

Primeiros Socorros

Hipertensão: Dor na nuca, tontura, náusea, cansaço, boca pálida, palpitação, purpurina no ar, sangramento nasal.

Repouso em local arejado;

Ver a pressão, se houve gatilho e histórico;

SAMU.

Hipotensão: Dor de cabeça, confusão, cansaço, tontura, sonolência, sensação de desmaio, desmaio.

Repouso em local arejado;

Afrouxar apertos;

Deitar e colocar as pernas acima da cabeça.

Síndrome do Pânico: Tremor, taquicardia, suor, tontura, formigamento, pânico.

Repouso em local arejado;

Respiração profunda;

Tranquilizar.

Derrame/AVC: Lado dormente, fala confusa, olhar vago, dor de cabeça, dor intensa na nuca, visão dupla, náusea, taquicardia, convulsão, desmaio.

Repouso em local arejado;

Desobstruir garganta;

Ver sinais vitais e histórico;

SAMU.

Infarto: Dor no peito, braço esquerdo, ombros, mandíbula, estômago, falta de ar, palpitação, desmaio, náusea.

Elevar o tronco;

Desobstruir garganta;

Ver sinais vitais e histórico;

SAMU.

Desmaio:

Ver se houve trauma (não mover, se houver);

Repouso em local arejado;

Afrouxar apertos;

Ver SAMPLE - S (sintomas), A (alergias), M (medicamentos),

P (procedimentos médicos), L (líquidos e alimentos), E (eventos externos);

SAMU.

Crise Convulsiva:

Não segurar a pessoa;
Afrouxar apertos;
Pôr algo macio sob a cabeça;
Lateralizar a cabeça;
Ver tempo de crise e histórico;
SAMU.

Queimadura:

Lavar com água corrente em temperatura ambiente;
Retirar objetos próximos;
Pôr compressas secas e limpas;
SAMU.

Parada Cardiorrespiratória:

Desobstruir garganta;
Desfibrilar se possível;
Compressão e respiração boca a boca - 120 por minuto, boca a cada 30 compressões;
SAMU.

Queda:

Não mover;
Desobstruir garganta;
Ver HPPP - H (hemorragia), P (perfusão), P (pulso), P (pele);
Estancar hemorragias;
Ver pupilas;
SAMU.

Fratura:

Pôr compressas secas e limpas;
Estabilizar o músculo;
Retirar objetos próximos;
SAMU.