

Osnovne upute za pružanje prve pomoći na mjestu nesreće

Savjeti u tekstu koji slijedi nisu zamjena za tečaj prve pomoći, ali vam mogu poslužiti kao podsjetnik!

Postupak s unesrećenom osobom u slučaju prometne nesreće

=> procijenite stanje unesrećene osobe

- × ustanovite stanje svijesti unesrećene osobe na temelju procjene reakcije unesrećene osobe na vaš podražaj (pitanje ili blagi mehanički podražaj);
- × provjerite diše li unesrećena osoba ako je u besvjesnom stanju;
- × potražite postoje li rane koje jako krvare ili znakovi unutarnjeg krvarenja.

=> kad ste izvršili procjenu stanja unesrećene osobe pozovite hitnu medicinsku službu.

Do njihovog dolaska ostanite uz unesrećenu osobu i primijenite potrebne postupke prve pomoći.

ako je unesrećena osoba bez svijesti i ne diše normalno:

- × postavite unesrećenu osobu na leđa, na čvrsto što je moguće ravnije tlo;
- × započnite s postupkom oživljavanja naizmjeničnom primjenom 30 pritisaka na prsni koš (masaža srca) i 2 upuha zraka (umjetno disanje) do dolaska hitne medicinske službe :
 - α položite korijen dlana jedne ruke na sredinu prsnog koša unesrećene osobe; na tu ruku stavite korijen dlana druge ruke, isprepletite prste obje ruke i pazite da vam prsti budu odignuti od prsnog koša. Izvršite 30 pritisaka utiskujući prsnu kost za 5 do 6 cm brzinom od 100 do 120 pritisaka u minuti.
 - α unesrećenoj osobi zabacite glavu, zatvorite nos i podignite bradu. Svojim ustima obuhvatite usta unesrećene osobe. Upuhnite zrak u usta unesrećene osobe 2 puta.

ako je unesrećena osoba bez svijesti, ali diše normalno:

- × polegnite unesrećenu osobu na tlo i postavite je u bočni položaj kako bi joj osigurali prohodnost dišnih puteva;
- × provjeravajte disanje unesrećene osobe svake minute. Ukoliko unesrećena osoba prestane disati normalno, okrenite je na leđa i započnite s oživljavanjem.

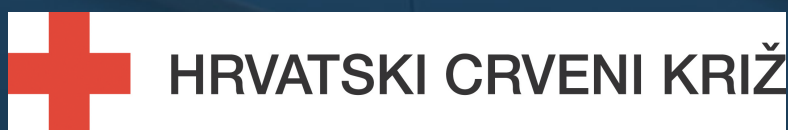
HAK

HRVATSKI AUTOKLUB

ako unesrećena osoba jako krvari iz rane:

- × polegnite unesrećenu osobu na leđa;
- × zaustavite krvarenje izravnim pritiskom na ranu. Pri tome obavezno nosite zaštitne rukavice iz kutije prve pomoći
- × ako je rana koja krvari na ruci ili nozi možete za zaustavljanje krvarenja koristiti kompresivni zavoj:
 - pokrijte ranu sterilnom gazom
 - na sterilnu gazu postavite "kompresivni predmet" (smotani zavoj ili smotak neke druge tkanine)
 - čvrsto omotajte zavoj oko "kompresivnog predmeta" i na taj način preko njega izvršite pritisak na prekinutu krvnu žilu u rani

ako je unesrećena osoba pri svijesti, primijenite potrebne postupke prve pomoći. Zapamtite, razgovarajte s unesrećenom osobom, ohrabrujte je i nemojte je ostaviti samu!



Zdravstveni odjel Hrvatskog Crvenog križa - Prva pomoć
Ulica Crvenog križa 14-16, 10000 Zagreb, Hrvatska

+385 1 4655 814 e-pošta: prva-pomoc@hck.hr

Hrvatski autoklub
Avenija Dubrovnik 44 tel.

tel. +385 1 66 11 999 e-pošta: hak@hak.hr