alkūnes tiesios
Pečiai tiesiai virš krūtinkaulio

Atlikite 30 krūtinės ląstos paspaudimų. Atsiklaupkite šalia nukentėjusiojo šono. Vienos rankos delno pagrindą padėkite nukentėjusiajam krūtinkaulio centre (spenelių lygyje). Antrosios rankos delno pagirinę uždėkite ant pirmosios rankos. Krūtinkaulį spauskite gilyn iki 5 cm. statmenai link stuburo.



Atlikite efektyvius 2 įpūtimus. Po 30 paspaudimų atverkite kvėpavimo takus, atlošdami galvą ir pakeldami smakrą. Dviem pirštais užspauskite nukentėjusiojo nosį. Dėl higienos ir užkrečiamų ligų, ant veido uždėkite servetėlę, tvarsliavos ar kokį nors audinį. Apžiokite nukentėjusiojo burną ir du kartus atlikite efektyvius 2 įpūtimus, stebėdami kylančią krūtinę. Rankas vėl teisingai uždėkite ant nukentėjusiojo krūtinkaulio ir atlikite 30 krūtinės paspaudimų.



ŠIAULIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS

D Ė M E S I O !!!
TĘSKITE KRŪTINKAULIO PASPAUDIMUS IR ORO ĮPŪTIMUS SANTYKIU 30:2
KOL ATVYKS KVALIFIKUOTA PAGALBA ARBA NUKENTĖJUSYSIS ATGAUS
SĄMONĘ