

- tarp oro įpūtimų ir krūtinkaulio paspaudimų turi užtrukti **ne ilgiau kaip 5 sek.**



**JEI GAIVINAMA DVIESE, GELBĖTOJAI TURĖTŲ KEIS-
TIS KAS 2 MINUTES, PRADEDANT NUO KRŪTINKAU-
LIO PASPAUDIMŲ.**

4. Pradinis gaivinimas, atliekant tik krūtinės paspaudimus, rekomenduojamas:

- jei nemokate ar nesaugu atlikti įpūtimų, atlikite tik krūtinkaulio paspaudimus;
- jei atliekami tik krūtinės laštos paspaudimai, jų dažnis turėtų būti ne mažiau kaip 100 k/min. (ne daugiau kaip 120 k/min.);
- krūtinkaulio paspaudimai svarbesni, kad kraujyje esantis deguonis patektų į smegenis.

5. Gaivinimas tęsiamas tol, kol:

- atvyksta kvalifikuota pagalba;
- atsistato kvėpavimas ir kraujotaka;

- iškyla tiesioginė grėsmė gaivintojo gyvybei.

6. Nukentėjusiajam atsigavus:

- jei atsistatė nukentėjusiojo kvėpavimas ir kraujotaka, paguldykite jį į stabilią šoninę padėtį;
- būtinai nukentėjusįjį apklokite;
- nepalikite be priežiūros, reguliariai tikrinkite jo sąmonę, kvėpavimą.

**ATGAIVINTAS LIGONIS VISADA TURI BŪTI
GABENAMAS Į GYDYMŲ ĮSTAIGĄ!**

Parengė sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro
sveikatos edukologė Vida Dubinskienė



PRADINIS SUAUGUSIOJO GAIVINIMAS



**112
03
103
033**

www.smlpc.lt

www.smlpc.lt

Pirmosios pagalbos teikėjas turi atpažinti pavojingą būklę ir greitai priimti teisingus sprendimus. Ją nustatyti padeda išoriniai požymiai – tai neįprastas garas, išvaizda, kvapas ir elgsena.

Atpažinę pavojingą būklę, privalote įvertinti situaciją, įvertinti ar įvykio vieta yra saugi:

- Nesiartinkite prie nukentėjusiojo, neįsitikinę, kad įvykio vieta yra saugi ir negresia pavojus (nėra dūmų, dujų kvapo, gaisro, sprogo ar užgriuvimo pavojaus).
- Užtikrinkite nukentėjusiojo saugumą, surinkite aplinkui esančias stiklo šukes, nuolaužas, aštirus ir kitus pavojų gyvybei keliančius daiktus.
- Nejudinkite nukentėjusiojo, jei jo gyvybei negresia pavojus.
- Nedelsdami kvieskite pagalbą, skambinkite **bendruoju pagalbos numeriu 112 arba vietiniu GMP numeriu („Omnitel“ tinklu-103, „Bitė. Tele-2“ tinklu-033, „Teo“ tinklu-03).** Kviesdami greitąją medicinos pagalbą, suteikite kuo išsamesnę informaciją apie įvykį:
 - ✓ Kas atsitiko?
 - ✓ Kur įvyko nelaimė (tikslī vieta, adresas)?
 - ✓ Kiek nukentėjusiųjų, kokios jė būklės?
 - ✓ Prisistatykite (pasakykite savo vardą ir pavardę).
 - ✓ Nepadėkite ragelio, kol negavote patvirtinimo, kad Jūsų pateikta informacija buvo teisingai suprasta.
 - ✓ Teikdami pirmąją pagalbą, visada vykdysite greitosios medicinos pagalbos operatoriaus nurodymus, kol atvyks medikai.

ATLIKITE PIRMINĮ NUKENTĖJUSIOJO BŪKLĖS ĮVERTINIMĄ

- Atsargiai pajudinkite, pasiteiraukite, kas atsitiko?
- Jei **reaguoja**: išsiaiškinkite kas atsitiko ir, jei įmanoma, suteikite pagalbą, reguliariai vertinkite jo būklę.
- Jei **nereaguoja**: kvieskite pagalbą, atverkite kvėpavimo takus, atlošdami galvą ir pakeldami žandikaulį už smakro. Laikydami atvirus kvėpavimo takus, vertinkite kvėpavimą žiūrėdami, klausydami ir jausdami **ne ilgiau kaip 10 sek.** Stebėkite krūtinės judesius, klausykite kvėpavimo garsus, jauskite oro srovę ant savo skruosto. Nukentėjusysis gali kvėpuoti labai silpnai arba nereguliariai, lėtai ar triukšmingai. Nevertinkite tokio kvėpavimo kaip normalaus. Jei kyla nors mažiausia abejonė ar kvėpavimas yra normalus, vertinkite jį kaip sutrikusį.

ĮSIDĖMĖKITE, KAD NUKENTĖJUSIOJO GYVYBINĖS FUNKCIJAS BŪTINA ĮVERTINTI LABAI GREITAI! PO 4-7 MIN. BAIGIASI KLINIKINĖ ORGANIZMO MIRTIS IR PRASIDEDA BIOLOGINĖ MIRTIS.

JEI KVĖPAVIMAS SUTRIKĘS AR IŠNYKĘS

- 1. Paprašykite ką nors paskambinti GMP Nr.112 ir, jei įmanoma, atnešti automatinį išorinį defibriliatorių.**
- 2. Pradėkite atlikti krūtinės spaspaudimus: atsiklaupkite šalia nukentėjusiojo šono;**

- vienos rankos delno pagrindą padėkite nukentėjusiajam krūtinkaulio centre (spenelių lygyje);
- antros rankos delno pagrindą uždėkite ant pirmosios rankos;

- krūtinkaulį spauskite gilyn apie 5–6 cm statmenai link stuburo. Rankos turi būti ištiestos. Nespauskite pilvo ar krūtinkaulio apatinio galo;
- per minutę paspauskite krūtinkaulį 100 kartų (bet ne daugiau kaip 120 k/min.);
- paspaudimo ir atleidimo trukmė turi būti vienoda.



3. Derinkite krūtinės ląstos spaspaudimus su įpūtimais:

- po 30 paspaudimų dar kartą atverkite kvėpavimo takus, atlošdami galvą ir pakeldami smakrą, ir dviem pirštais užspausdami nukentėjusiojo nosį. Dėl higienos ir užkrečiamų ligų, ant veido uždėkite servetėlę, tvarsliaivos ar kokį nors audinį;
- apžiokite nukentėjusiojo burną ir du kartus atlikite efektyvius 2 įpūtimus, stebėdami kylančią krūtinę. Du įpūtimai **neturi užtrukti ilgiau kaip 5 sek.;**
- rankas vėl teisingai uždėkite ant nukentėjusiojo krūtinkaulio ir atlikite 30 krūtinės spaspaudimų;
- tęskite krūtinkaulio spaspaudimus ir oro įpūtimus santykiu **30:2;**