

Ryc. 2.4. Algorytm postępowania w zatrzymaniu krążenia u dorosłych dla osób przeszkolonych w BLS/AED (rysunki 1–12).

1**Bezpieczeństwo****Zapewnij bezpieczeństwo sobie, poszkodowanemu i świadkom zdarzenia****2****Reakcja****Sprawdź, czy poszkodowany reaguje**

- Delikatnie potrząśnij poszkodowanego za ramiona i zapytaj głośno: „Czy wszystko w porządku?”.
- Jeśli poszkodowany reaguje, pozostaw go w pozycji, w jakiej go zastałeś, o ile nie ma zagrożenia. Spróbuj się dowiedzieć, co się stało i sprowadź pomoc, jeśli jest taka potrzeba. Regularnie sprawdzaj stan poszkodowanego.

3**Drogi oddechowe****Udroźnij drogi oddechowe**

- Ułóż poszkodowanego na plecach.
- Umieść dłoń na czole poszkodowanego i delikatnie odegnij jego głowę ku tyłowi; opuszki palców drugiej ręki umieść pod żuchwą i unieś żuchwę, aby udrożnić drogi oddechowe.

4**Oddychanie****Patrz, słuchaj i próbuj wyczuć prawidłowy oddech**

- W ciągu pierwszych kilku minut od zatrzymania krążenia poszkodowany może mieć oddech agonalny lub wykonywać sporadyczne, wolne i głośne westchnienia.
- Nie pomył takiego oddechu z prawidłowym. Patrz, słuchaj i staraj się wyczuć, czy poszkodowany oddycha prawidłowo, poświęcając na to nie więcej niż 10 sekund.
- Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości, czy poszkodowany oddycha prawidłowo, postępuj tak, jakby nie oddychał prawidłowo, i przygotuj się do rozpoczęcia RKO.

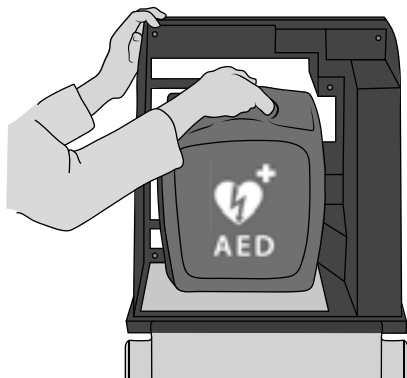
5**Nie reaguje i nie oddycha prawidłowo****Wezwij zespół ratownictwa medycznego**

- Jeśli to możliwe, poproś osobę, która ci pomaga, o wezwanie zespołu ratownictwa medycznego (112). W przeciwnym razie zadzwoń sam.
- O ile to możliwe, pozostaj z poszkodowanym, gdy wykonujesz telefon.
- Uruchom funkcję głośnomówiącą w telefonie, aby usprawnić komunikację z dyspozytorem.

6

Wyślij kogoś po AED

Wyślij kogoś, aby przyniósł AED

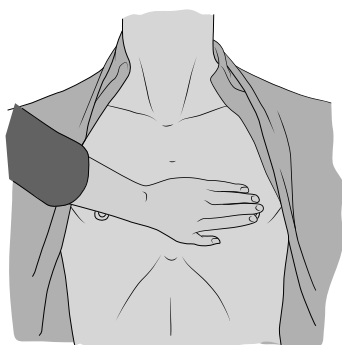


- Wyślij kogoś, aby znalazł i przyniósł AED, jeśli jest dostępny. Jeśli jesteś sam, nie pozostawiaj poszkodowanego i rozpocznij RKO.

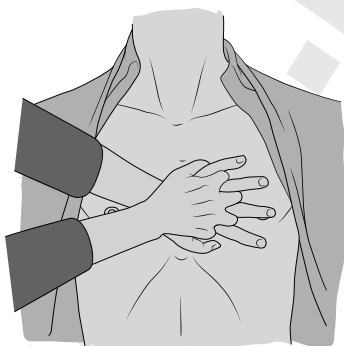
7

Krążenie

Rozpocznij uciśnięcia klatki piersiowej



- Uklęknij z boku poszkodowanego.
- Umieść nadgarstek jednej ręki na środku klatki piersiowej poszkodowanego (czyli w dolnej połowie mostka).
- Na ręce ułóż nadgarstek drugiej ręki.
- Spłec palce obu rąk i upewnij się, że nie naciskasz na żebra poszkodowanego.



- Ramiona trzymaj wyprostowane.
- Nie naciskaj na górną część brzucha ani na dolną krawędź mostka (wyrastek mieczykowaty).
- Ramiona ułóż prostopadłe do klatki piersiowej i uciskaj mostek na głębokość około 5 cm (ale nie głębiej niż 6 cm).



- Po każdym uciśnięciu zwolnij nacisk na klatkę piersiową, nie tracąc przy tym kontaktu dłoni z mostkiem.
- Uciśnięcia powtarzaj z częstością 100–120/min.

8

Jeśli jesteś przeszkolony i potrafisz to wykonać

Połącz uciśnięcia klatki piersiowej z oddechami ratowniczymi



- Po 30 uciśnięciach ponownie udrożnij drogi oddechowe poszkodowanego, wykorzystując rękoczyn odgięcia głowy i uniesienia żuchwy.
- Kciukiem i palcem wskazującym ręki spoczywającej na czole zaciśnij skrzydełka nosa poszkodowanego.
- Utrzymując uniesienie żuchwy, rozchyl usta poszkodowanego.
- Weź normalny oddech i obejmij ustami usta poszkodowanego. Upewnij się, że nie ma przecieku.
- Obserwując unoszenie się klatki piersiowej, wdmuchaj powietrze do ust poszkodowanego, poświęcając na wdech około 1 sekundy, jak przy normalnym oddechu; tak wykonany oddech ratunkowy jest skuteczny.
- Utrzymując odgięcie głowy i uniesienie żuchwy, odsuń usta od ust poszkodowanego i obserwuj opadanie klatki piersiowej podczas wydechu.
- Weź kolejny normalny oddech i raz jeszcze wdmuchaj powietrze do ust poszkodowanego, tak aby uzyskać dwa skuteczne oddechy ratownicze. Nie przerywaj uciśnięć klatki piersiowej na dłużej niż 10 sekund, aby wykonać dwa oddechy. Następnie bez opóźnienia ponownie połącz ręce we właściwy sposób na mostku poszkodowanego i wykonaj kolejne 30 uciśnięć klatki piersiowej.
- Kontynuuj uciśnięcia klatki piersiowej wraz z oddechami ratowniczymi w stosunku 30:2.

Ryc. 2.4 (cd.)

9

Jeśli nie jesteś przeszkolony lub nie potrafisz wykonać oddechów ratowniczych

Prowadź RKO z wyłącznym uciskaniem klatki piersiowej



- Prowadź RKO z wyłącznym uciskaniem klatki piersiowej (nieprzerwane uciśnięcia z częstością co najmniej 100–120/min).

10

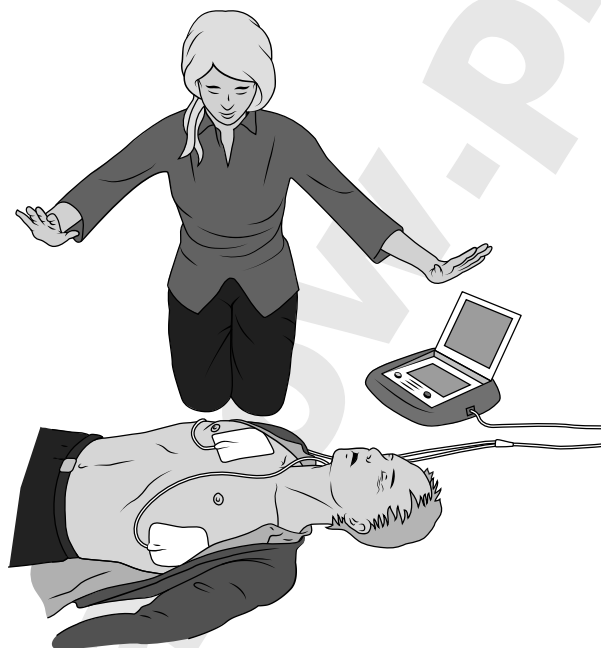
Gdy dociera AED

Włącz AED i podłącz elektrody



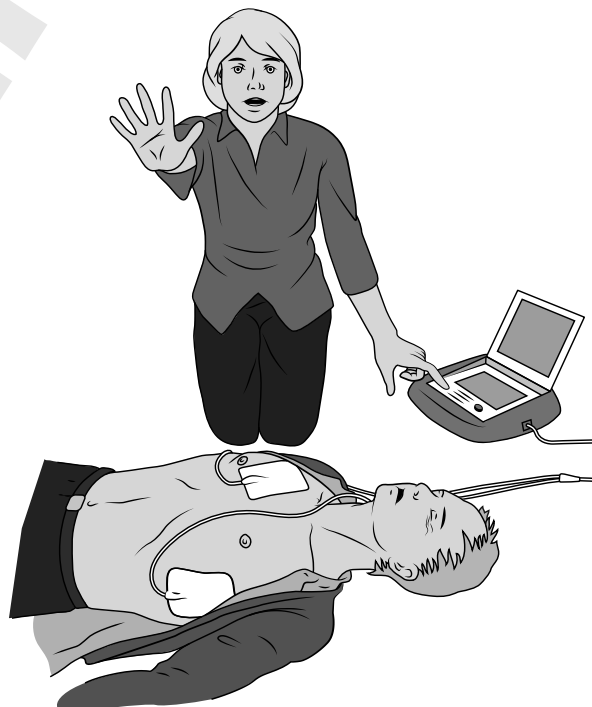
- Gdy tylko dotrze AED:
- Włącz AED i przyklej elektrody na odsłoniętą klatkę piersiową poszkodowanego.
- Jeśli na miejscu obecny jest więcej niż jeden ratownik, należy kontynuować RKO podczas przyklejania elektrod do klatki piersiowej.

Postępuj zgodnie z głosowymi /wizualnymi instrukcjami AED



- Upewnij się, że nikt nie dotyka poszkodowanego, gdy AED analizuje rytm.

Jeśli wskazana jest defibrylacja, wykonaj wyładowanie.



- Upewnij się, że nikt nie dotyka poszkodowanego.
- Naciśnij przycisk defibrylacji (w pełni automatyczne AED dostarczą wyładowanie automatycznie).
- Natychmiast wznów RKO 30:2 i kontynuuj ją zgodnie z instrukcjami głosowymi/wizualnymi.

Ryc. 2.4 (cd.)

2

Jeśli defibrylacja nie jest wskazana, kontynuuj RKO.



- Natychmiast wznow RKO i kontynuuj ją zgodnie z instrukcjami głosowymi/wizualnymi.

11 Jeśli AED nie jest dostępne, kontynuuj RKO



- Kontynuuj RKO.
- Nie przerywaj resuscytacji do czasu:
 - gdy przybędzie profesjonalna pomoc i powie ci, że możesz przerwać,
 - aż poszkodowany zacznie definitywnie wykazywać oznaki życia, tj. poruszać się, otwierać oczy czy prawidłowo oddychać,
 - aż ulegniesz wyczerpaniu.

12 Nie reaguje i oddycha prawidłowo

Jeśli masz pewność, że poszkodowany oddycha prawidłowo, ale nadal nie reaguje, ułóż go w pozycji bezpiecznej (patrz rozdział „Pierwsza pomoc”).



- Rzadko zdarza się, aby prowadzenie wyłącznie RKO przywróciło krążenie. Kontynuuj RKO, chyba że masz pewność, iż u poszkodowanego przywrócono krążenie.
- Objawy powrotu krążenia u poszkodowanego:
 - powrót przytomności,
 - poruszanie się,
 - otwieranie oczu,
 - prawidłowy oddech.
- Bądź przygotowany do natychmiastowego wznowienia RKO na wypadek pogorszenia stanu poszkodowanego.

Ryc. 2.4 (cd.)