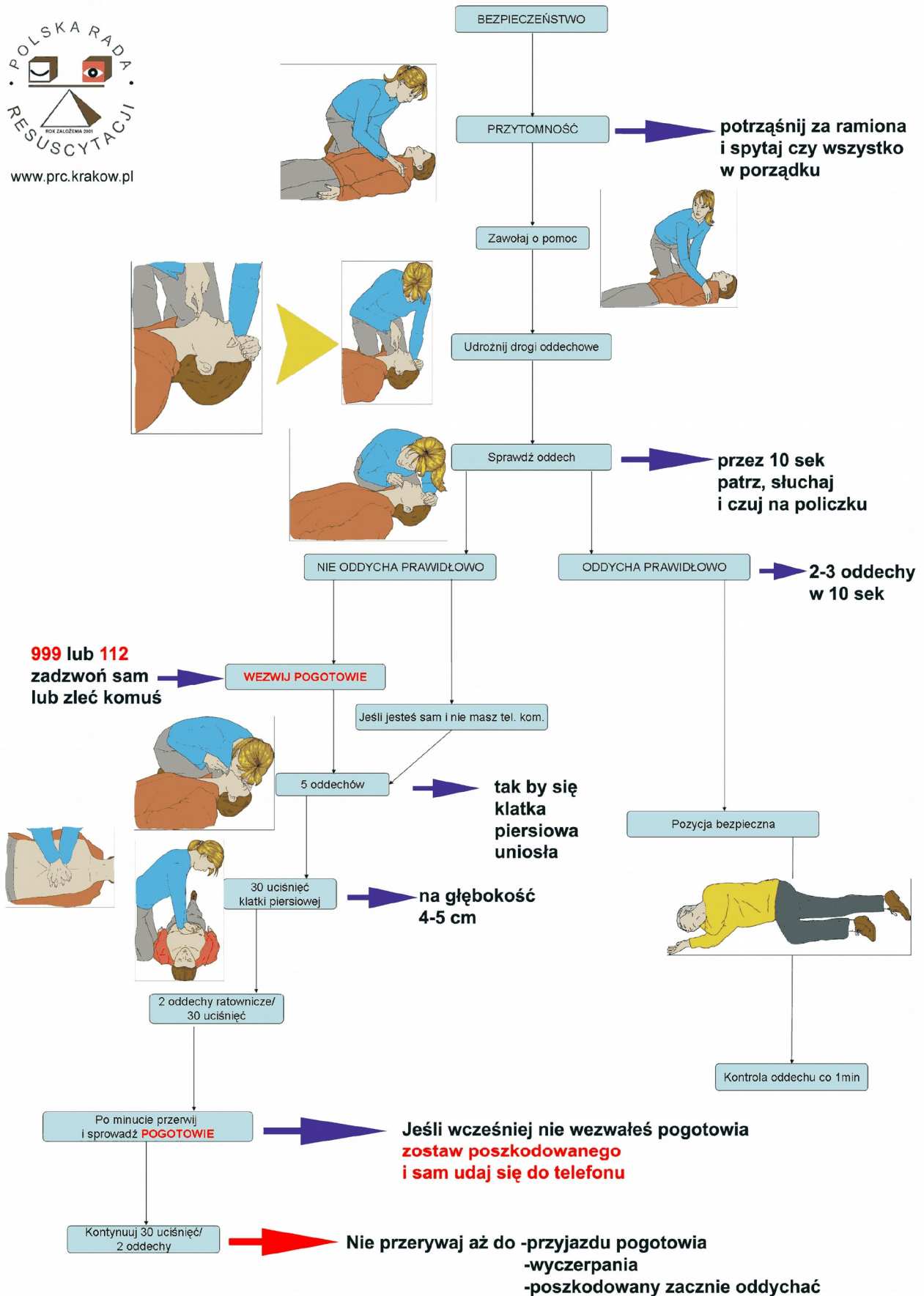


TEMAT: PIERWSZA POMOC I RKO U TONĄCYCH

RSKO W UTONIĘCIACH



Na podstawie poniższych informacji i powyższego schematu sporządź notatkę PIERWSZA POMOC U TONĄCYCH- proszę mi jej nie odsyłać

Po czym poznać, że człowiek się topi?

W pozycji pionowej wykonuje gwałtowne, nieskoordynowane ruchy, spieniając wodę.

Nie krzyczy, bo nie ma siły. Koncentruje się natomiast na zaczerpnięciu powietrza i utrzymaniu głowy nad powierzchnią wody.

Jeśli ma długie włosy, mogą one zasłaniać mu twarz. Tonący człowiek nie ma możliwości ich ogarnięcia.

Pamiętaj, że tonący człowiek nie krzyczy, bo nie ma siły. Tonie w ciszy i desperacko próbuje zaczerpnąć powietrza.

Najważniejsze jest pierwsze 60 sekund, gdy osoba tonąca utrzymuje się jeszcze na wodzie. Później zniknie pod jej powierzchnią, a uratowanie takiej osoby może graniczyć z cudem.

Jak udzielić pierwszej pomocy tonącemu?

Zadzwoń po pomoc (112) lub poproś gapiów o wezwanie pomocy. Jeśli jest to plaża strzeżona, zawołaj ratownika.

Oceń sytuację i wybierz najbezpieczniejszy sposób udzielania pomocy. Nie pływ z gołymi rękami, rzuć tonącemu koło ratunkowe lub linę, podpłyn łódką lub postaraj się podać bojkę asekuracyjną. Samodzielne podpływanie do tonącego i holowanie go do brzegu to ostateczność, w takich przypadkach często dochodzi do podwójnych utonięć.

Po skoku do wody dopłyn do tonącego, obserwuj go cały czas! Zatrzymaj się poza zasięgiem ramion tonącego i staraj się nawiązać z nim kontakt. Jeśli jest to niemożliwe, musisz go obezwładnić i doholować do brzegu.

Jeżeli to jest możliwe, nie dopuść do „oddychania” wodą przez tonącego. Jak najszybciej wydostań go spod wody, a przy utracie przytomności/oddechu już w momencie wydobywania go na powierzchnię podaj pierwszy sztuczny oddech. Po odholowaniu poszkodowanego na brzeg powtórz ten zabieg kilkakrotnie.

Pierwsza pomoc na brzegu:

Oceń przytomność osoby poszkodowanej. Spróbuj nawiązać z nią kontakt.

Udrożnij drogi oddechowe – połóż rękę na czole osoby poszkodowanej i delikatnie odchyl do tyłu głowę. Opuszki palców drugiej ręki połóż na zuchwie i podnieś ją. Oczyść jamę ustną z zanieczyszczeń, jeśli jest to konieczne.

Sprawdź oddech, przykładając głowę do ust ofiary i obserwuj klatkę piersiową przez ok. 10 sekund.

Skrzyżowane dłonie połóż na mostku i uciskaj – wykonaj 30 mocnych uciśnień w okolicy serca. U dzieci wykonuj uciśnięcia jedną dłonią, u niemowląt dwoma palcami.

Wykonaj 5 wdechów.

Jeśli po 10 sekundach nie zauważysz prawidłowego oddechu, wykonaj dodatkowo 2 wdechy + 30 uciśnień klatki piersiowej.

Jeśli oddech wrócił do normy, ułóż osobę poszkodowaną w pozycji bocznej ustalonej, by nie dopuścić do ewentualnego zakrztuszenia się wymiotami.

Okryj osobę poszkodowaną kocem lub ubraniami.

Nie rzucaj się na pomoc tonącemu, gdy nie masz pojęcia, jak to zrobić. Osoba, która tonie, jest w panice. Może w akcie desperacji schwytać żelaznym uściskiem i skrępować ci ruchy. Istnieje wtedy duże prawdopodobieństwo, że oboje znikniecie pod taflą wody.