

Nemojte da paničite. Provjerite da li osoba diše. Ako diše, potrebno je postaviti osobu na bok.

Unesrećeni se u bočni relaksirajući položaj postavlja na sljedeći način :

- Kleknuti pored unesrećenog i zatim mu ispraviti obje noge i postaviti ih u paralelan položaj – jednu nogu pored druge.
- Ruku unesrećenog koja je bliža Vama saviti u laktu pod pravim uglom (od 90°) dlanom nagore.
- Drugu (dalju) ruku postaviti preko grudnog koša na obraz unesrećenog koji je bliži Vama, držeći šaku unesrećenog – dlan o dlan.

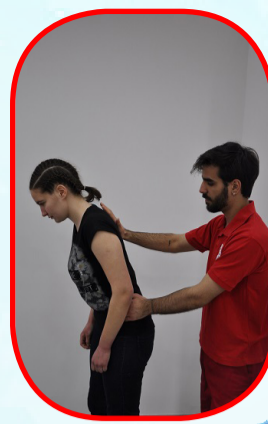
- Svojom drugom rukom obuhvatite nogu unesrećenog koja je dalja od Vas, držeći je ispod koljena i podižući je tako da stopalo bude na tlu.



- Držeći dlan na obrazu i povlačeći dalju nogu, okrenite unesrećenog ka sebi.
- Bez pomjeranja ruku, podesite gornju nogu tako da su kuk i koljeno savijeni pod pravim uglom.



- Zabacite glavu kako bi disajni put ostao otvoren.



Potrebno je preduzeti sljedeće korake:

1.Podsticati kašalj kod unesrećenog.

2.Primijeniti udarce u leđa.

Poduprijeti grudni koš jednom rukom, nagnuti unesrećenog naprijed. Primijeniti 5 oštih udara između lopatica dlanom druge ruke.



3.Primijeniti abdominalni potisak

Ukoliko 5 udara ne uspiju da oslobode disajne puteve, potrebno je primijeniti 5 abdominalnih potisaka na sljedeći način:

Stati iza unesrećenog i staviti obje ruke oko gornjeg dijela stomaka.

Nagnuti unesrećenog naprijed.

Stisnuti pesnicu jedne ruke i postaviti je između pupka i grudnog koša.

Uhvatiti ovu ruku drugom i povući oštro, prema unutra i na gore.

Ponoviti postupak 5 puta.

Nezgode u kući - iznenadni i neočekivani događaji koji se mogu desiti kod kuće i mogu prouzrokovati povrjeđivanje ili smrt, su česte. U nastavku Vam predstavljamo moguće opasnosti sa kojima možete da se suočite u kućnom okruženju, kao i jednostavne korake koje možete preduzeti kako bi adekvatno odreagovali na nezgode koje se mogu desiti u bilo kojem momentu.

CRVENI KRST CRNE GORE

Ulica Jovana Tomaševića 6,
81 000 Podgorica, Crna Gora

Tel: +382 20 241 819

Fax: +382 20 241 613

E-mail: ckcg@t-com.me

www.ckcg.me

UDAR STRUJE

- Ne dodirivati unesrećenu osobu, ako je u dodiru sa izvorom električne energije.
- Isključite izvor električne energije kako biste prekinuli kontakt unesrećene osobe sa dovodom struje.
- Ne pomjerati osobu ako joj život nije ugrožen.

Tek kada ste sigurni da ste prekinuli kontakt električne energije i kada je bezbjedno, možete prići unesrećenom.

BROJEVI KOJE BI TREBALI DA ZNATE:

POLICIJA 122

VATROGASNA SLUŽBA 123

HITNA MEDICINSKA POMOĆ 124



PRVA POMOĆ I NEZGODE U KUĆI



KRVARENJE IZ NOSA



- Osoba koja krvari treba da zauzme sjedeći položaj ("laktovi - koljena", pri čemu je glava nagnuta naprijed).
- Preporučiti da što manje govori, da ne kašlje, pljuje i da diše na usta.
- Izvršiti pritisak prstima na nozdrve - 10 minuta (sterilnom gazom ili maramicom).
- Nakon 10 minuta provjerite da li je krvarenje stalo. Ako nije, nastaviti sa pritiskom nozdrva još dva puta po 10 minuta.
- Ako nakon 30 minuta nos i dalje krvari, potrebno je osobu uputiti u zdravstvenu ustanovu.

OPEKOTINE



- Opekotine hladite vodom dok bol ne popusti (15 minuta).
- Uputite osobu u najbližu zdravstvenu ustanovu.
- Rane previti sterilnim zavojem, nekom čistom tkaninom ili alu folijom (ne stežite, samo lagano tj. labavo previjte).
- Nastaviti sa hlađenjem i nakon previjanja.
- Uklonite nakit, sat, kaiš sa dijela tijela unesrećene osobe koje je zahvaćeno opekotinama.
- Ako se odjeća zalijepila za kožu, ne pokušavajte da je odlijepite, nego nastavite hlađenje preko odjeće.

POSJEKOTINE



- Očistite - isperete ranu vodom ako je to moguće.
- Postavite sterilnu gauzu na ranu.
- Postavite osobu u položaj koji njoj najviše odgovara.
- Sterilno previjte ranu ili zalijepite sterilnu gauzu flasterom.

Ovo su postupci kada su u pitanju manja krvarenja i manje rane (posjekotine, ogrebotine...). U slučaju da je jako krvarenje, potrebno je izvršiti direktan pritisak na ranu i odmah pozvati **HMP 124**.



Flood
Resilience
Alliance



CRVENI KRST CRNE GORE

1875

Prva pomoć i nezgode u kući



www.ckcg.me

Kreirano u partnerstvu sa:

