

# ПРВА ПОМОЋ

## ДЕФИНИЦИЈА:

Прва помоћ је скуп мера и поступака које примењујемо на месту повређивања, непосредно по повређивњу, а у циљу спашавања живота и очувања здравља повређене особе.

## ЦИЉЕВИ:

- Отклањање узрока који директно угрожавају живот
- Враћање повређених и оболелих лица у живот
- Збрињавање повређених и оболелих
- Осигуравање безбедног транспорта

## ЗНАЧАЈ ПРВЕ ПОМОЋИ:

Правовремена и адекватна прва помоћ врло често:

- Представља фактор преживљавања п/о особе ( п/о – повређени/оболели = унесрећени)
- убрзава процес излечења
- смањује ризик од инвалидности

## ЛАНАЦ СПАШАВАЊА:

1. карика мере за непосредно спашавање
2. карика хитан позив за помоћ
3. карика додатне мере прве помоћи, припрема за транспорт
4. карика помоћ од стране Службе хитне медицинске помоћи (94)
5. карика медицински третман и лечење

## МЕРЕ ЗА НЕПОСРЕДНО СПАШАВАЊЕ ЖИВОТА:

- упозорење, уклањање повређеног
- одговарајући положај за опоравак
- вештачко дисање
- КПР
- заустављање крварења
- мере спречавања и третман шока

## ДОДАТНЕ МЕРЕ ПРВЕ ПОМОЋИ:

- заштитити унесрећеног од накнадних опасности и оштећења
- прекрити завојем ране
- смањи болност (положај, умиривање дела тела)
- остати уз унесрећеног, пружити му подршку, али не износити дијагнозу, обезбедити му одговарајући комфор
- спречити уплитање нестручних и недобронамерних особа

**Не заборавите!**  
**Primum non nocere и**  
**Помоћи другоме, не наудити себи!**

Када се нађете на месту несреће:

1. Полако и сталожено сагледајте ситуацију
2. Проверите безбедност места несреће (обезбедити терен)
3. Будите свесни својих ограничења (обезбедити унесрећеног и себе)
4. Потражите помоћ од присутних (јасно ставите до знања каква помоћ вам је потребна)
5. Позовите Службу хитне помоћи 94 (предсавите се, тачна адреса места где се налазите, шта се догодило, колико п/о, какве мере ПП ћете предузети)
6. Пружите прву помоћ (хладна глава и 10 прстију спасиоца)

После мера неодложне помоћи следи детаљан преглед повређеног „од главе до пете“, уз посебно испитивање локалног налаза на месту уочене повреде. При прегледу се служимо процењивањем података о начину повређивања и тегоби на коју се повређени жали, инспекцијом повређеног дела тела, опипавањем, али без грубих манипулација, места повреде. Потребно је детаљно опипати цело тело како неби нека повреда остала непримећена. Да би повреду лакше уочили потребно је повређени део тела ослободити од одеће и обуће (скидањем или цепањем).

**Тријажа** - разврставање унесрећених у **групе хитности** према врсти и хитности указивања ПП

**И ред хитности** - неопходна, неодложна помоћ и транспорт до стручне помоћи

1. бесвесно стање, привидна смрт
2. гушење (обољења, удисање страног тела, аспирација, анафилактички шок)
3. повреде главе са губитком свести
4. крварење, спољашње и унутрашње са знаковима искрвављености – (**блед, орошен хладним знојем, поспан, дрхти, жали се на хладноћу**)
5. отворене повреде главе, грудног коша и трбуха
6. краш повреде
7. повреде и стања праћена боловима у стомаку, напетом трбуху, повраћањем, проливом и уобразним пулсом (упала слепог црева, пуцање чира на желуцу и дванаестопалачном, упале и повреде трбушне марамице)
8. задесна тровања у акутној фази

**II ред хитности** – потребна помоћ и може да сачека транспорт

1. сва крварења без знакова искрварености
2. отворени преломи костију и зглобова
3. веће повреде меких ткива и опекотине преко 50% површине тела, тешке смрозотине
4. повреде настале озрачивањем до 384 cGy

**III ред хитности** – може да сачека помоћ и да укаже самопомоћ по упуствима

1. ране са мањим крварењем
2. опекотине до 40% површине тела, површне смрзотине
3. повреде настале озрачивањем до 144 cGy

**IV ред хитности** –повређени нису витално угрожени, могу да чекају

1. повреде кичменог стуба са оштећеном и неоштећеном кичменом мождином
2. затворене повреде карлице без знакова повреде унутрашњих органа
3. затворени преломи костију
4. ишчашења и уганућа зглобова