



CURS PRIM AJUTOR



Conform Legii 319/2006, articolul 10,
vă oferim oportunitatea să participați
la un curs de prim ajutor, esențial
pentru siguranța și binele
dumneavoastră în locul de muncă.
**Este obligatoriu pentru angajator să
ofere aceste cursuri angajaților.**

www.eusalvez.ro

Manevra Heimlich

dezobstrucția căilor aeriene la adult

Manevra Heimlich se utilizează atunci când o persoană se sufocă din cauza unui corp străin (cum ar fi alimente sau obiecte) care a pătruns în laringe sau trahee, punând în pericol viața prin obstrucționarea căilor respiratorii.

Aceasta manevră poate salva viața unei persoane.



Semnele unei obstrucții complete a căilor respiratorii includ:

- * Dificultatea sau imposibilitatea de a respira, de a tuși sau de a vorbi.
 - * Panică sau anxietate.
 - * Cianoză (pielea devine albastră).
- * Înclinarea corpului înainte și prinderea gâtului cu mâinile.

În cazul unei obstrucții ușoare (atunci când victima poate vorbi, tuși și respira), este important să încurajați victima să tușească și să eliminați orice obiect vizibil din gură.

Totuși, utilizarea manevrei de deblocare la pacienții cu obstrucție parțială poate agrava situația și duce la obstrucție completă.



@CURSURI DE PRIM AJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR
0765.506.417
EUSALVEZ@GMAIL.COM
WWW.EUSALVEZ.RO

Manevra Heimlich

În cazul unei obstrucții complete:

1. Aplicați până la 5 lovituri bruște între omoplați, verificând la fiecare lovitură dacă obstacolul a fost eliminat.



2. În cazul în care cele 5 lovituri aplicate nu reușesc să deblocheze căile respiratorii, treceți la aplicarea a până la 5 compresii abdominale folosind manevra Heimlich:



* Începeți prin a vă poziționa în spatele victimei și ajutați-o să se aplece cât mai mult în față.

* Plasați-vă ambele brațe în jurul părții superioare a corpului victimei.

* Puneți pumnul între ombilic și apendicele xifoid (extremitatea inferioară a sternului) și prindeți ferm pumnul cu cealaltă mână.

* Efectuați până la 5 mișcări bruște spre interior și în sus (manevra Heimlich).



@CURSURIDEPRIMAJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR

0765.506.417

EUSALVEZ@GMAIL.COM

WWW.EUSALVEZ.RO

Manevra Heimlich

Aceste mișcări vor comprima diafragma, care la rândul său va comprima plămânii, creând presiune în bronhii și aruncând corpul străin în cavitatea bucală.

Dacă obstacolul nu este eliminat, continuați să alternați cele cinci lovituri cu cele cinci compresii abdominale și verificați cavitatea bucală după fiecare pas.

Sună la numărul de urgență
112

și continuă să acorzi primul ajutor până când ajunge ambulanța.

În cazul în care victima devine inconștientă, începe manevrele de resuscitare cardio respiratorie și menține-le până la sosirea echipajului medical de urgență.



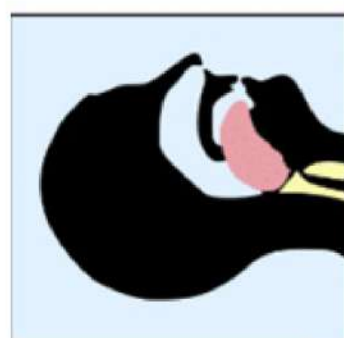
@CURSURIDEPRIMAJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR
0765.506.417
EUSALVEZ@GMAIL.COM
WWW.EUSALVEZ.RO

Poziția laterală de siguranță

Poziția laterală de siguranță este o procedură ce trebuie aplicată în cazul unei victime inconștiente care are respirație și puls.

Când respirația și circulația sunt prezente, este crucial să menținem căile respiratorii deschise și să ne asigurăm că **limba nu blochează trecerea aerului** (ceea ce ar putea duce la sufocarea victimei).



De asemenea, această manevră este utilă pentru a minimiza riscul de aspirație a conținutului gastric în plămâni, ceea ce **ar putea fi fatal**. Poziționarea victimei în poziția laterală de siguranță poate salva viața unei persoane inconștiente care prezintă puls și respirație.



@CURSURI DE PRIM AJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR

0765.506.417

EUSALVEZ@GMAIL.COM

WWW.EUSALVEZ.RO

Verificăm dacă victima respiră prin ascultarea respirației și observarea mișcărilor toracelui (privesc, aud, vad).

Dacă victima respiră, o așezăm în poziția laterală de siguranță, urmând pașii de mai jos.

Îndepărtăm ochelarii și obiectele voluminoase din buzunarele victimei pentru a evita rănirea sau compresia zonei.

Ne așezăm lângă victima și ne asigurăm că membrele inferioare sunt întinse. Deschidem căile aeriene prin extensia capului și ridicarea bărbiei.



Așezăm brațul victimei, cel care este îndreptat spre noi, în unghi drept cu corpul, cu cotul îndoit și palma în sus.

Aducem brațul opus deasupra toracelui și plasăm mâna cu palma în contact cu obrazul de partea noastră.



@CURSURIDPRIMAJUTOR

**CURSURI DE PRIM AJUTOR
0765.506.417
EUSALVEZ@GMAIL.COM
WWW.EUSALVEZ.RO**

Prindem membrul inferior opus chiar deasupra genunchiului și îl ridicăm
(**menținând contactul talpei cu solul**)
Cu cealaltă mână pe umărul opus al victimei, tragem pentru a o roti pe
partea ei laterală.



Punem piciorul de deasupra astfel încât atât soldul, cât și genunchiul să formeze
un unghi drept.

Extindem capul pentru a ne asigura că căile respiratorii rămân deschise.
La nevoie, ajustăm mâna sub obraz pentru a menține capul extins.



**Monitorizăm în mod regulat
respirația și pulsul !**



@CURSURIDPRIMAJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR
0765.506.417
EUSALVEZ@GMAIL.COM
WWW.EUSALVEZ.RO

Eliminarea unei obstrucții a căilor respiratorii la sugar

Copiii mici sunt vulnerabili la înecare cu obiecte sau alimente. Iată pașii esențiali pentru acordarea primului ajutor în astfel de situații:

1. Dacă sugarul tușește, înseamnă că obstrucția nu este completă. Încurajați-l să tușească și încercați să eliminați obiectul vizibil din gură.
2. Dacă sugarul nu tușește și nu respiră, obstrucția este totală și trebuie să începeți imediat manevrele de dezobstrucție a căilor respiratorii la sugar, după cum urmează:

* Se așează copilul pe burtă pe antebrațul salvatorului, cu mâna acestuia susținând bărbia copilului. *Copilul trebuie să fie mai jos decât nivelul salvatorului.*

* Se aplică lovituri scurte, controlate, cu partea din spate a palmei în zona posterioară a toracelui, *între omoplați.*

* După fiecare lovitură, *se verifică* dacă obiectul a fost eliminat.



@CURSURI DE PRIM AJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR
0765.506.417
EUSALVEZ@GMAIL.COM
WWW.EUSALVEZ.RO

Eliminarea unei obstrucții a căilor respiratorii la sugar

3. Dacă după cele 5 lovituri obiectul **nu este eliminat**, copilul este întors pe spate, iar capul este susținut cu grijă.

Se plasează două degete în spațiul intermamelonar și se efectuează

5 compresiuni toracice

(pe stern, **nu abdominal**, ca în cazul adulților).

Se alternează cele 5 lovituri interscapulare cu cele 5 compresiuni toracice.



În cazul în care copilul devine inconștient

sunati la 112

(dacă nu ați sunat deja)

și începeți manevrele de resuscitare
până la sosirea echipajului de urgență.



@CURSURIDPRIMAJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR

0765.506.417

EUSALVEZ@GMAIL.COM

WWW.EUSALVEZ.RO

Resuscitarea cardiopulmonară la adult

Oprirea cardio-respiratorie reprezintă momentul în care atât inima, cât și plămânii încetează să mai funcționeze, conducând la o situație critică în care organismul este în pericol iminent. Aceste două funcții, cardiacă și respiratorie, sunt esențiale pentru supraviețuirea organismului, iar oprirea lor poate duce la **decesul ireversibil al acestuia**.

După doar **4 minute de lipsă de oxigen la nivelul creierului**, pot apărea leziuni grave și ireversibile. Este crucial să verificăm starea de conștiență a victimei, dacă aceasta răspunde la stimuli verbali sau dureroși. De asemenea, trebuie să verificăm dacă victima respiră, deschizând calea aeriană prin hiperextensia capului și observând expansiunea toracelui în timpul respirației.

În cazul în care victima nu respiră, este necesar să începem imediat masajul cardiac extern și ventilarea artificială a plămânilor.

Este esențial să apelăm serviciile de urgență,
sunând la numărul de urgență



@CURSURIDPRIMAJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR

0765.506.417

EUSALVEZ@GMAIL.COM

WWW.EUSALVEZ.RO

Masajul cardiac extern și ventilatia artificială trebuie aplicate fără întârziere la persoanele fără puls și fără respirație, pentru a crește șansele de supraviețuire.

* **Salvatorul** plasează partea centrală a palmei pe mijlocul toracelui, nu în partea superioară a abdomenului sau pe apendicele xifoid. Apoi, podul palmei celeilalte mâini se așează peste palma care este deja pe torace. Degetele se întrepătrund, iar coatele trebuie să rămână întinse, **nu îndoite**.



* Presiunea asupra sternului ar trebui să fie de **aproximativ 5 centimetri**, dar să nu depășească **6 centimetri**.

* Repetați compresile la o rată de cel puțin 100 pe minut, dar **nu mai mult de 120 pe minut**.

* Intervalul de timp pentru compresii și decompresii trebuie să fie egal. **Realizați 30 de compresii toracice**.



@CURSURI DE PRIM AJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR
0765.506.417
EUSALVEZ@GMAIL.COM
WWW.EUSALVEZ.RO

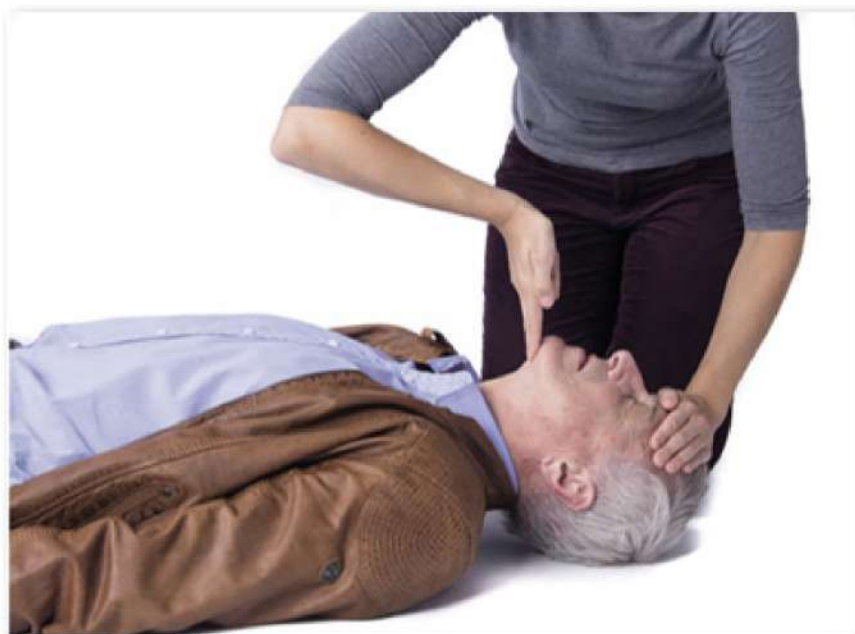
* Se inspiră normal și se repetă procedura de ventilare pentru a asigura două ventilații eficiente. Acestea trebuie să fie realizate **în mai puțin de 5 secunde**.



* Imediat, mâinile sunt repositionate corect pe sternul pacientului, iar se efectuează **încă 30 de compresii toracice**.



* După efectuarea a 30 de compresii, deschidem calea aeriană prin **hiperextensia capului** și ridicarea mandibulei.



* Se apasă ușor părțile moi ale nasului folosind degetele arătător și de mijloc de la frunte pentru a deschide cavitatea bucală a victimei, **asigurându-ne că bărbia este ridicată.**

* Salvatorul inspiră normal și plasează buzele în jurul gurii victimei pentru **a asigura o etanșeitate bună.**

* Salvatorul expiră constant în gura victimei timp de aproximativ 1 secundă, **urmărind ridicarea peretelui anterior al toracelui.**

* **Se menține capul în hiperextensie și bărbia ridicată**, iar apoi se îndepărtează gura de gura victimei, observând revenirea toracelui la poziția inițială, ca într-o expirație normală.



@CURSURIDPRIMAJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR
0765.506.417
EUSALVEZ@GMAIL.COM
WWW.EUSALVEZ.RO

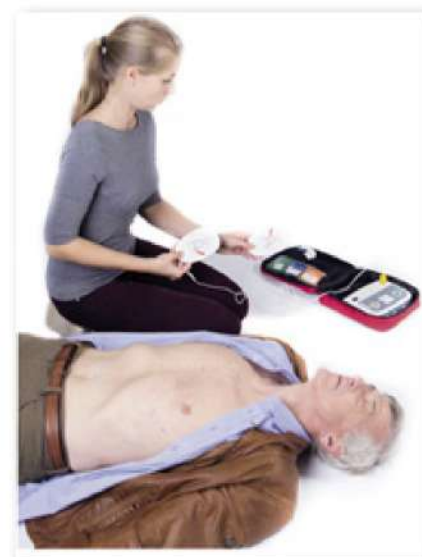
*Se va continua aplicarea compresiiilor toracice și a ventilațiilor într-un **raport de 30:2**, respectându-se procedurile stabilite.



Este important de reținut că aceste manevre nu vor fi întrerupte nici în momentul în care pulsul este restabilit sau când culoarea pielii revine la normal. Există riscul ca pacientul să intre din nou în stop cardiorespirator din cauza lipsei de oxigen

Observație:

Dacă este disponibil un defibrilator automat în zonă, acesta trebuie utilizat **conform instrucțiunilor specifice.**



Vă mulțumim pentru participare și dedicare în această sesiune de instruire în prim ajutor. Sperăm că informațiile dobândite vă vor fi de folos în situații de urgență și vă încurajăm să fiți pregătiți să acționați în momente critice.

Siguranța și binele celor din jur depind deseori de promptitudinea și competența noastră în aplicarea primului ajutor.



@CURSURIDPRIMAJUTOR

CURSURI DE PRIM AJUTOR
0765.506.417
EUSALVEZ@GMAIL.COM
WWW.EUSALVEZ.RO