

**GHIDUL
SALVATORULUI**



GESTURILE CARE SALVEAZĂ



International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies



Crucea Roșie din Moldova



Norwegian **Red Cross**



MINISTRY OF FOREIGN AFFAIRS

GESTURILE
CARE
SALVEAZĂ



Acest manual este validat de Centrul Național Științifico-Practic de
Medicină de Urgență din Moldova și a fost elaborat în baza manualului
Crucii Roșii Franceze.

Toate drepturile aparțin Crucii Roșii din Moldova

Aducem mulțumiri Ministerului Afacerilor Externe din Norvegia și Crucii
Roșii Norvegiene pentru contribuția adusă la finanțarea elaborării acestui
manual prin intermediul Federației Internaționale a Societăților de Cruce
Roșie și Semilună Roșie.



International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies



Norwegian Red Cross



MINISTRY OF FOREIGN AFFAIRS



Cuprins:

Cuvânt introductiv	4-5
Planul de acțiuni pentru acordarea primului ajutor	8-9
Protecția	10-11
Alarma	12-13
Degajările de urgență	14-15
Susținerea psihologică	16-17
Starea de rău	18-19
Durerea în piept	20-21
Asfixierea adultului	22-23
Asfixierea copilului	24-25
Starea de inconștiență	26-27
Stopul cardio-respirator la adult	28-29
Stopul cardio-respirator la copil	30-31
Stopul cardio-respirator la sugar	32-33
Plăgile simple	34-35
Plăgile grave	36-37
Traumatismele membrelor	38-39
Traumatismele la spate, la ceafă sau la cap	40-41
Hemoragiile	42-43
Arsuri simple	44-45
Arsurile grave	46-47
Tehnica manevrelor	48-59
Mișcarea Internațională de Cruce Roșie și Semilună Roșie și Principiile Fundamentale	60-61



În fiecare an, mii de persoane, copii și adulți, sunt victime ale accidentelor ce survin în viața cotidiană, majoritatea cu consecințe grave asupra sănătății și chiar vieții acestora. Totuși, circa jumătate din numărul acestor drame ar putea fi evitate dacă la locul accidentului s-ar afla o persoană capabilă să acorde corect și în timp util gesturile salvatoare, până la sosirea asistenței medicale profesionale.

Societatea de Cruce Roșie din Moldova își propune să instruiască, în cadrul programelor sale, un număr cât mai mare de persoane în acordarea primului ajutor, care să poată interveni în situațiile de urgență care din păcate pot oricând surveni în viața cotidiană – la școală, la serviciu, pe stradă, acasă... Contează să știm cum să acționăm în aceste cazuri pentru a obține certitudinea că s-a făcut totul pentru salvarea persoanei în cauză.

Manualul de față este un material informațional de referință pentru persoanele instruite în acordarea primului ajutor, ce va contribui la consolidarea abilităților lor practice însușite în cadrul cursurilor de instruire.

Cunoscând tehnica acordării primului ajutor putem contribui în mod direct la alinarea suferințelor umane, obiectiv de bază al Mișcării Internaționale de Cruce Roșie și Semilună Roșie.

BÎRCA Larisa

Președinte Societății de Cruce Roșie din Moldova



Manualul Crucii Roșii "Gesturile care salvează" este destinat instruirii publicului larg în acordarea Primului Ajutor și a fost în cadrul unui proiect al Uniunii Europene (TACIS) "Consolidarea capacităților Societății de Cruce Roșie din Moldova prin fortificarea și stimularea rețelei de voluntari". Manualul este scris într-un limbaj foarte accesibil și explicit. El conține scheme bine ilustrate cu explicații pe trepte a gesturilor de prim ajutor în diverse stări de urgență atât la adulți cât și la copii.

Obiectivul principal al acestui manual este de a instrui masele în acordarea primului ajutor pentru sporirea șanselor de supraviețuire ale victimelor. Informațiile descrise vor putea ajuta populația să intervină cu o eficacitate maximă în situațiile de urgență până la sosirea asistenței medicale profesionale.

Manevrele descrise în acest manual corespund ultimelor recomandări ale Consiliului European de Resuscitare (CER) și sunt adaptate la condițiile actuale ale Republicii Moldova. Este indispensabilă instruirea populației în realizarea manevrelor de prim ajutor, îndeosebi a celor de reanimare cardio-pulmonară.

Acest manual va servi ca suport în instruirea maselor largi de populație în acordarea asistenței premedicale de urgență la locul accidentului, de muncă sau în familie.

Șeful Catedrei „Urgențe medicale”
Gheorghe CIOBANU
Doctor habilitat în științe medicale,
Profesor universitar

Henry Dunant

Unul din visele lui Henry Dunant, fondatorul Crucii Roșii era ca peste tot în lume să existe echipe de voluntari bine instruiți gata să ajute pe aproapele lor atât pe timp de război cât și pe timp de pace. În prezent, noi nu suntem încă gata să răspundem peste tot în lume la această provocare lansată de către acest umanist.



A INSTRUI

Crucea Roșie a fost întotdeauna convinsă de interesul orientat spre instruirea în acordarea primului ajutor; Federația Internațională a Societăților de Cruce Roșie și Semilună Roșie vorbește chiar de piatra de temelie a Mișcării.



A SALVA

Iată de ce, ea s-a atașat în acești ultimi ani de intensificarea acestor acțiuni de promovare a manevrelor de acordare a primului ajutor. Dar să nu uităm că înainte de toate Crucea Roșie rămâne a fi o Asociație umanitară generalistă, chiar dacă misiunea sa de instruire a manevrelor salvatoare a fost mereu una dintre prioritățile sale, acestea integrându-se ideal în procesul de asistență globală a persoanelor în situații critice, atât pe plan psihic cât și fizic.

De ce este indispensabilă o instruire în masă?



Numeroase studii științifice au demonstrat importanța primului salvator (prima verigă a lanțului de supraviețuire).

Dacă salvatorul este urmat rapid de serviciile de urgență specializate, dotate, printre altele, cu defibrilator semi-automat, șansele de supraviețuire a unei victime cu stop cardiac cresc cu 20%.

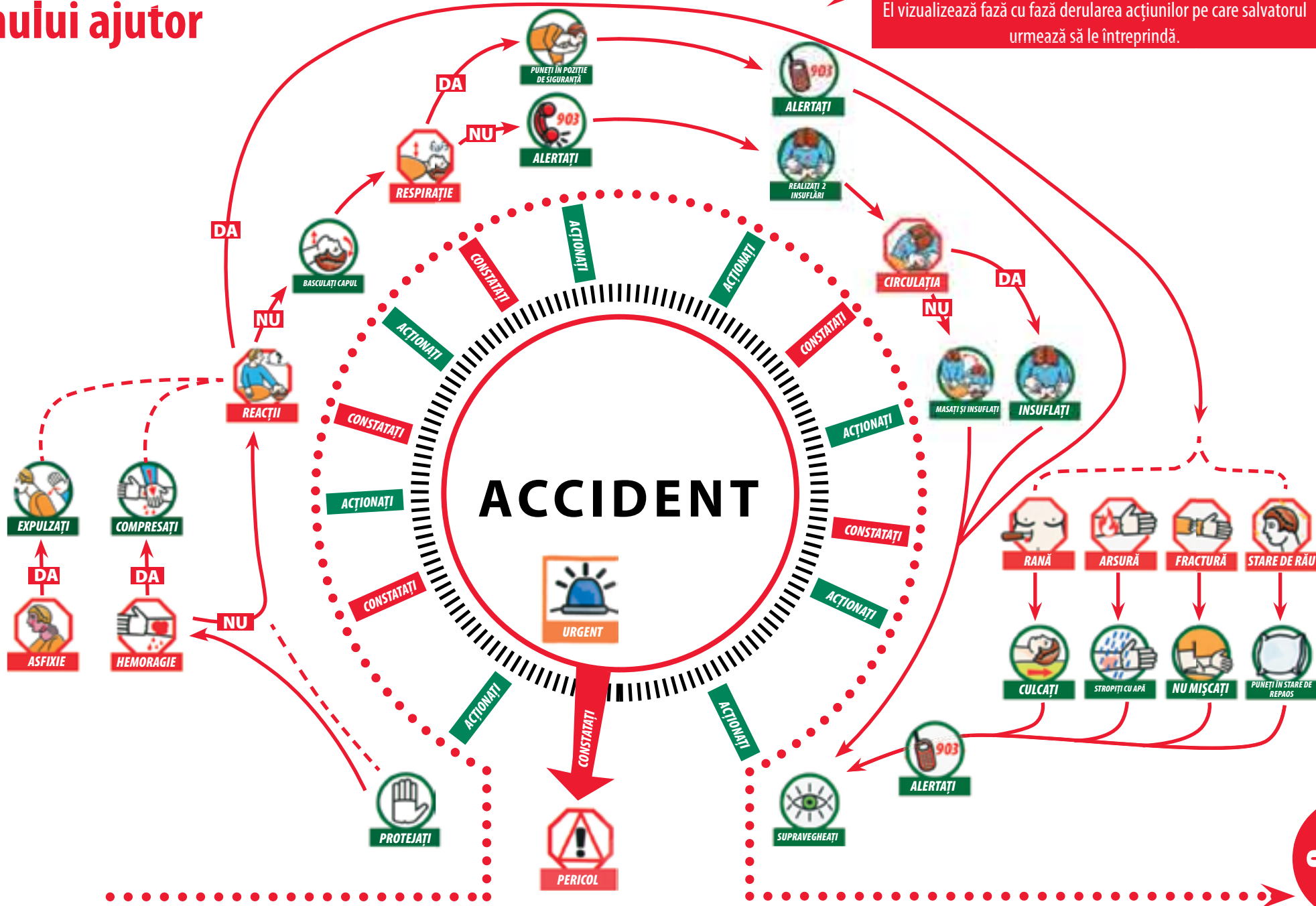
Dacă acest prim salvator lipsește de la locul accidentului, șansele de supraviețuire a victimei scad cu 2 sau 3 %!

Prin urmare, este indispensabilă instruirea maselor largi ale populației în realizarea manevrelor de prim ajutor, îndeosebi a celor de reanimare cardio-pulmonară.

Iată de ce
**Societatea de Cruce Roșie din Moldova
contează pe tine!**

Planul de acțiuni pentru acordarea primului ajutor

Planul de acțiuni pentru acordarea primului ajutor descrie succint toate modulele Atestării de Instruire în Acordarea Primului Ajutor. El vizualizează fază cu fază derularea acțiunilor pe care salvatorul urmează să le întreprindă.



Protecția



- Un incident pune în pericol acțiunile salvatorului, ale victimei și ale martorilor



CONSTATAȚI



AȚIUNĂȚI

Orice situație de accident poate genera **noi pericole**.
În absența intervenției salvatorului, viața sau sănătatea victimei și a martorilor este în pericol.
E necesar de suprimat sau de înlăturat orice pericol.

- Apropiati-vă atent de accident. Identificați persoanele (salvatorul, victima, martorii) care sunt expuse pericolului. Suprimați imediat și permanent pericolul. Marcați zona de accident prin indicatoare. Rugați pe alte persoane să vă ajute. Examinați victima și începeți să-i acordați ajutor.

CAZURI PARTICULARE

ACCIDENT RUTIER

- micșorați viteza și aprindeți avertizoarele de accident, din moment ce observați incidentul;
- Parcați corect vehiculul dumneavoastră;
- Rugați-i pe pasagerii dumneavoastră să coboare din mașină și asigurați-le securitatea;
- interziceți tuturor să fumeze lângă zona de accident;
- Marcați, cu ajutorul martorilor, zona de accident la 200 m de o parte și de alta, utilizând mijloacele pe care le aveți la dispoziție: lămpi electrice, avertizoarele de accident, fișii de stofă albă, triunghiuri de presemanalizare.



ACCIDENT ELECTRIC LA DOMICILIU

- nu atingeți victima niciodată înainte de a întrerupe curentul;
- Scoateți din priză dacă aceasta nu are defecte, în caz contrar întrerupeți curentul de la contor.



Alarma



CONSTATATI



ACȚIONAȚI



Orice persoană martoră a unei situații critice trebuie să dea alarma serviciilor de urgență. Lipsa alarmei poate pune în pericol viața sau sănătatea unei victime. **Prima verigă a lanțului de prim ajutor, alarma, dată imediat** după ce ați observat și analizat situația, permite intervenția rapidă a serviciului de urgență adaptată.

- Observați și analizați situația : accident, pericole, victime...
- Localizați incidentul.
- Gasiți un mijloc pentru a transmite alarma.
- Chemați serviciile de urgență și transmiteți informația necesară pentru intervenție.

SERVICIILE DE URGENȚĂ

901: serviciul de pompieri și salvatori

902: poliția

903: serviciul de asistență medicală urgentă (Ambulanța)

904: Moldova-gaz.

MIJLOACELE DE ALARMĂ

- Telefonul fix, cabina publică, telefonul mobil

INFORMAȚIILE DE TRANSMIS

Ele sunt cerute de către operatorul sau medicul serviciului de asistență alertat :

- **Descrierea** situației,
- Prezența sau lipsa **pericolului persistent**,
- **Localizarea** precisă a incidentului
- Numărul de telefon al locului de apel
- **Numărul de persoane** implicate
- **Gravitatea** eventuală a stării fiecărei victime.
- Primele **manevre** efectuate.

Ascultați atent sfaturile înainte de a întrerupe conversația.
Nu închideți decât la cererea serviciului de asistență implicat.

Degajările de urgență

Victima este expusă la un pericol, care nu poate fi suprimat. Lipsa acțiunilor salvatorilor poate duce la înrăutățirea stării și chiar decesul victimei. **Victima trebuie să fie degajată de urgență.**

- Victima este expusă la un pericol, care nu poate fi suprimat. Victima este vizibilă, se poate ajunge ușor pînă la ea, și degajarea ei este posibilă.



CONSTATAȚI

AȚIONAȚI



- Alegeți o tehnică de degajare în funcție de poziția victimei și forța dumneavoastră fizică.
- Degajați victima fără să vă expuneți pericolului.
- Marcați zona periculoasă.
- Examinați victima și începeți acțiunea de prim ajutor

TEHNICI DE DEGAJARE

TÎRÎREA VICTIMEI PE SOL

- Apucați energic victima de glezne sau de încheieturile mâinii și tîrîți-o pe sol, pe un loc sigur.

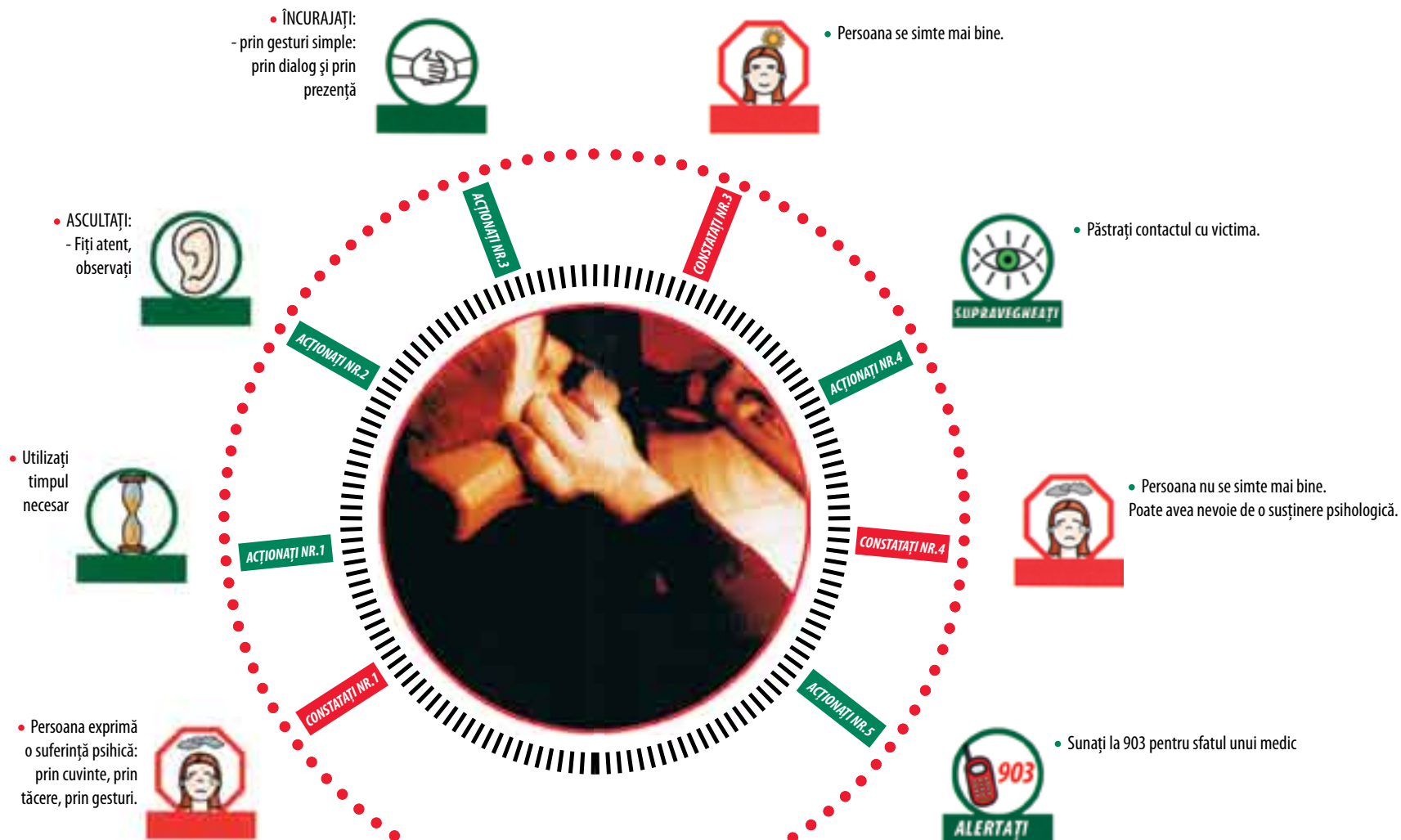


pericol

degajări de urgență

Suștinerea psihologică

Suportul psihologic reprezintă pentru viața psihică ceea ce primul ajutor pentru viața fizică. Manevrele de susținere psihologică necesită mai mult timp decât urgența medicală.



suferința psihică

susținerea psihologică

Starea de rău



- Victima este palidă, îi este frig și transpiră:
 - îi vine greu să respire și nu poate să vorbească sau o face cu mare dificultate.
 - ea prezintă o paralizie a brațului sau a piciorului, îi vine greu să vorbească sau are gura deformată.

- Culcați imediat victima dacă ea nu adoptă o altă poziție.



starea de rău



Victima se simte rău, fără a se ști din ce cauză. Această senzație poate fi semnul unei stări vitale critice. **Trebuie să imobilizați victima și să cereți sfatul medicului.**



- Întrebați victima sau persoanele din anturajul său de cât timp ea suferă, dacă este prima dată când are o astfel de stare, dacă primește un tratament medical, și dacă a mai fost spitalizată.

- Sunați la 903 și cereți sfatul unui medic.

- Respectați recomandările date de medic la telefon. Dați victimei medicamentul său la indicația medicului și la cererea sa. Dacă victima dorește zahăr, dați-i. Vorbiți regulat victimei, explicați-i ce se întâmplă, încurajați-o. Apelați din nou serviciile de urgență dacă situația se agravează.

poziția de repaos

Durerea în piept

Victima simte o durere care-i strânge pieptul. Viața ei este în pericol. Durerea în piept poate servi drept un semn precursor al unui stop cardiac. Trebuie imediat **să imobilizați victima** și să cereți un sfat medical.



- Cereți victimei să oprească orice activitate, propuneți-i să se culce, dacă ea nu preferă altă poziție.



- Întrebați victima sau persoanele din anturajul său de cât timp ea suferă, dacă este pentru prima dată, dacă primește un tratament medical și dacă a fost deja spitalizată.



- Victima simte o durere care-i strânge pieptul.



- Victima este îngrijorată, transpiră, se plînge de amețeli sau are senzații de vomă.



AȚIUNĂȚI NR.1

CONSTATAȚI NR.2

AȚIUNĂȚI NR.2

AȚIUNĂȚI NR.3

CONSTATAȚI NR.3

AȚIUNĂȚI NR.4

AȚIUNĂȚI NR.5



- Apelați la 903 și cereți un aviz medical.



- Respectați recomandările date de medic la telefon. Dați victimei medicamentul său la sfatul medicului și la cererea sa. Vorbiți regulat victimei, explicați-i ce se întâmplă, încurajați-o. Alertați din nou serviciile de urgență dacă situația se agravează.

durerea în piept

poziția de repaos

Asfixierea adultului



- Victima nu mai vorbește, este cu gura deschisă și ține mâna la gât. Ea depune eforturi ca să respire și nu tușește.



ACȚIONAȚI NR.1

CONSTATAȚI NR.1

CONSTATAȚI NR.2

ACȚIONAȚI NR.2

ACȚIONAȚI NR.3

ACȚIONAȚI NR.4



Victima prezintă o **obstrucție totală** a căilor aeriene din cauza unui corp străin. Ea este conștientă dar nu poate respira. Dacă nu se efectuează nici o manevră de ajutor, viața victimei este în pericol. Trebuie **efectuată imediat o deblocare** a căilor aeriene.

- Efectuați 5 lovituri în spatele victimei cu palma minii deschise. Efectuați 5 compresii în partea superioară a abdomenului dacă corpul străin n-a fost expulzat. Continuați alternarea a 5 lovituri în spate și 5 compresări abdominale până la expulzarea corpului străin.

(vezi tehnica de la pagina 44)



- Cereți consultarea unui medic.



- Vorbiți-i permanent victimei. Explicați victimei ce se întâmplă pentru încurajare. Dacă ea nu mai reacționează, efectuați manevrele recomandate.

asfixierea adultului

dezobstrucția
căilor aeriene

Asfixierea copilului



- Copilul se oprește din activitate, nu mai vorbește, nu tușește, ține gura deschisă și face eforturi ca să respire.



ACȚIONAȚI NR.1

CONSTATAȚI NR.1

CONSTATAȚI NR.2

ACȚIONAȚI NR.2



(vezi tehnica de la pagina 45)

ACȚIONAȚI NR.3



- Cereți sfatul unui medic.

ACȚIONAȚI NR.4



- Vorbiți regulat cu copilul după ce l-ați instalat în poziție șezândă sau semi-șezândă. Încurajați copilul explicându-i ce se întâmplă. Dacă copilul nu mai reacționează, efectuați manevrele recomandate.

Copilul prezintă o obstrucție totală a căilor aeriene cauzată de un corp străin. El este conștient, dar nu mai poate respira. Dacă nici un ajutor nu-i este acordat, atunci viața sa este în pericol. **Trebuie de întreprins imediat măsuri de deblocare a căilor aeriene.**

- La copilul mai mare de un an se efectuează aceleași manevre ca și pentru adult. Pentru un sugaci mai mic de un an, se efectuează 5 lovituri în spate cu partea palmară a mîinii. Dacă corpul străin n-a fost expulzat, efectuați 5 compresări pe cutia toracică. Verificați prezența corpului străin în gură, scoateți-l cu degetele, dacă este necesar. Continuați consecutivitatea celor 5 lovituri în spate, 5 compresări ale cutiei toracice pînă la expulzarea corpului străin.

dezobstrucția căilor aeriene

asfixierea copilului

Starea de inconștiență

Victima nu reacționează, dar respiră. Limba căzută în urmă și scurgerea lichidelor prezente în gât pot provoca **obturația căilor aeriene și un stop respirator**. Trebuie imediat să eliberați căile aeriene.



- Descheiați sau dezlegați tot ce este în jurul taliei sau a gâtului. Basculați în urmă capul victimei, ridicându-i bărbia în sus. Deschideți gura și scoateți eventualele corpuri străine vizibile.



(vezi tehnica de la pagina 46)



- Apropiati obrazul de gura și nasul victimei pentru:
 - A simți aerul expirat,
 - A asculta zgomotele respirației,
 - A observa ridicările abdomenului și a cutiei toracice.

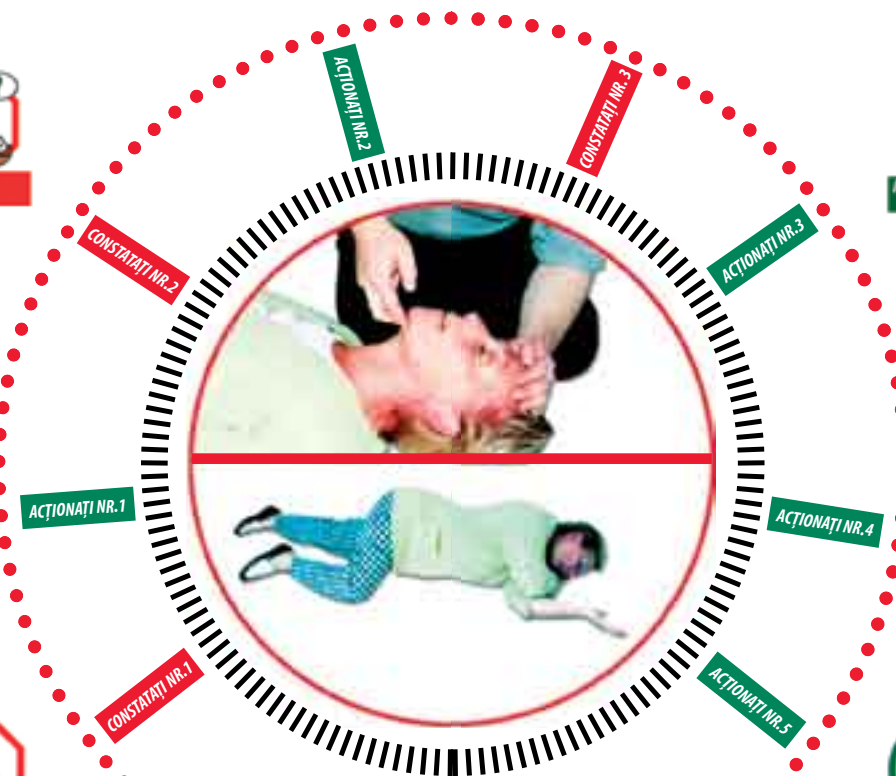
Victima respiră.



- Victima nu răspunde la întrebări și nu reacționează la atingere. Chemați ajutor dacă sunteți singur.



starea de
inconștiență



- Poziționați atent victima pe o parte, în poziție stabilă, pentru a permite lichidelor prezente în gură să se scurgă în exterior.

(vezi tehnica de la pagina 47)



- Supravegheați respirația victimei. Protejați victima de frig, de căldură excesivă sau de alte pericole.

poziția laterală
de securitate

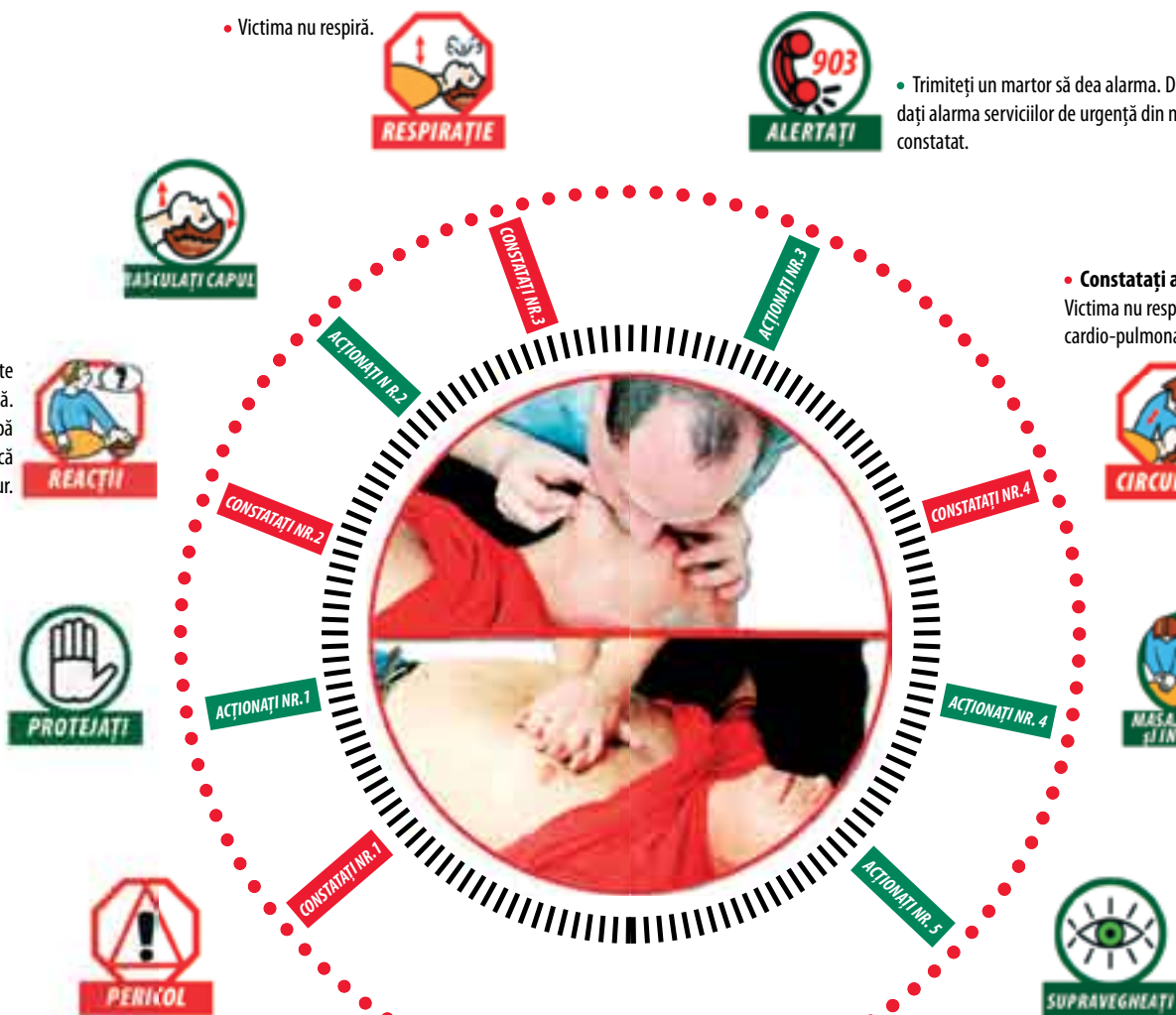
Stopul cardio-respirator la adult

Victima nu reacționează, nu respiră și nu prezintă semne de circulație ventilatorie. Fără manevre de prim ajutor și fără intervenția medicală de urgență, viața victimei este în pericol. Trebuie efectuată, fără întârziere, **compresarea regulată a toracelui alternată cu ventilația artificială**.



• Victima este inconștientă. Apelați după ajutor, dacă sunteți singur.

• Victima nu respiră.



• Trimiteți un martor să dea alarma. Dacă sunteți singur, duceți-vă să dați alarma serviciilor de urgență din moment ce stopul respirator a fost constatat.

• **Constatați absența semnelor de circulație,**

Victima nu respiră, nu se mișcă, nu tușește, efectuați imediat reanimarea cardio-pulmonară.

Dacă victima se mișcă, tușește, dar nu respiră, faceți 12 sau 15 insuflări (1 minut).



(vezi tehnica de la pagina 48)

• Efectuați 30 compresări pe mijlocul inferior al sternului apoi 2 insuflări și așa mai departe pînă la sosirea serviciilor de urgență.



(vezi tehnica de la pagina 49)

• Peste fiecare minut, căutați semnele de circulație ventilatorie. Opriti compresările toracice. Dacă victima se mișcă sau tușește, asigurați-vă că ea respiră. Dacă ea respiră, plasați-o atent pe o parte. Dacă victima continuă să nu respire, începeți reanimarea cardio-pulmonară.

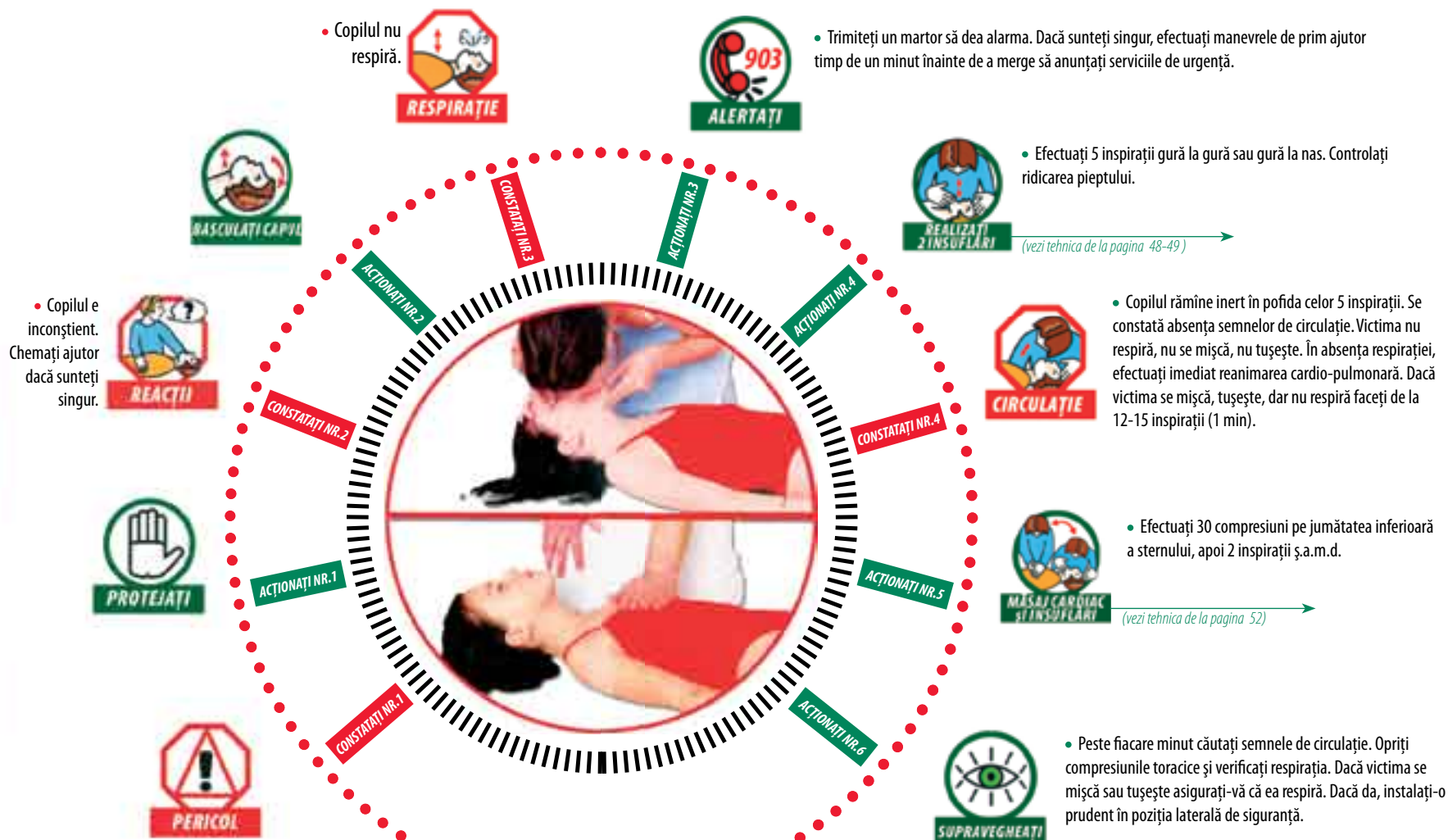


stopul cardio-respirator la adult

resuscitarea cardio-respiratorie

Stopul cardio-respirator la copil

Copilul nu reacționează, nu respiră și nu prezintă semne de circulație. Fără manevrele de prim ajutor și fără intervenția serviciilor de urgență viața copilului este în pericol. Trebuie să efectuați imediat **compresări toracice regulate alternate cu ventilarea artificială**.



stopul cardio-respirator la copil

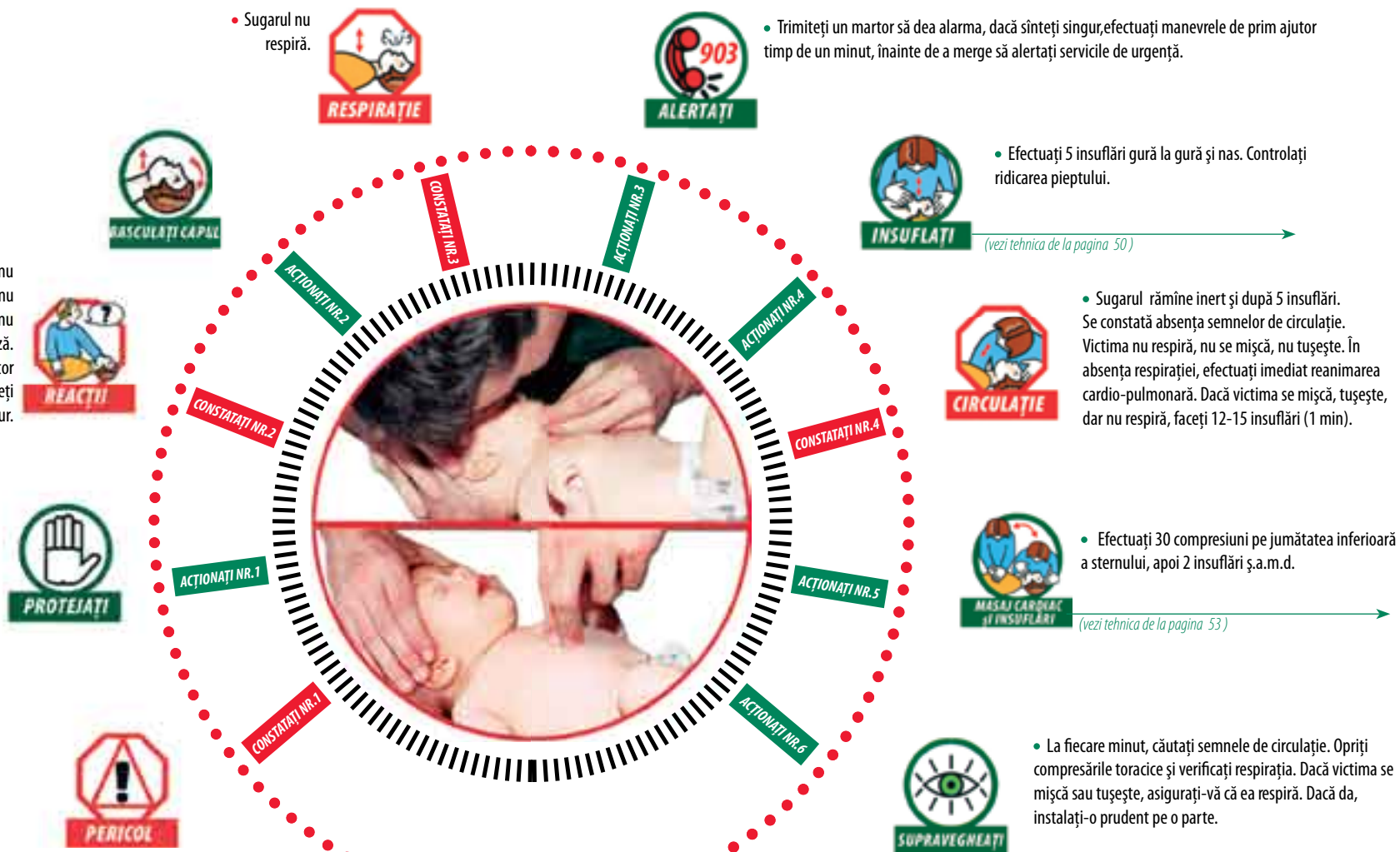
resuscitarea cardio-respiratorie

Stopul cardio-respirator la sugari

Sugarul nu reacționează, nu respiră și nu prezintă semne de circulație. Fără manevrele de prim ajutor și fără intervenția serviciilor de urgență, viața sugarului este pusă în pericol imediat. Trebuie să efectuați fără întârziere **compresiuni toracice regulate alternate cu respirație artificială**.



• Sugarul nu respiră, nu se mișcă, nu reacționează. Chemați ajutor dacă sunteți singur.



stopul cardio-respirator la sugari

resuscitarea cardio-respiratorie

Plăgile simple

Victima prezintă o plagă simplă. Neglijată ea **poate secundar provoca o infecție** și poate fi dureroasă. Trebuie să curățiți plaga și să vă asigurați că a fost făcut vaccinul anti-tetanos.



- Victima este conștientă, ea prezintă o plagă ce încetează să sângereze spontan.



AȚIUNĂȚI NR.1

CONSTATĂȚI NR.1



CONSTATĂȚI NR.2



AȚIUNĂȚI NR.2



- Spălați-vă mâinile. Curățați plaga cu apă și cu săpun sau eventual cu un antiseptic. Spălarea este făcută prudent. Protejați plaga cu un pansament adeziv, dacă aceasta riscă să fie infectată. Asigurați-vă că victima a fost vaccinată contra tetanosului în ultimii 10 ani.



- Cereți victimei să consulte un medic, dacă plaga se încălzește, devine roșie, frige și devine dureroasă timp de 24 de ore sau dacă victima nu a fost vaccinată contra tetanosului.

plăgile simple

curățirea

Plăgile grave



- Victima este conștientă, ea prezintă o plagă unică sau multiplă care este gravă, dacă este:
 - despicată (mușcătură);
 - localizată pe cutia toracică, pe burtă, la gât, la ochi sau pe față;
 - profundă, cauzată de un proiectil, o lovitură de cuțit sau de un alt obiect ascuțit...



ACȚIONAȚI NR.1

CONSTATAȚI NR.1

CONSTATAȚI NR.2

ACȚIONAȚI NR.2



ACȚIONAȚI NR.3

ACȚIONAȚI NR.4



- Cereți un aviz medical.

Victima prezintă o plagă gravă. Această plagă este **periculoasă** fiindcă ea poate provoca o **sîngerare abundentă** în interiorul organismului, o dificultate respiratorie sau poate genera o **infecție și alte urmări negative**. Trebuie să plasați victima în **poziție de așteptare** și să alertați serviciile de urgență.



- Plasați victima :
 - în poziție semi-așezată, dacă rana este pe piept.
 - pe spate, coapsele curbate, picioarele horizontale dacă plaga este pe abdomen.
 - pe spate, capul bine fixat dacă rana este la ochi.
 - în poziție orizontală atunci cînd plaga este localizată în alte locuri.

(vezi tehnica de la pagina 54)

- Vorbiți regulat cu victima și explicați - i ce se petrece ca s-o încurajați. Protejați victima de frig, de căldură excesivă sau de intemperii.

plăgile grave

instalarea în poziție de așteptare

Traumatismele membrelor

Victima prezintă un traumatism al oaselor sau al articulațiilor. Manevre nepotrivite pot să provoace o durere, complicații și sechele. **Este indispensabil de a nu mișca membrul afectat.**

- Victima este conștientă, ea se plinge după o lovitură, o cădere sau o mișcare imprecisă urmată de o durere acută, o umflare sau o deformare, de o dificultate sau de o imposibilitate de a se mișca.



- Evitați orice mișcare și manipulare.



ACȚIONAȚI NR.1



ACȚIONAȚI NR.3



- Rugați să dea alarma serviciului de prim ajutor și cereți un aviz medical.



CONSTATĂȚI NR.1



- Vorbiți permanent cu victima și explicați-i ce se întâmplă, încurajați-o. Protejați victima contra frigului, căldurii excesive sau contra altor pericole.

ACȚIONAȚI NR.4

traumatismele
membrelor

nu mișcați

Traumatismele la spate, la ceafă sau la cap

Victima prezintă un traumatism la spate, la gât și/sau la cap. Manevrele nepotrivite pot provoca complicații și sechele importante precum paralizia. **Este interzisă orice mobilizare a victimei.**



- Victima a căzut, ea este conștientă, întinsă pe spate, nu se poate mișca, se plînge de o durere acută la spate, ceafă sau cap.



- Sfătuiți victima să nu se miște și să evite toate mișcările. Mențineți capul victimei cu ambele mâini.



- Rugați să se dea alarma serviciilor de urgență sau cereți un aviz medical.



- Vorbiți regulat cu victima și explicați ce se întâmplă, încurajați-o. Protejați victima contra frigului, căldurii excesive sau contra altor pericole.

traumatismele la spate,
la ceafă sau la cap

nu mobilizați

Hemoragiile



- Comprimați imediat cu degetele sau cu palma minii locul care sîngerează. Sîngerea se oprește. Înainte de a interveni (în cazul unei plăgi pe mînă) protejați-vă cu ajutorul unei mănuși, a unei fișii din plastic sau a unui tampon din țesătură.

- Victima are o plagă accesibilă care sîngerează abundant fără corpuri străine vizibile.



Victima prezintă o **sîngerare abundentă**. Fără intervenție, **viața victimei este imediat în pericol**. Trebuie să opriți rapid sîngerea printr-o **compresare directă**.

- Culcați victima pentru a limita consecințele sîngerării și ridicați membrul care sîngerează.

- Dacă salvatorul trebuie să se elibereze înlocuiți compresarea cu mîina printr-un pansament compresiv făcut dintr-o bucată de pînză curată pliată (băsmăluță...), menținută printr-un bandaj strîns și printr-un nod.

- Chemați serviciul de urgență

- Asigurați-vă că hemoragia s-a oprit și explicați victimei ce se întîmplă ca s-o încurajați. Protejați victima contra frigului, căldurii excesive și contra altor pericole.

hemoragiile

compresarea directă

Arsurile simple



- Victima e conștientă, ea prezintă o roșeață pe o suprafață limitată sau o bulă mai mică decât jumătatea de palmă a mîinii victimei.



AȚIONAȚI NR.1



CONSTATAȚI NR.1



AȚIONAȚI NR.2



AȚIONAȚI NR.3



- Răciți imediat arsura stropind-o cu apă rece cel puțin 5 minute. Protejați-o eventual printr-un pansament. Nu spargeți bășica. Asigurați-vă că victima a fost vaccinată contra tetanosului în ultimii 10 ani.

- Dacă arsura devine fierbinte, roșie, usturătoare și dureroasă timp de 24 de ore, dacă victima nu este vaccinată contra tetanosului sau dacă victima este un copil, cereți sfatul unui medic

Victima prezintă o arsură simplă. Neglijată, ea poate deveni dureroasă și **ulterior poate genera o infecție**.
O arsură simplă trebuie imediat **răcită** și **supravegheată**.

arsurile simple

răciți

Arsurile grave



- Victima este conștientă, ea prezintă o arsură: bășică unică sau mai multe, a căror suprafață este mai mare decât jumătatea palmei unei mini a victimei,
 - aspect negricios,
 - situată pe față, pe mâni, în apropierea orificiilor naturale.



- Dacă îmbrăcămintea sa a luat foc, împiedicați victima să fugă, rostogoliți-o pe jos și stingeți flăcările cu ajutorul unei haine.



ACȚIONAȚI NR.1

CONSTATAȚI NR.1

CONSTATAȚI NR.2

ACȚIONAȚI NR.2



- Răciți imediat arsura, stropind-o cu apă (între 10 și 25°) timp de cel puțin 5 minute. Scoateți hainele în timpul stropirii cu excepția lenjeriei de corp. Poziționați victima orizontal pe partea neafectată sau în poziție semișezindă, dacă îi vine greu să respire.

ACȚIONAȚI NR.3



ACȚIONAȚI NR.4



- Vorbiți regulat cu victima și explicați-i ce se întâmplă, încurajați-o. Protejați-o contra frigului.

Victima prezintă o arsură gravă. Această arsură este periculoasă deoarece poate provoca o dificultate respiratorie, dacă căile aeriene sunt afectate, sau pune în pericol viața victimei. Ea poate genera, de asemenea, o infecție sau alte urmări negative. Arsura gravă trebuie **imediat răcită**, victima instalată într-o **poziție de așteptare și alertate serviciile de urgență**.

arsurile grave

răcirea și alarma

Tehnica manevrelor

- ASFIXIEREA LA ADULT -

(vezi tehnica de la pagina 14-15)



TEHNICI DE DEZOBTURĂȚIE A CĂILOR AERIENE LA ADULT

LOVITURI PE SPATE

Victima este în picioare sau așezată :

- plasați-vă lângă spatele victimei,
- țineți-i toracele cu o mână și plecați-l înainte,
- dați 5 lovituri energice pe spate, între cei 2 omoplați cu partea palmară a mîinii.



Loviturile pe spate provoacă un acces de tuse și pot expulza corpul străin care obturează căile aeriene.

COMPRESĂRI PE ABDOMEN MANEVRĂ LUI HEIMLICH.

În cazul în care loviturile pe spate sunt ineficiente

Victima este în picioare sau așezată:

- plasați-vă în spatele victimei,
- treceți brațele pe sub ale victimei, de o parte și de alta a abdomenului său,
- Fixați pumnul în curbura stomacului, partea dorsală a mîinii în sus,
- Fixați cealaltă mîină pe prima,
- Trageți energic spre spate și în sus, fără să apăsați pe coastele victimei.



Compresarea abdominală acționează ca un piston pentru expulzarea corpului străin.

- ASFIXIEREA LA SUGARI -

(vezi tehnica de la pagina 16-17)



TEHNICA DE DEZOBTURĂȚIE A CĂILOR AERIENE LA SUGARI

LOVITURI PE SPATE

- culcați sugarul cu capul plecat înainte, pe antebraț,
- efectuați 5 lovituri pe spate, între omoplați, cu partea palmară a mîinii.



loviturile pe spate provoacă un acces de tuse și poate expulza corpul străin care blochează căile aeriene.

COMPRESĂRI ALE TORACELUI :

In caz de eșec a loviturilor pe spate

- Intoarceți sugarul pe spate.
- Culcați-l cu capul în jos pe antebraț și pe copasă
- Apăsați pe mijlocul toracelui, cu ajutorul a 2 degete, pe partea inferioară a sternului, fără ca să apăsați pe extremitatea inferioară a sternului.



Compresarea toracelui mobilizează corpul străin și deblochează căile aeriene.

Tehnica manevrelor

- INCONȘTIENȚĂ -

(vezi tehnica de la pagina 18)



TEHNICI DE BASCULARE A CAPULUI ÎN URMĂ



- Eliberați sau descheiați rapid nasturele la pantalon, centura, cravata, gulerul cămășii.
- Basculați atent capul în urmă; plasând palma unei mâini pe frunte, pentru a apăsa în jos și a inclina capul în urmă; fixând 2 degete ale celeilalte mâini pe vârful bărbii pentru a o ridica și a o mișca înainte.
- Deschideți gura victimei cu mîna care ține barba.
- Scoateți orice corp străin, vizibil în interiorul gurii victimei, cu mîna care era fixată pe frunte, inclusiv protezele dentare desprinse fără să le atingeți pe cele care sunt fixate la locul lor.

Bascularea capului în urmă și ridicarea barbei duce la dezlipirea limbii din fundul gîtului și permite pătrunderea aerului.

- INCONȘTIENȚĂ -

(vezi pagina 19)



TEHNICA PLASĂRII ÎN POZIȚIA LATERALĂ DE SIGURANȚĂ



- apropiați atent membrele inferioare ale victimei unul lângă altul.
- poziționați brațul părții de întoarcere, sub un unghi drept față de corpul victimei; îndoiți cotul, palma mîinii orientată în sus.
- plasați partea dorsală a mîinii brațului opus lângă urechea victimei, din partea salvatorului. Mențineți-o.
- apucați piciorul opus la întoarcere pe sub genunch, îndoiți-l cu piciorul fixat pe pămînt.

- Rostogoliți prudent corpul victimei, trăgînd de genunchi spre sine, ținînd în continuu mîna victimei la ureche.
- Scoateți mîna de sub capul victimei menținînd în continuu cotul său pentru a nu mișca capul.
- Ajustați piciorul îndoit, în așa fel încît șoldul și genunchiul să fie sub un unghi drept și, sprijinindu-se de pămînt, să poată stabili victima.
- Deschideți gura victimei fără a-i mișca capul.

Tehnica manevrelor

- STOP CARDIO-RESPIRATOR -

(vezi paginile 20, 21, 22, 23)



TEHNICA GURĂ LA GURĂ



- Aplicați, dacă aveți la dispoziție, o meșă protectoare pe gură și pe nasul victimei.
- Cu o mână ridicați barba victimei în sus și deschideți gura ei, ajutându-vă de degetul mare.
- Cu cealaltă mână pe frunte, mențineți capul pe frunte și astupați nasul pentru a împiedica orice ieșire a aerului.
- Fixați gura dumneavoastră larg deschisă în jurul gurei victimei.
- Suflați energic până când pieptul victimei începe să se ridice.
- Ridicați-vă, trageți-vă răsuflarea, privind în continuu cum coboară pieptul victimei.
- Efectuați o nouă insuflare ș.a.m.d.

- STOPUL CARDIO-RESPIRATOR LA ADULT -

(vezi paginile 20, 21, 22, 23)



TEHNICA GURĂ LA NAS



- Cu mâna care este fixată pe barbă, țineți gura victimei închisă, degetul mare duce buza inferioară spre cea superioară și o ține strâns ca să nu permită aerului să iasă.
- Aplicați gura larg deschisă în jurul nasului victimei.
- Efectuați aceleași manevre ca în tehnica gură la gură

Tehnica manevrelor

-STOPUL CARDIO-RESPIRATOR LA SUGARI -

(vezi paginile 24-25)



TEHNICA GURĂ LA GURĂ ȘI NAS



- Aplicați gura dvoastră în jurul gurii și nasului sugarului.
- Frecvența insuflărilor este mai mare decât la adult.
- Volumul lor este mai mic decât la adult pentru a vedea dacă pieptul sugarului începe să se ridice.

-STOPUL CARDIO RESPIRATOR LA ADULT -

(vezi paginile 20-21)



TEHNICI ALE MASAJULUI CARDIAC LA ADULT

COMPRESĂRI TORACICE

- Culcați victima pe o suprafață tare, pe sol de exemplu.
- Scoateți hainele în așa fel ca pieptul să fie dezgolit,
- Plasați-vă în genunchi, lângă victimă la nivelul toracelui.

1



2



- Plasați călcâiul unei mâini pe jumătatea inferioară a sternului fără ca să apăsați pe extremitatea lui inferioară, și plasați cealaltă mână pe prima, încrucșind degetele sau ținându-le îndepărtate de piept.
- Efectuați apăsări regulate, verticale, de 4 sau 5 cm, menținând în continuu brațele întinse, fără să dezlipiți minile de pe torace în timpul revenirii toracelui, la o frecvență de 100 de ori pe minut.
- Intercați 2 insuflări peste fiecare 30 compresări toracice.

Tehnica manevrelor

- STOPUL CARDIO-RESPIRATOR LA COPIL -

(vezi paginile 22-23)



TEHNICA MASAJULUI CARDIAC LA COPIL



COMPRESĂRI TORACICE

- Culcați copilul pe ceva tare, pe pământ, de exemplu.
- Dezgoliți toracele, dacă e posibil.
- Plasați-vă în genunchi în fața victimei, la nivelul toracelui.
- Așezați călcâiul unei mâini numai pe partea inferioară a sternului, fără să apăsați pe extremitatea lui inferioară, menținând degetele dezlipite de piept.
- Efectuați apăsări regulate, verticale, de 3 sau 4 cm, menținând mâinile sau brațele întinse.
- Fără să luați mâinile de pe torace în timpul revenirii toracelui- la o frecvență de 100 pe minut.
- Intercați 2 insuflări la fiecare 30 compresări toracice.

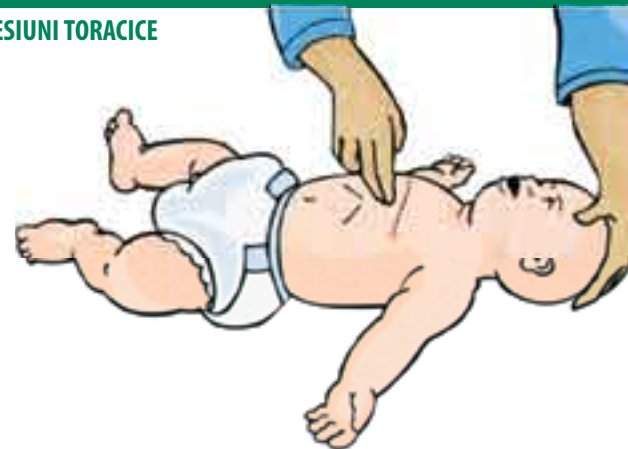
-STOPUL CARDIO-RESPIRATOR LA SUGARI -

(vezi paginile 24-25)



TEHNICA MASAJULUI CARDIAC LA SUGACI

COMPRESIUNI TORACICE



- Culcați sugarul pe ceva dur, de exemplu pe sol.
- Dezgoliți toracele, dacă e posibil.
- Plasați două degete de la o mână, curmezișul unui deget de desubtul unei linii imaginare, ce unește cele două mameloane.
- Comprimați regulat sternul cu vârful a 2 degete, pe o suprafață de 2 sau 3 cm la o frecvență la 100 pe minut.
- Asociați 2 insuflări peste fiecare serie de 30 de compresări toracice.

Tehnica manevrelor

- PLĂGILE GRAVE -

(vezi paginile 30-31)



TEHNICILE PLASĂRII ÎN POZIȚIE DE AȘTEPTARE

VICTIMĂ CONȘTIENTĂ CARE PREZINTĂ O PLAGĂ A TORACELUI



VICTIMĂ CONȘTIENTĂ CARE PREZINTĂ O PLAGĂ A ABDOMENULUI



Lanțul de supraviețuire

Lanțul de supraviețuire a fost descris, din 1991, de către profesorul CUMMINS în SUA. El descrie cele 4 etape de reanimare cardio-pulmonară în cazul unui pacient cu stop cardiac. Rapiditatea implementării și complementaritatea diferitor verigi ale lanțului de supraviețuire garantează supraviețuirea victimei.

Primele 2 verigi, ce descriu alarma și manevrele de prim ajutor, sunt fundamentale reieșind din eficacitatea acestui lanț. Deficiența acestora pune în pericol orice posibilitate de asistență eficientă a unei victime în stare de urgență vitală.

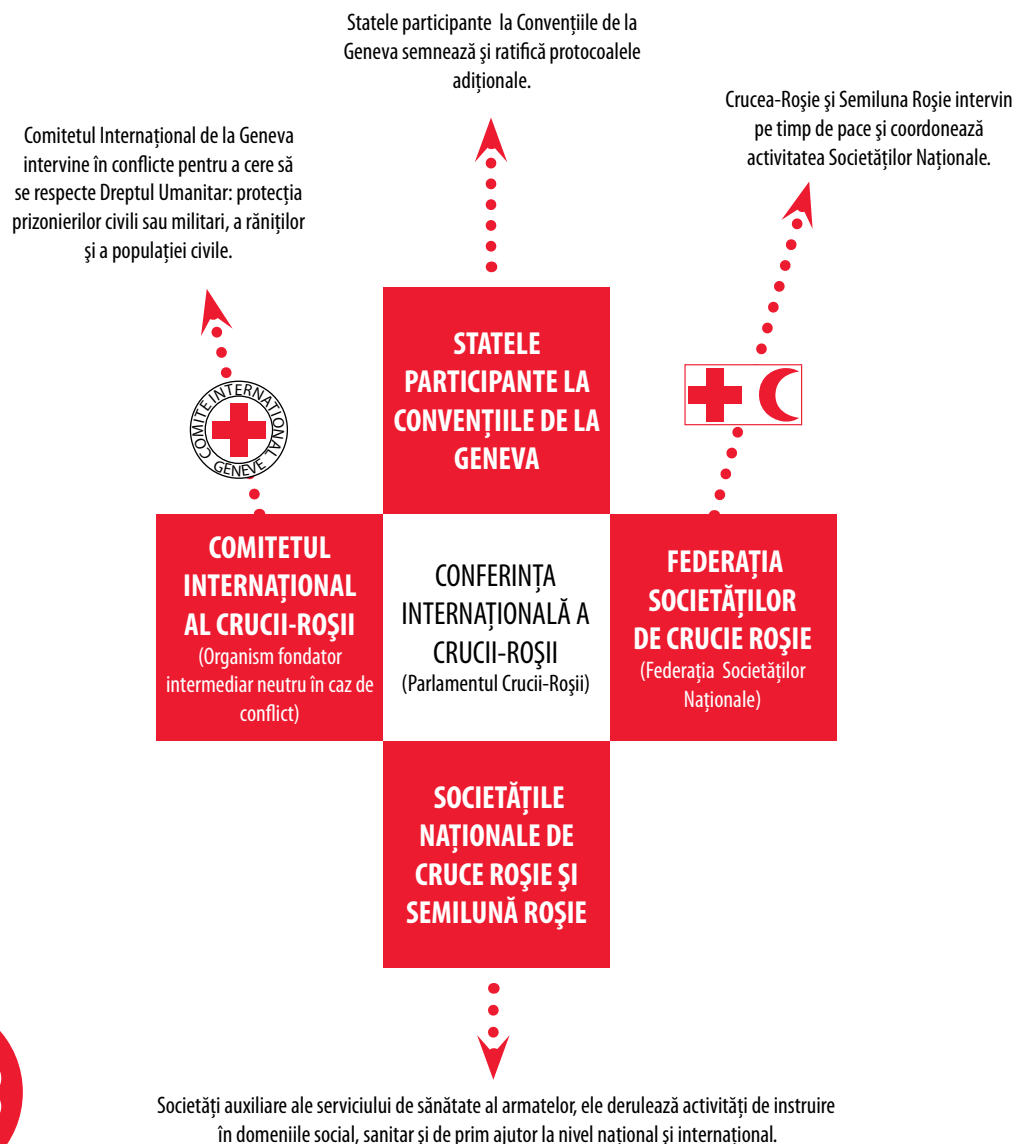


A treia verigă, defibrilarea precoce permite anexarea rapidă a manevrelor de prim ajutor efectuate de salvator și de a reanima o inimă ineficăce. Pentru aceasta e necesară utilizarea unui defibrilator semi-automat, aparat utilizat astăzi de către serviciile specializate de urgență.

În fine, a patra verigă al lanțului reprezintă ultima etapă efectuată înainte de transportarea într-un spital de urgență.

Lanțul de supraviețuire nu trebuie să fie întrerupt.
E de datoria noastră să întărim primele 2 elemente !

Mișcarea Internațională de Cruce Roșie și Semilună Roșie



Principiile fundamentale ale Mișcării Internaționale de Cruce Roșie și Semilună Roșie

Principiile fundamentale au fost proclamate de către a XXa Conferință Internațională a Crucii-Roșii, care a avut loc la Viena în 1965. Acest text revizuit este inclus în Statutul Mișcării Internaționale de CR și de Semilună Roșie, adoptate la a XXV - a Conferință internațională a Crucii Roșii de la Geneva, în 1986.

UMANITATE

Generată din grija acordării primului ajutor, fără discriminare, răniților de pe câmpurile de luptă, Mișcarea Internațională de Cruce Roșie și Semilună Roșie, la nivel național și internațional, depune eforturi pentru prevenirea și diminuarea, în toate circumstanțele, a suferințelor oamenilor. Ea contribuie la protecția vieții și sănătății, la respectul persoanei. Ea favorizează înțelegerea reciprocă, prietenia, cooperarea și pacea durabilă între toate popoarele.

IMPARȚIALITATE

Ea nu face nici o diferență de naționalitate, rasă, religie, condiție socială și de apartenență politică. Acest principiu este aplicat numai pentru a acorda ajutor indivizilor, persoanelor, în măsura suferințelor lor și intervine prioritar în cazul celor mai urgente situații critice.

NEUTRALITATE

Pentru a păstra încrederea tuturor, mișcarea se abține de a lua parte la ostilități și la contradicții de ordin politic, rasial, religios și ideologic.

INDEPENDENȚĂ

Mișcarea este independentă, auxiliară puterilor publice în activitățile lor umanitare și conformate legilor care reglementează politica țărilor respective. Societățile naționale trebuie, totuși, să păstreze o autonomie care le-ar permite să acționeze întotdeauna conform principiilor acestei Mișcări.

VOLUNTARIAT

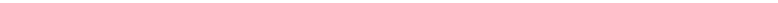
Aceasta este o Mișcare de ajutor voluntar și dezinteresat.

UNITATE

Poate exista numai o Societate de Cruce Roșie și Semilună Roșie în aceeași țară. Ea trebuie să fie deschisă pentru toți și să-și extindă activitatea umanitară pe întreg teritoriul țării.

UNIVERSALITATE

Mișcarea Internațională de Cruce Roșie și Semilună Roșie, în cadrul căreia toate societățile naționale au drepturi egale și datorită de a se ajuta reciproc, este universală.



- trecătorilor
- vecinilor
- prietenilor
- finteii dragi

NOTE

NOTE

***Fii pregătit să îți ajuți copiii, familia,
prietenii și comunitatea în
caz de situație excepțională sau accident!***

Învăță tehnicile de acordare a primului ajutor!

***Vizitează Filiala de Cruce Roșie din localitatea
ta și află mai multe despre
cursurile de instruire în acordarea primului ajutor!***



Crucea Roșie Moldova,
Str. Gheorghe Asachi 67A, Chișinău
tel.: 72 96 44; 72 58 24; fax: 72 96 44
e-mail: redcross.md@gmail.com