PATVIRTINTA
Alytaus „Volungės“ progimnazijos
direktoriaus 2020 m. rugpjūčio 31 d.
įsakymu Nr. V-58(1.2.)

ALYTAUS „VOLUNGĖS“ PROGIMNAZIJOS PIRMOSIOS PAGALBOS ORGANIZAVIMO IR TEIKIMO TVARKOS APRAŠAS

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Pirmosios pagalbos organizavimo Alytaus „ Volungės“ progimnazijos tvarka (toliau – Tvarka) reglamentuoja pirmosios pagalbos organizavimą, teikimą ir atsakomybę progimnazijoje.

2. Tvarką įgyvendina „Volungės“ progimnazijos darbuotojai ir kiti teisės aktais numatyti darbuotojai.

3. Tvarka parengta vadovaujantis teisės aktais:

3.1. 2005 m. gruodžio 30 d. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro įsakymu Nr. V-1035/ISAK-2680 (nauja redakcija nuo 2016-09-01) „Dėl sveikatos priežiūros mokykloje tvarkos aprašo patvirtinimo“;

3.2. 2007 m. rugpjūčio 1 d. Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministro įsakymu Nr. V-630 (nauja redakcija nuo 2018-01-01) „Dėl visuomenės sveikatos priežiūros specialisto, vykdančio sveikatos priežiūrą mokykloje, kvalifikacinių reikalavimų aprašo patvirtinimo;

3.3. 2011 m. rugpjūčio 10 d. Lietuvos Respublikos Sveikatos apsaugos ministro įsakymu Nr. V-773 (nauja redakcija nuo 2017-09-01) „Dėl Lietuvos higienos normos HN 21:2017 „Mokykla, vykdanti bendrojo ugdymo programas. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“ patvirtinimo“.

II. BENDRIEJI PIRMOSIOS PAGALBOS TEIKIMO ORGANIZAVIMO PRINCIPAI

4. Pirmoji pagalba – tai paprasti tikslingi veiksmai, naudojant turimas pirmosios pagalbos teikimo priemones ar kitokias priemones bei medžiagas, siekiant išsaugoti nukentėjusiojo gyvybę ar sustabdyti sveikatai žalingus veiksmus.

5. Įvykus nelaimingam atsitikimui „Volungės“ progimnazijoje veikiama pagal nustatytą algoritmą:

5.1. kilus grėsmei vaiko gyvybei arba esant ūmiai pavojingai sveikatos būklei pirmąją pagalbą teikia asmuo, esantis arčiausiai nukentėjusiojo.

5.2. prieš pradedant teikti pirmąją pagalbą, užtikrinamas situacijos saugumas.

5.3. įvertinus nukentėjusiojo būklę, jeigu reikalinga, pagalbą teikiantis arba šalia jo esantis asmuo kviečia GMP (GMP – greitoji medicinos pagalba).

5.4. jei tuo metu „Volungės“ progimnazijoje yra visuomenės sveikatos specialistas, vykdantis sveikatos priežiūrą progimnazijoje (toliau – VS specialistas), jis yra informuojamas apie įvykį ir su pirmosios pagalbos rinkiniu atvykęs į įvykio vietą, perima pirmosios pagalbos teikimą ir (ar) organizavimą.

5.5. Nelaimingo atsitikimo metu nukentėjęs mokinys, vienas nepaliekamas.

5.6. Kilus grėsmei vaiko gyvybei arba esant ūmiai pavojingai sveikatos būklei mokinio atstovus pagal įstatymą informuoja klasės auklėtojas, jeigu jo nėra – socialinis pedagogas.

5.7. Progimnazijos administraciją informuoja pagalbą teikiantis asmuo arba klasės auklėtojas, arba kitas šalia esantis progimnazijos darbuotojas.

5.8. Jeigu organizuojant nukentėjusiojo gabenimą į sveikatos priežiūros įstaigą nepavyksta susisiekti su mokinio tėvais (globėjais, rūpintojais), jį lydi progimnazijos vadovo

paskirtas asmuo (pagalbos mokiniui specialistas, pedagogas, klasės vadovas ar kt.) ir lieka su juo, kol atvyks mokinio tėvai (globėjai, rūpintojai).

9. Kiekvienas „Volungės“ progimnazijos darbuotojas turėtų žinoti:

9.1. kurioje progimnazijos vietoje laikomi pirmosios pagalbos rinkiniai;

9.2. kokiu telefono numeriu reikėtų kreiptis įvykus nelaimingam atsitikimui ar kitai situacijai, reikalaujančiai neatidėliotinų veiksmų.

10. Atvejai, kai būtina skambinti skubios pagalbos telefonu 112:

10.1. iškilus grėsmei gyvybei, sveikatai;

10.2. įtarus, kad žmogus bando nusižudyti;

10.3. aptikus sprogmenį;

10.4. smurto atveju;

10.5. kai kėsinamasi pagrobti, sugadinti ar sunaikinti turtą;

10.6. įvykus eismo įvykiui;

10.7. žmogui skęstant;

10.8. gaisro atveju.

11. Darbo vietoje „Volungės“ progimnazijos pedagoginiai darbuotojai turi sveikatos žinių atestavimo pažymėjimus ir yra išklausę 8 val. trukmės pirmosios pagalbos kursus.

12. Ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programą vykdančiose mokymo įstaigose – kiekvienoje grupėje, o pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programas vykdančiose mokymo įstaigose – progimnazijos darbo laiku lengvai pasiekiamose vietose: sporto salėje, mokymo kabinetuose, kuriuose atliekami darbai su konstrukcinėmis medžiagomis, elektronika, maisto tvarkymu, tekstile, privalo būti pirmosios pagalbos teikimo rinkinys.

13. Mokyklos direktoriaus įsakymu paskiriamas asmuo, atsakingas už pirmosios pagalbos rinkinio priežiūrą ir jos papildymą.

14. Mokinių nelaimingi atsitikimai registruojami, tiriami ir apskaitomi 2000 m. vasario 11 d. Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro įsakymu Nr. 113 „Dėl moksleivių nelaimingų atsitikimų tyrimo, registravimo ir apskaitos nuostatų“ nustatyta tvarka.

15. Sužalojimų, kurių neapima Moksleivių nelaimingų atsitikimų tyrimo, registravimo ir apskaitos nuostatai, registruojami „Mokinių nelaimingų atsitikimų registravimo formoje“ (priedas Nr. X).

III. PIRMOJI PAGALBA KRAUJUOJANT

16. 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.

17. 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 ertmes, tarp raumenų).

18. Įtarti vidinį kraujavimą reikėtų esant šiems požymiams:

18.1. nerimas;

18.2. silpnumas;

18.3. troškulys;

18.4. krečia drebulys, pila šaltas prakaitas;

18.5. žmogus išblykšta;

18.6. dažnas paviršutinis kvėpavimas;

18.7. dažnas ir silpnas pulsas;

18.8. žmogus gali prarasti sąmonę, kristi.

19. Įtarus vidinį kraujavimą, nukentėjusiajam reikėtų suteikti patogią kūno padėtį, dėti šalčio kompresus, kuo greičiau organizuoti gabenimą į gydymo įstaigą.

20. Esant išoriniam kraujavimui:

20.1. užsimauti pirštines arba panaudoti kitą skysčiui nelaidžią medžiagą;

20.2. nuvilkti nukentėjusiajam drabužius arba juos apkirpti, kad matytųsi kraujuojanti vieta;

20.3. kraujuojančią vietą užspausti tvarsčiu (jeigu sterilaus tvarsčio nėra, galima panaudoti švarų audinį (nosinę, skarelę arba užspausti rankomis, nukentėjusysis gali pats, savo rankomis, užspausti kraujuojančią žaizdą);

20.4. sutvarstyti;

20.5. jeigu kraujavimo sustabdyti nepavyko (krauju permirkusių tvarsčių nuimti negalima), ant viršaus dėti spaudžiamąjį tvarstį (pvz.: standžiai susuktą audinio ritinėlį);

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

20.7. varžtu stabdyti kraujavimo nerekomenduojama;

20.8. kraujuojant galvos srityje, nukentėjusiojo neguldyti;

20.9. kraujuojant iš nosies, nukentėjusįjį reikia nuraminti, pasodinti, papašyti palenkti galvą į priekį, užspausti nosies sparnelius, ant nosies kaulinės dalies ir kaktos dėti šalčio kompresus.

IV. PIRMOJI PAGALBA NETEKUS SĄMONĖS

21. Jei nėra galvos ar stuburo traumos požymių, kvėpuojantį, bet nesąmoningą nukentėjusįjį reikia paguldyti į stabilią šoninę padėtį. Ji palaiko atvirus kvėpavimo takus:

21.1. priklaupti šalia nukentėjusiojo ir ištiesti jo kojas;

21.2. arčiau esančią ranką sulenkti per peties ir alkūnės sąnarius stačiais kampais;

21.3. delną atversti aukštyn;

21.4. kitą ranką permesti per krūtinės ląstą, prie skruosto;

21.5. sulenkti toliau nuo savęs esančią koją stačiu kampu per klubo ir kelio sąnarius;

21.6. uždėti rankas ant tolesnių peties bei klubo arba kelio sąnarių ir vienodai paversti ant šono;

21.7. viršutinės rankos delną pakišti po apatiniu žandu;

21.8. viršutinę koją sulenkti stačiu kampu;

21.9. atlošti galvą, užtikrinant atvirus kvėpavimo takus;

21.10. po skruostu pakišus delną; galva turi būti stabili;

21.11. pakartotinai įvertinti gyvybines organizmo funkcijas.

22. Galvos smegenų trauma. Svarbiausias galvos smegenų traumos požymis – sąmonės sutrikimas. Netekęs sąmonės žmogus nesugeba reaguoti į išorinius dirgiklius.

23. Patyrus galvos smegenų traumą, netekus sąmonės gali:

23.1. užkristi liežuvio šaknis;

23.2. išnykti kosulio ar rijimo refleksai;

23.3. sustoti kvėpavimas;

23.4. žmogus gali užspringti krauju, skrandžio turiniu, gali uždusti.

24. Galvos smegenų traumos požymiai:

24.1. kraujavimas iš nosies, burnos, ausies;

24.2. gelsvo ar kraujingo skysčio tekėjimas iš ausų;

24.3. nosies ar galvos žaizdos;

24.4. mėlynės aplink akis, už ausų;

24.5. galvos ar veido asimetrija, deformacija;

24.6. stiprūs galvos skausmai;

24.7. vietinis galvos audinių patinimas;

24.8. sunkėjanti sąmonės būklė arba visiškas jos netekimas;

24.9. vienos akies vyzdžio išsiplėtimas;

24.10. vienos pusės rankos ir kojos silpnumas ar paralyžius.

25. Pirmoji pagalba galvos smegenų traumos atveju:

25.1. jei nukentėjusysis sąmoningas, nuraminti ir suteikti jam patogią kūno padėtį;

25.2. kviesti GMP;

25.3. sekti nukentėjusiojo sąmonę, kvėpavimą ir kraujotaką;
25.4. jei yra atvira žaizda, uždėti spaudžiamąjį tvarstį;
25.5. jei sąmonės netekimas buvo trumpalaikis, nepalikti nukentėjusiojo, sekti jo būklę;
25.6. jei nukentėjusysis nesąmoningas, atverti kvėpavimo takus, pakelti apatinį žandikaulį, įvertinti kvėpavimą, pasirengti prireikus daryti įpūtimus ir krūtinės ląstos paspaudimus.
26. Stuburo traumos požymiai:
26.1. skausmas kaklo ar nugaros srityje;
26.2. iškrypimas ar išsigaubimas nuo normalios stuburo ašies;
26.3. patinimas pažeidimo vietoje.
27. Kai patyrus stuburo traumą pažeistos nugaros smegenys:
27.1. išnykusi judesių kontrolė galūnėse žemiau pažeidimo;
27.2. išnykę ar nenormalūs jutimai (deginimas, dilgčiojimas), galūnė nejudri, sunki ar suglebusi;
27.3. išnykusi šlapinimosi ir tuštinimosi kontrolė;
27.4. sunku kvėpuoti.
28. Pirmoji pagalba stuburo traumos atveju (esant sąmonei):
28.1. nukentėjusiajam neleisti judėti;
28.2. kviesti GMP (tel. 033 arba tel. 112);
28.3. paprašyti šalia esančiųjų iš rūbų padaryti volelius ir jais fiksuoti galvą neutralioje pozicijoje;
28.4. sekti pagrindines gyvybines funkcijas (sąmonę, kvėpavimą, širdies veiklą).
29. Jeigu nukentėjusysis nesąmoningas, sustojo kvėpavimas ir širdies veikla, pradėti gaivinti. Pagal galimybes reikia stengtis apsaugoti stuburą nuo judesių. Tačiau tai neturi trukdyti gaivinimui.

V. PIRMOJI PAGALBA ESANT TRAUKULIAMS

30. Traukuliai – tai nevalingi, nekontroliuojami, pasikartojantys raumenų susitraukimai. Gali būti didieji (išplitę visame kūne) ir mažieji.
31. Atsiranda, jei sergama epilepsija, yra galvos smegenų auglys, įvykus galvos traumai, apsinuodijus įvairiomis cheminėmis medžiagomis. Vaikams gali atsirasti labai stipriai karščiuojant.
32. Paprastai traukuliai prasideda netekus sąmonės ar jos netenkant. Dažniausiai traukuliai ištinka esant epilepsijos priepuoliui.
33. Epilepsijos priepuolio požymiai:
33.1. staigus riktelėjimas;
33.2. sustingimas;
33.3. sąmonės sutrikimas;
33.4. akių žvilgsnis į viršų ar šoną;
33.5. ritmiški raumenų traukuliai;
33.6. veido pamėlynavimas;
33.7. kramtomieji judesiai;
33.8. nevalingas šlapinimasis;
33.9. triukšmingas kvėpavimas;
33.10. putos iš burnos.
34. Jei prasidėjus epilepsijos priepuoliui žmogus krenta, reikia pasistengti, kad kristų saugiai:
34.1. prilaikyti galvą kritimo metu;
34.2. atlaisvinti drabužius;
34.3. padėti ką nors po galva.
35. Pasibaigus traukuliams atverti kvėpavimo takus ir patikrinti kvėpavimą.
36. Esant poreikiui daromi įpūtimai ir krūtinės ląstos paspaudimai.

37. Jei nukentėjusysis kvėpuoja, jį reikia paguldyti į stabilią šoninę padėtį ir sekti jo gyvybines funkcijas.

38. Kviesti GMP.

39. Epilepsijos priepuolio atveju nereikėtų atlikti šių veiksmų:

39.1. tarp dantų nedėti jokių kietų daiktų;

39.2. neslopti traukulių fizine jėga;

39.3. nevežti į ligoninę priepuolio metu.

VI. PIRMOJI PAGALBA UŽSPRINGUS

40. Žmogus užspringsta, kai svetimkūnis (maistas, smulkios žaislų dalys) užkemša kvėpavimo takus siauriausioje jų dalyje – balso klostėse. Užspringimas gali būti visiškas ir dalinis.

41. Dalinio užspringimo požymiai:

41.1. žmogus išlieka sąmoningas;

41.2. žmogus gali kosėti ir kalbėti.

42. Visiško užspringimo požymiai:

42.1. nukentėjusysis negali kalbėti;

42.2. nukentėjusysis rodo visų suprantamą užspringimo ženklą (griebiasi už kaklo);

42.3. nukentėjusiojo kosulys silpnas, neefektyvus;

42.4. nukentėjusiajam kvėpuojant atsirado švilpesys;

42.5. nukentėjusiojo kvėpavimo nepakankamumas sunkėja;

42.6. nukentėjusysis pradeda mėlti;

42.7. nukentėjusysis netenka sąmonės.

43. Pirmoji pagalba esant daliniam užspringimui:

43.1. stebėti užspringusįjį;

43.2. nepalikti nukentėjusiojo vieno;

43.3. jeigu nukentėjusysis kosti, netrukdyti jam (kosulys yra geriausias svetimkūnio pašalinimo iš kvėpavimo takų būdas);

43.4. netrankyti į nukentėjusiojo tarpumentę;

43.5. netaikyti Heimlicho metodo;

43.6. užspringimui užtrukus, kviesti GMP.

44. Pirmoji pagalba visiško užspringimo atveju:

44.1. 5 kartus suduoti į tarpumentę;

44.2. jei nukentėjusysis vis tiek išlieka užspringęs, pasinaudoti Heimlicho metodu (atsistoti ar atsiklaupti 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;

44.3. šiuos veiksmus atlikinėti pakaitomis tol, kol žmogus atsprings arba neteks sąmonės.

45. Nukentėjusiajam netekus sąmonės, pradėti gaivinti.

VII. PIRMOJI PAGALBA SUSIŽEIDUS

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

47. Žaizdos pavojingumas pasireiškia tuo, kad:

47.1. per žaizdą į audinius gali patekti infekcija;

47.2. per žaizdą galima nukraujuoti;

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

47.4. gali ištikti šokas;

47.5. sužeistasis gali mirti ar likti neįgalus;

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

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

50. Žaizdų tvarstymas – tai pirmosios pagalbos būdas, naudojant įvairią tvarsliavą (bintą, sterilius ir nesterilius tvarsčius, pleistrą, tvarstomąsias skareles ir parankines priemones) uždengiant žaizdą.

51. Žaizdų tvarstymo tikslas:

51.1. apsaugoti žaizdą nuo aplinkos užkrato;

51.2. sustabdyti kraujavimą;

51.3. sumažinti skausmą;

51.4. sugerti išsiskiriantį kraują ar skystį.

52. Žaizdų tvarstymo pagrindai:

52.1. tvarstyti pradedame nuo tvarsčio galo;

52.2. tvarsčio plotis parenkamas atsižvelgiant į žaizdą;

52.3. tvarstoma nuo plonesnės link storesnės kūno dalies;

52.4. tvarstis turi lygiai priglusti prie kūno;

52.5. tvarstyti nestipriai, kad nespaustų kraujagyslių ir nervų;

52.6. negalima mazgo rišti ties žaizda;

52.7. būtina patikrinti, ar nesutriko kraujotaka.

53. Žaizdų tvarstymo būdai:

53.1. žiedinis būdas (tinka tvarstant ranką, kojį, kaktą, kaklą);

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

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

53.4. kryžminis aštuoniukės formos būdas (tvarstomi sąnariai);

53.5. tvarstymas skarelėmis (tinka tvarsčiui fiksuoti, galūnei įtvirtinti);

53.6. sterilios skarelės gali būti naudojamos kaip tvarstis žaizdai uždengti.

54. Sutvarsčius žaizdą, jeigu reikia, kviesti GMP arba vežti į gydymo įstaigą.

VIII. PIRMOJI PAGALBA NUDEGUS

55. Nudegimai skirstomi pagal juos sukėlusią priežastį, gylį, vietą ir sunkumą.

56. Nudegimai pagal juos sukėlusią priežastį klasifikuojami: terminis, elektrinis, cheminis, radiacinis.

57. Nudegimai pagal jų gylį klasifikuojami: paviršinis, vidutinio gylio, gilusis.

58. Nudegimai pagal juos sukėlusią priežastį gali būti:

59.1. dėl temperatūros poveikio (ugnies, įkaitusių daiktų dalių, karštų skysčių, garų ir pan.);

59.2. dėl ultravioletinių, jonizuojančių spindulių;

59.3. elektros srovės;

59.4. cheminių medžiagų.

60. Kritinių nudegimų požymiai:

60.1. gilūs nudegimai, apimantys plaštakas, pėdas, veidą, viršutinius kvėpavimo takus ir lytinius organus;

60.2. gilūs nudegimai, apimantys daugiau kaip 10% kūno paviršiaus;

60.3. vidutinio gylio nudegimai, apimantys daugiau kaip 30 % kūno paviršiaus;

60.4. nudegimai, susiję su kvėpavimo takų nudegimu.

61. Vidutinio sunkumo nudegimų požymiai:

61.1. gilūs nudegimai, apimantys nuo 2 % iki 10 % kūno paviršiaus ploto;

61.2. vidutinio gylio nudegimai, apimantys nuo 15 % iki 30 % kūno paviršiaus ploto;

61.3. paviršiniai nudegimai, apimantys daugiau kaip 50 % kūno paviršiaus ploto.

62. Lengvų nudegimų požymiai:

62.1. gilūs nudegimai, apimantys mažiau kaip 2 % kūno paviršiaus ploto;

62.2. vidutinio gylio nudegimai, apimantys mažiau kaip 15 % kūno paviršiaus ploto;

63. paviršiniai nudegimai, apimantys mažiau kaip 50 % kūno paviršiaus ploto.

64. Pirmoji pagalba esant terminiam nudegimui:

64.1. nutraukti žalojantį aukštos temperatūros poveikį;

64.2. vėsinti nukentėjusįjį kambario temperatūros vandeniu mažiausiai 10–30 min.;

64.3. vėsinimo metu numauti apyrankes, žiedus ir kt. daiktus, kurie, prasidėjus audinių tinimui, galėtų spausti nudegusią vietą;

64.4. vėsinant nukentėjusįjį vertinti jo būklę ir teikti pagalbą, vadovaujantis ABC principu;

64.5. stebėti, ar neatsiranda šoko požymių;

64.6. nuvilkti visus karštus, smilkstančius drabužius, jeigu prilipę – apkirpti juos;

64.7. aptvarstyti visą nudegimo plotą sausais tvarsčiais (nedėti tvarsčių ant apdegusio veido);

64.8. jeigu nudegusi galūnė, įtverti ją;

64.9. suteikti nukentėjusiajam patogią padėtį;

64.10. kviesti GMP, stebėti nukentėjusiojo būklę.

65. Pirmoji pagalba esant cheminiam nudegimui:

65.1. skubiai nusausinti skysta chemine medžiaga paveiktą vietą arba nubraukti sausas chemines medžiagas nuo kūno paviršiaus (saugoti savo rankas, užsimauti pirštines arba panaudoti kitą skysčiui nelaidžią medžiagą);

65.2. gausiai plauti nudegusią vietą vandeniu (geriausia tekančiu);

65.3. apnuoginti nudegusią vietą, uždengti steriliu tvarsčiu, sutvarstyti;

65.4. skubiai organizuoti nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

66. Veiksmai paveikus elektros srovei:

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

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

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

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

66.5. 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;

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

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

66.8. nutraukus elektros srovės poveikį:

66.8.1. skubiai įvertinti nukentėjusiojo sąmonę, kvėpavimą ir kraujotaką;

66.8.2. palaikyti kvėpavimo takus atvirus;

66.8.3. jeigu reikia, gaivinti;

66.8.4. vėsinti nudegusią vietą;

66.8.5. nuvilkti (apkirpti) apdegusius drabužius, numauti papuošalus ir kt. daiktus, kurie, prasidėjus audinių tinimui, galėtų spausti nudegusią vietą;

66.8.6. tolesni veiksmai – kaip patyrus terminį nudegimą.

67. Teikiant pirmąją pagalbą nudegus, draudžiama:

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

67.2. pradurti pūsles;
67.3. dėti ledą ant nudegusios vietos;
67.4. tvarstyti veido.
68. Nudegus akis reikia gausiai plauti tekančiu vandeniu 15–20 min.

IX. PIRMOJI PAGALBA PERKAITUS

69. Perkaitimas – tai būklė, kai sutrinka kūno temperatūros reguliacijos mechanizmas. Žmogus perkaista dėl aukštos aplinkos oro temperatūros, mažo oro srauto judėjimo ilgai būnant nevėdinamoje patalpoje, daug ir sunkiai dirbant arba sportuojant karštoje aplinkoje, karštą dieną aktyviai judant ir mažai geriant vandens.
70. Aukštos temperatūros poveikis gali būti trejopas:
70.1. šiluminiai traukuliai: (apatinių galūnių, nugaros, pilvo traukuliai ir didelis prakaitavimas);
70.2. šiluminis išsekimas (galvos skausmas, silpnumas, svaigulys, pykinimas, spazmai, euforija, nerimas ar apatija, mieguistumas, odos blyškumas, šalta ir drėgna oda);
70.3. 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).
71. Pirmoji pagalba esant šiluminiam išsekimui:
71.1. nunešti nukentėjusįjį į vėsią vietą;
71.2. atpalaiduoti arba nuvilkti drabužius, nuauti batus;
71.3. suvilgyti kūną vėsiu vandeniu, vėdinti;
71.4. duoti gerti pasūdyto vandens;
71.5. pakelti kojas aukščiau širdies lygio;
71.6. kviesti GMP, stebėti nukentėjusįjį.
72. Pirmoji pagalba esant šiluminiam smūgiui:
72.1. nunešti nukentėjusįjį į vėsią vietą;
72.2. skubiai kviesti GMP;
72.3. atlaisvinti arba nuvilkti drabužius;
72.4. esant galimybei, suvynioti į šaltą, drėgną paklodę, aktyviai vėdinti;
72.5. masažuoti galūnes ir odą;
72.6. pakelti kojas aukščiau širdies lygio;
72.7. jeigu sąmoningas, duoti lėtai išgerti bent stiklinę vandens.
73. 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.
74. Saulės smūgio požymiai:
74.1. galvos skausmas;
74.2. spengimas ausyse;
74.3. mirgėjimas akyse;
74.4. padažnėjęs kvėpavimas ir pulsas;
74.5. pykinimas ar vėmimas;
74.6. apatija;
74.7. išbalusi oda;
74.8. pila šaltas prakaitas;
74.9. bendras silpnumas;
74.10. aukšta kūno temperatūra;
74.11. sąmonės pritemimas ir net netekimas.
75. Pirmoji pagalba saulės smūgio atveju (jei nukentėjusysis sąmoningas):
75.1. nuvesti nukentėjusįjį į pavėsį;

75.2. paguldyti arba pasodinti nukentėjusįjį;
75.3. atlaisvinti nukentėjusiojo drabužius;
75.4. nukentėjusiojo veidą apipurkšti vėsiu vandeniu;
75.5. ant nukentėjusiojo galvos uždėti šaltą kompresą;
75.6. nukentėjusiajam duoti atsigerti vandens.
76. Pirmoji pagalba saulės smūgio atveju (jei nukentėjusysis nesąmoningas):
76.1. paguldyti nukentėjusįjį į stabilią šoninę padėtį;
76.2. vėdinti nukentėjusįjį;
76.3. kuo skubiau organizuoti nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

X. PIRMOJI PAGALBA NUŠALUS

77. Nušalimai priklauso nuo aplinkos temperatūros, drėgmės, vėjo stiprumo, laiko, kurį žmogus praleidžia toje aplinkoje.
78. Lokalūs šalčio sukelti pažeidimai skirstomi į:
78.1. nuožvarbą (galima pažinti iš pažeistoje vietoje esančios patinusios, raudonos, jautrios ir neištinčios odos);
78.2. „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);
78.3. nušalimą (bet kurios kūno dalies jautrumo netekimą, staigų pabalimą, vėliau paraudimą, pūslių atsiradimą, tinimą, pažeistų vietų nejautrumą skausmui).
79. Pirmoji pagalba nuožvarbų atveju:
79.1. palaikyti pažeistą vietą prie savo kūno kelias minutes, kad apšiltų;
79.2. šildyti pažeistą kūno dalį stipriai spaudžiant rankomis arba glaudžiant prie savo kūno;
79.3. netrinti ir nemasažuoti, o spaudyti, maigyti.
80. Pirmoji pagalba pėdų nušalimo atveju:
80.1. nuvilkti spaudžiančius drabužius, nuauti batus, nuimti papuošalus bei kitus spaudžiančius dalykus;
80.2. šildyti pažeistas kūno dalis rankomis;
80.3. jei yra galimybė pervilkti sausais laisvais drabužiais, apkloti šiltais apklotais;
80.4. kuo greičiau organizuoti gabenimą į gydymo įstaigą.
81. Pirmoji pagalba nušalimo atveju:
81.1. šildyti pažeistas kūno dalis rankomis;
81.2. ant veido, ausų ir nosies uždėti rankas paties nukentėjusiojo;
81.3. jei nušalo rankos, atsegti megztinį ir nukentėjusiojo rankas priglausti prie kūno, po to užsegti, kad neprarastų kūno šilumos;
81.4. atlaisvinti arba nuvilkti veržiančius drabužius;
81.5. apkloti, masažuoti, mankštinti;
81.6. galima pamerkti nušalusią kūno dalį į šiltą, 38–40 laipsnių vandenį;
81.7. pakelti pažeistas kūno dalis, kad sumažėtų tinimas;
81.8. organizuoti nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

XI. PIRMOJI PAGALBA IŠTIKUS ŠOKUI

82. Šokas – gyvybei pavojinga būklė, atsirandanti, sutrikus kraujotakai.
83. Šokas gali būti:
83.1. sukeltas širdies ligų;
83.2. dėl nepakankamo kraujo tūrio;
83.3. sukeltas infekcijos;
83.4. anafilaksinis (dėl alerginės reakcijos);

83.5. sukeltas nervų sistemos pažeidimo.

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

85. Kitos šoko priežastys:

85.1. sunki infekcija;

85.2. tam tikrų hormonų trūkumas;

85.3. mažas gliukozės kiekis kraujyje (hipoglikemija);

85.4. sušalimas;

85.5. sunki alerginė reakcija;

85.6. vaistų perdozavimas;

85.7. nugaros smegenų pažeidimas.

86. Šoko požymiai:

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

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

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

87. Pirmoji pagalba ištikus šokui:

87.1. būtina šalinti galimą šoko priežastį (pvz.: stabdyti kraujavimą);

87.2. paguldyti nukentėjusįjį;

87.3. nuraminti nukentėjusįjį;

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

87.5. jei įtariamas lūžimas, įtvirtinti;

87.6. apkloti nukentėjusiojo kūną ir kojas;

87.7. kviesti GMP;

87.8. jei nukentėjusysis vemia ar jam teka seilės, pasukti galvą į šoną;

87.9. sekti pagrindines gyvybines funkcijas (sąmonę, kvėpavimą, širdies veiklą).

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

89. Anafilaksinio šoko priežastiniai veiksniai:

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

91.2. specifinio vaisto injekcija;

91.3. vabzdžio įkandimas;

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

92. Anafilaksinio šoko požymiai (pagal sistemas):

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

92.2. ryškus dusulys (kvėpavimo sistema);

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

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

92.5. nerimas.

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

94. Pirmoji pagalba ištikus anafilaksiniam šokui:

94.1. kviesti GMP;

94.2. paklausti ar nukentėjusysis turi reikiamų vaistų, jei turi, padėti jais pasinaudoti;

94.3. jei žmogus sąmoningas, suteikti jam patogią padėtį, jeigu dūsta – pasodinti, jei jaučia silpnumą, svaigsta galva – paguldyti ir pakelti kojas;

94.4. nuraminti nukentėjusįjį;

94.5. atpažinus šoką, teikti nukentėjusiajam pagalbą.

XII. PIRMOJI PAGALBA LŪŽUS KAULAMS

95. Kaulo lūžis – kaulo vientisumo suardymas. Kaulo lūžio požymiai:
95.1. lūžio vietoje gali būti patinimas, kraujosruvos;
95.2. galūnės deformacija;
95.3. skausmas, galūnės judrumas neįprastoje vietoje;
95.4. galūnė gali būti sutrumpėjusi ar neįprastai pakreipta, persukta, sulenkta;
95.5. lūžio vietoje jaučiamas ar girdimas traškėjimas;
95.6. sutrikusi pažeistos galūnės funkcija;
95.7. dėl kai kurių lūžių (šlaunikaulio, dubens kaulų) gali ištikti šokas.
96. Pirmoji pagalba kaulo lūžio atveju:
96.1. perspėti nukentėjusįjį, kad nejudintų pažeistos kūno dalies;
96.2. prilaikyti nukentėjusiojo sužalotą vietą savo rankomis;
96.3. įtvirtinti pažeistą vietą taip, kad sąnariai aukščiau ir žemiau pažeidimo vietos nejudėtų;
96.4. naudoti turimas priemones – standžius, kietus ir siaurus įtvarus (lenteles, surištas medžių šakeles, kartoną, standžiai susuktus laikraščius ir žurnalus);
96.5. įtvarą pritvirtinti prie sužeistos kūno dalies tvarsčiu ar skarele;
96.6. pažeistą galūnę pritvirtinti prie šalia esančios sveikos kūno dalies ar galūnės;
96.7. kviesti GMP;
96.8. įtariant šoką, pakelti sveikąją koją, sužeistosios galūnės nejudinti.

XIII. PIRMOJI PAGALBA Į KŪNĄ ĮSMIGUS AR PATEKUS SVETIMKŪNIUI

97. Pirmoji pagalba į kūną įsmigus daiktams:
97.1. jei iš žaizdos kyšo koks nors svetimkūnis – jokiu būdu nebandyti jo ištraukti, nes gali prasidėti ar sustiprėti vidinis kraujavimas;
97.2. jeigu nukentėjusysis sąmoningas, leisti jam būti tokioje padėtyje, kuri jam yra patogiausia;
97.3. stengtis išlaikyti stabilią nukentėjusiojo padėtį;
97.4. nuraminti nukentėjusįjį;
97.5. svetimkūnį uždengti tvarsčiu, aplink dėti tvarsčių arba švaraus audinio ritinėlius, kurie uždengtų visą svetimkūnį, švelniai nespaudžiant sutvarstyti;
97.6. skubiai kviesti GMP arba organizuoti nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.
98. Pirmoji pagalba svetimkūniui patekus į akis:
98.1. patekus į akį cheminėms medžiagoms, plauti ją 30–40 minučių šaltu arba drungnu tekančiu vandeniu;
98.2. vandeniu išplovus akis, šlapiais tamponais kruopščiai nuvalyti odos vietas, ant kurių pateko nuodingas skystis;
98.3. tą patį reikia padaryti ir nudegus akis;
98.4. patekus dulkėms, taip pat plauti vandeniu, nukentėjusiajam patarti dažnai mirksėti, nes mirksint dulkės pasišalina;
98.5. į akį patekus svetimkūniui, perspėti nukentėjusįjį, kad netrintų akies;
98.6. dviem pirštais išplėsti akį, svetimkūnį, esantį vidiniame apatinio voko paviršiuje, pašalinti švaria drėgna servetėle;
98.7. akį nupilti vandeniu, galvą laikyti taip, kad vanduo nepatektų į sveiką akį;
98.8. jeigu giliai akyje įstrigusi drožlė ar kristalas, nieko nedaryti (mėginant iš akies traukti svetimkūnį, galima nepagydomai pažeisti akies audinius).
99. Pirmoji pagalba svetimkūniui patekus į nosį:
99.1. nuraminti nukentėjusįjį;
99.2. liepti nukentėjusiajam kvėpuoti pro burną;
99.3. gabenti nukentėjusįjį į gydymo įstaigą.

100. Pirmoji pagalba svetimkūniui patekus į ausį:

100.1. nuraminti nukentėjusįjį;

100.2. jei ausyje gyvas vabzdys, pilti į nukentėjusiojo ausį šilto vandens;

100.3. uždengti nukentėjusiojo ausį tvarsčiu ir, kiek įmanoma greičiau, gabenti į gydymo įstaigą.

XIV. PIRMOJI PAGALBA APSINUODIJUS

101. Nuodai – tai medžiaga, kurios tam tikras kiekis, patekęs į organizmą, gali sukelti trumpalaikį ar ilgalaikį audinių pažeidimą.

102. Apsinuodijimo būdai:

102.1. pro burną (nuryjant);

102.2. per odą;

102.3. įkvepiant;

102.4. per akis;

102.5. injekciniu būdu (suleidus ar įgėlus).

103. Apsinuodijus reikėtų nedelsiant skambinti Apsinuodijimų kontrolės ir informacijos biuro telefonu 85 236 20 52 arba 8 687 53 378.

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

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

104.2. kaip tai atsitiko;

104.3. kiek nukentėjusiųjų;

104.4. kada tai atsitiko;

104.5. kokia medžiaga ir koks kiekis;

104.6. ar yra apsunkinančių aplinkybių.

105. Pirmoji pagalba nuodams patekus pro burną:

105.1. užtikrinti kvėpavimo takų praeinamumą, kvėpavimą ir kraujotaką;

105.2. jei įmanoma, nustatyti, kuo apsinuodyta;

105.3. pasirūpinti, kad nukentėjusysis kuo greičiau patektų į ligoninę;

105.4. jei nukentėjusysis yra sąmoningas, paklausti ko, kiek ir kada jis gėrė / vartojo;

105.5. kviesti GMP;

105.6. jei matomas lūpų nudegimas, kol atvyks GMP, duoti nukentėjusiajam mažais gurkšneliais išgerti stiklinę šalto vandens;

105.7. nebandyti sukelti vėmimo, nebent nukentėjusysis yra sąmoningas, ką tik apsinuodijo ir tai daryti rekomendavo specialistas.

106. Pirmoji pagalba nuodams patekus per odą (atpažinimo būdai):

106.1. gali būti įvairaus pobūdžio skausmas;

106.2. šalia nukentėjusiojo būna cheminių medžiagų ar jų pakuočių;

106.3. iš karto ar truputį vėliau atsiranda pažeistos vietos paraudimas, patinimas, pūslių.

107. Pirmoji pagalba nuodams patekus per odą:

107.1. patikrinti, ar aplinka šalia nukentėjusiojo yra saugi teikti pagalbą;

107.2. užtikrinti savo ir nukentėjusiojo saugumą;

107.3. jei nukentėjusiojo drabužiai labai užteršti, prieš plaunant atsargiai juos nuvilkti;

107.4. pažeistą vietą plauti dideliu kiekiu tekančio vandens apie 20 minučių;

107.5. ant nudegimo žaizdų uždėti sausą švarų tvarstį ir atsargiai sutvarstyti;

107.6. organizuoti nukentėjusiojo gabenimą į gydymo įstaigą.

108. Apsinuodyti įkvepiant galima:

108.1. dujomis;

108.2. aerozoliais;

108.3. smalkėmis;

108.4. amoniako garais;

108.5. anglies dvideginiu;

108.6. sieros vandeniliu;

108.7. pesticidais.

109. Jų įkvėpus gali sutrikti kvėpavimas, sąmonė. Dūmais apsinuodijama gaisro metu, smalkėmis – gyvenamosiose patalpose, garažuose, kur kūrenamos krosnys, pavojingos dujos gali išsiskirti įvykus cheminei reakcijai, pvz.: tuo pačiu metu naudojant skirtingas valymo priemones: baliklį ir dezinfekcijos priemonę.

110. Apsinuodijimo požymiai:

110.1. bendras silpnumas;

110.2. galvos skausmas;

110.3. triukšmingas ir pasunkėjęs kvėpavimas;

110.4. odos ir gleivinės spalvos pokyčiai;

110.5. pykinimas, vėmimas;

110.6. sąmonės sutrikimas.

111. Pirmoji pagalba apsinuodijimo atveju:

111.1. užtikrinti pakankamą kvėpavimą;

111.2. kviesti GMP (gaisto atveju nedelsiant skambinti tel. 112 ir kviesti priešgaisrinę gelbėjimo tarnybą bei GMP);

111.3. kuo greičiau išvesti nukentėjusįjį iš apnuodytos patalpos, atsagstyti jo apykaklę, pasirūpinti, kad patektų daugiau gryno oro;

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

111.5. jei surastas nesąmoningas žmogus kanalizacijos šulinyje, duobėje, nereikia bandyti leistis žemyn patiems, nes galima apsinuodyti ir prarasti sąmonę, skambinti tel. 112, kviesti specialiąsias tarnybas;

111.6. jei nukentėjusysis prarado sąmonę, atverti kvėpavimo takus ir nustatyti, ar nukentėjusysis kvėpuoja;

111.7. jei nukentėjusysis nekvėpuoja, įpūsti jam oro ir pasirengti atlikti krūtinės ląstos paspaudimus;

111.8. jei nukentėjusysis kvėpuoja, paguldyti į stabilią šoninę padėtį.

112. Pirmoji pagalba nuodams patekus per akis:

112.1. jeigu yra, užsimauti apsaugines pirštines;

112.2. padėti nukentėjusiajam plauti pažeistą akį mažiausiai 20 min. šalto vandens srove, jei nukentėjusysis dėl skausmo negali prasimerkti, švelniai, bet tvirtai pramerkti pažeistos akies vokus (saugoti sveikąją akį);

112.3. uždėti tvarstį ant pažeistosios akies ir sutvarstyti abi akis.

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

114. Apsinuodijimo įgėlus ar įkandus požymiai:

114.1. stiprus, aštrus skausmas įgėlimo vietoje;

114.2. įgeltos vietos paraudimas ir patinimas;

114.3. dusulys;

114.4. veido tinimas;

114.5. dilgėlinis viso kūno bėrimas.

115. Pirmoji pagalba apsinuodijimo įgėlus ar įkandus atveju:

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

115.2. pakelti įgeltą galūnę, uždėti įkandimo vietoje ledo, laikyti 10 min.;

115.3. jei patinimas plinta ar būklė sunkėja, organizuoti gabenimą į gydymo įstaigą.

116. Gyvatės įgėlimo požymiai:

116.1. pora taškinių dantų žymių;

116.2. stiprus skausmas, paraudimas ir patinimas;

116.3. pykinimas ir vėmimas;

116.4. sutrikęs regėjimas;

116.5. seilėtekis ir padidėjęs prakaitavimas;
116.6. pasunkėjęs kvėpavimas ar net jo sustojimas.
117. Pirmoji pagalba gyvatės įgėlimo atveju:
117.1. nukentėjusįjį atsargiai paguldyti, nuraminti, paprašyti nejudėti;
117.2. numauti nuo įgeltos galūnės žiedus, nusekite laikrodį;
117.3. nuplauti įkandimo vietą;
117.4. įkąstą galūnę standžiai sutvarstyti, tvarstyti pradėti nuo įgėlimo vietos galvos link;
117.5. sutvarstytą kūno dalį įtvirtinti;
117.6. kuo greičiau organizuoti gabenimą į gydymo įstaigą.

XV. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

118. Su šia Tvarka supažindinti progimnazijos darbuotojai. Tvarka viešinama Progimnazijos internetinėje svetainėje.
119. Šioje Tvarkoje įvardyti informavimo veiksmai nepažeidžia Asmens duomenų tvarkymo Progimnazijoje taisyklių.

_____