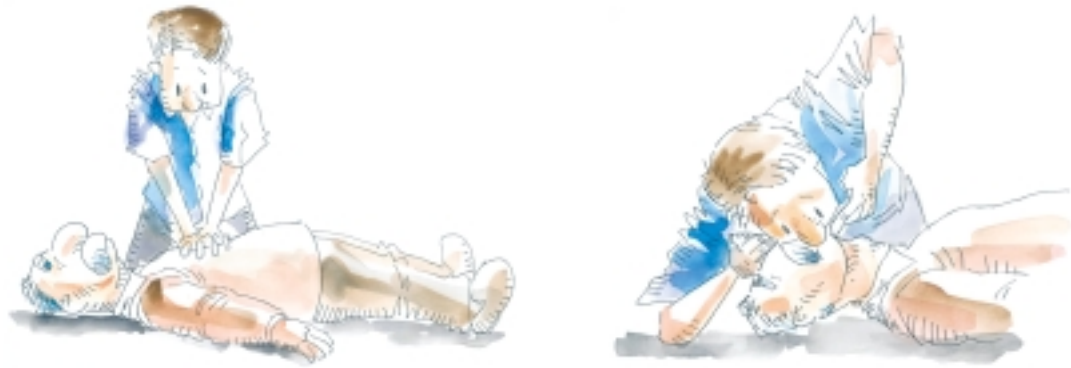


Nučite prvu pomoć zbog onih koje volite



Nakladnik
HRVATSKI CRVENI KRIŽ

Za nakladnika
Robert Markt dipl.oec.

Tekst
Ana Mikulčić
Dubravko Kastropeli

Ilustrator i grafički urednik
Dubravko Kastropeli

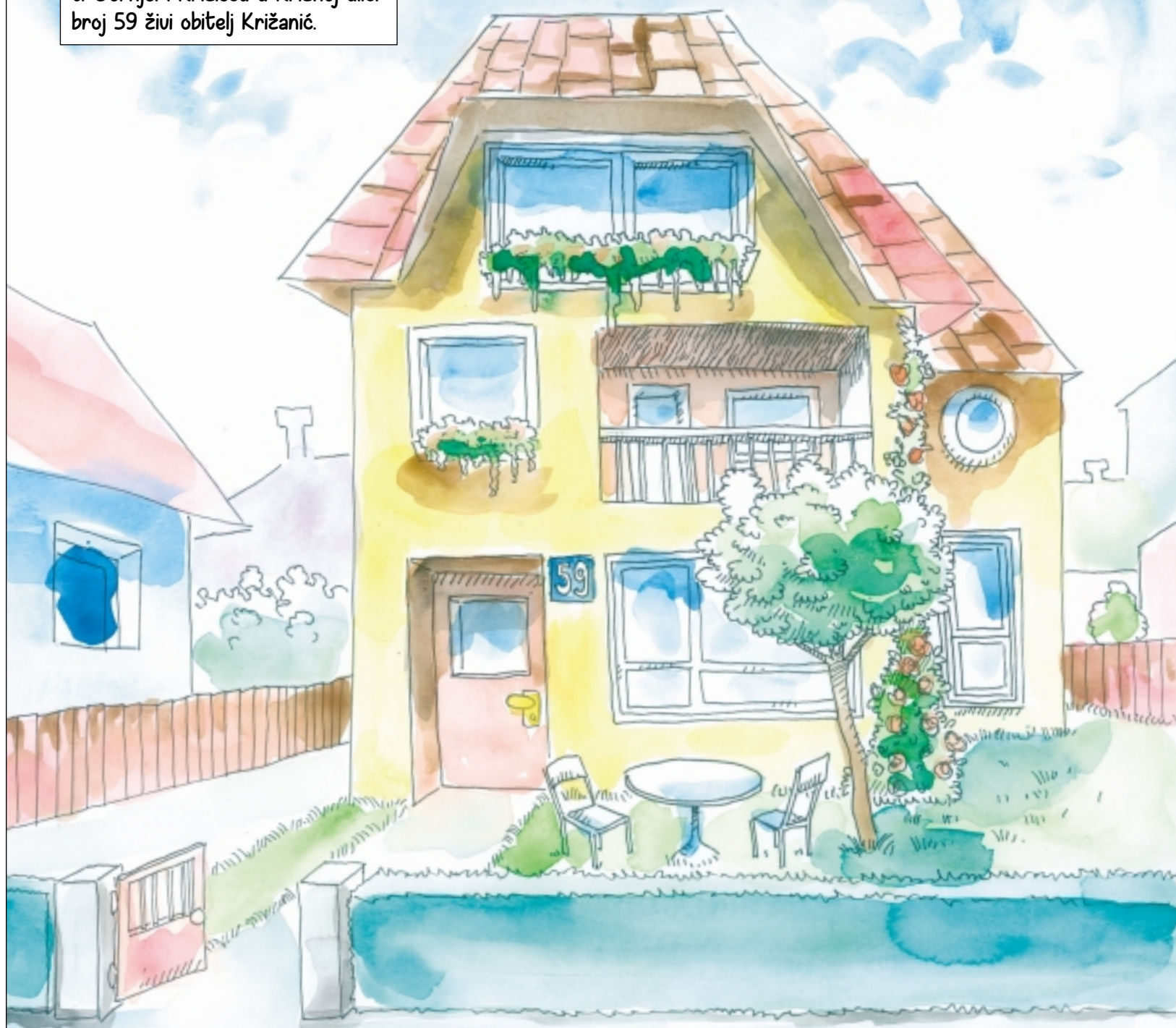
ISBN 978-953-7537-36-4

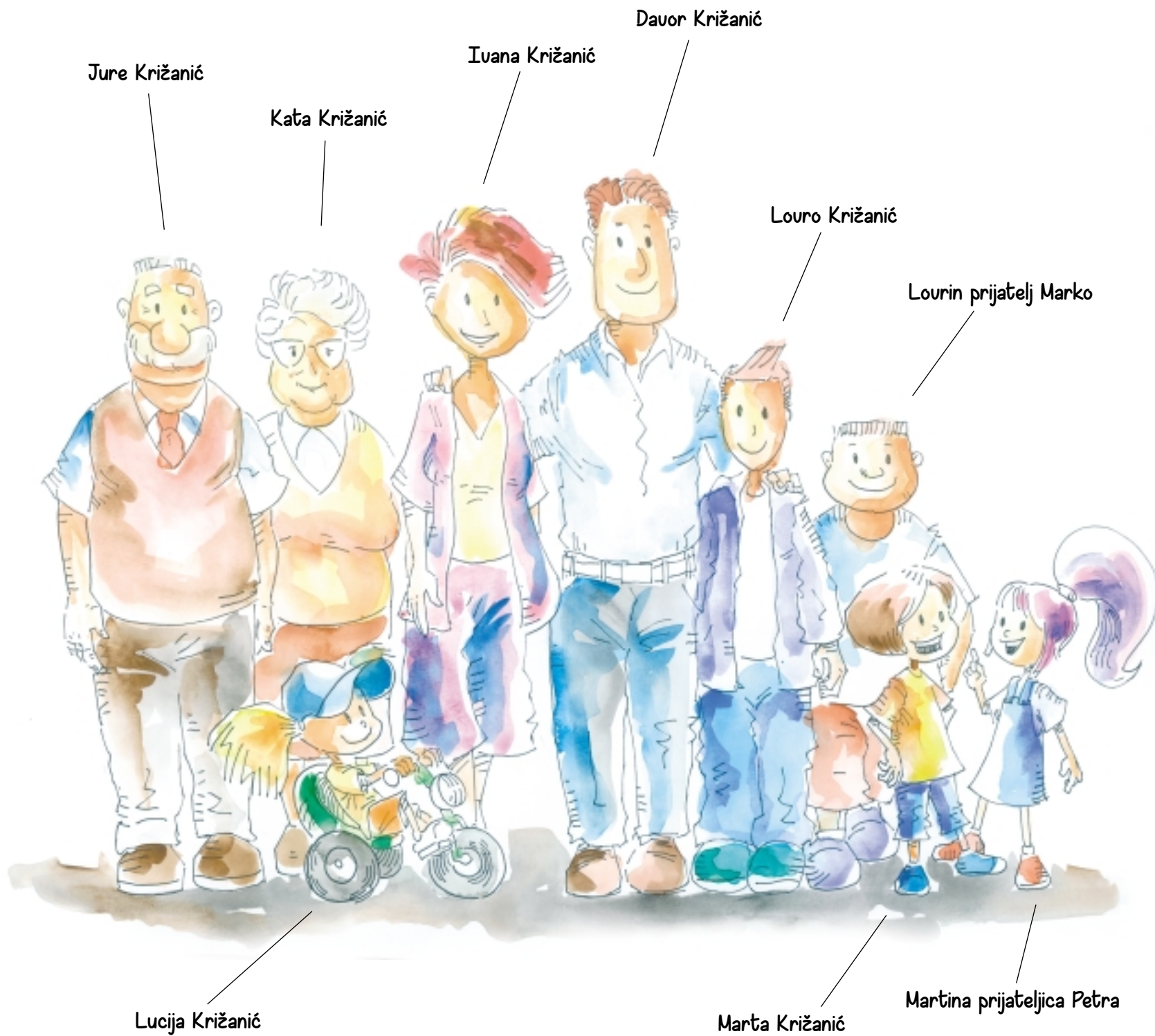
© Sva prava pridržana. Niti jedan dio ove publikacije ne može se kopirati,
umnožavati ili koristiti na bilo koji drugi način bez prethodne dozvole nakladnika.

Naučite prvu pomoć zbog onih koje volite



U Gornjem Križišću u Križnoj ulici broj 59 živi obitelj Križanić.





Mama je crtala novi strip u svojoj radnoj sobi, a djeca su se veselo igrala na podu. Marta je sa svojom prijateljicom Petrom pripremala čaj za lutkice. Pored njih se Lucija igrala s bojicama i čouječuljcima iz igre "Čouječe, ne ljuti se". Zaigrana Lucija odjednom je stavila jednog čouječuljka u usta i nedugo zatim počela se gušiti. Koliko god pokušavala, nije mogla iskašljati figuricu. Zabrinuta Marta je pozvala mamu u pomoć.



Gušenje stranim tijelom u dišnom putu



1. Ako osoba može disati i govoriti, potičite je na kašljanje.



2. Ako osoba ne može kašljati, govoriti ni disati, nagnite je naprijed, dajte joj do pet oštarih udaraca donjim dijelom dlana po leđima između lopatica. Iza svakog udarca provjerite usta i je li strano tijelo izašlo.



3. Ako se gušenje nastavlja, objumite osobu objema rukama i stavite jednu šaku između njezina pupka i donjeg dijela prsne kosti. Uхватите šaku drugom rukom i utisnite je jako prema unutra i prema gore, do pet puta. Iza svakog pritiska provjerite usta i je li strano tijelo izašlo.



4. Ponovite 2. i 3. korak. Ako strano tijelo nije izašlo ni nakon tri ciklusa, pozovite hitnu medicinsku službu na broj 194/112. Nastavite ponavljati te radnje do dolaska hitne medicinske službe. U slučaju da osoba prestane disati, započnite s ožuljavanjem.

Baka Kata je oprala kosu i krenula je sušiti. Ali nitko nije znao da je sušilo za kosu pokvareno. Uključila ga je u struju. Čim je stisnula prekidač došlo je do kratkog spoja i baku je stresla struja. Srećom, njezin unuk Louro je bio u blizini i pozvao pomoć. Dida Jure bio je najbliži.



Udar struje



1. Vodite računa o vlastitoj sigurnosti i ne izlažite se riziku. Ukoliko pristup nije siguran, nazovite hitne službe na broj 112!



2. Ako postoji sumnja da strujni krug nije prekinut, stanite na suhi izolacijski materijal (drvenu kutiju, knjige, plastični otirač) i drvenim štapom ili metlom odmaknite izvor struje od osobe.



3. Proujerite stanje svijesti unesrećene osobe, lagano joj protresite ramena i glasno je dozovite.



4. Ako osoba ne reagira, oslobodite dišni put. Postavite jednu ruku na čelo i zabacite glavu unazad, s dva prsta druge ruke podignite bradu prema gore. Proujerite disanje, gledajte odiže li se prsni koš, u isto vrijeme slušajte i pokušajte osjetiti postoji li prisutnost daha, ne duže od 10 sekundi. Ako osoba ne diše, započnite s ožiljavanjem.



5. Ako osoba diše normalno, postavite je u stabilni bočni položaj, pozovite hitnu medicinsku službu na broj 194/112 i pratite stanje unesrećene osobe (disanje, puls, stanje svijesti) do dolaska hitne medicinske službe.

Dida Jure odmarao se u dnevnom boravku na svojem omiljenom trosjedu. U jednom trenutku dida Jure osjeti snažnu bol u prsištu. Pored njega, igrale su se Marta, Petra i mala Lucija. Petra je htjela didu nešto pitati, ali nije se budio, nije odgovarao. Sve su se tri djevojčice prestrašile i počele su dozivati pomoć. Tata ih je čuo i brzo dotrčao. Nisu znale da je dida doživio srčani udar.



Srčani udar

1. Srčani udar najčešće započinje jakim stezanjem i boli u središnjem dijelu prsa koja se može širiti na čeljust te na jednu ili obje ruke. Ako je osoba pri svijesti, postavite je u polusjedeći položaj, poduprite joj glavu i ramena i savijte joj koljena. Ako osoba koristi lijekove za srce, pomozite joj da ih primijeni.



2. Pozovite hitnu medicinsku službu na broj 194/112.



3. U slučaju da je osoba izgubila svijest i ne diše, započnite sa ožuljavanjem:
 - a) Postavite ruke na sredinu prsnog koša i isprepletite prste. Primijenite 30 pritisaka, 5-6 cm u dubinu, brzinom od 100-120 pritisaka u minuti.
 - b) Zabacite glavu jednom rukom i zatvorite nosnice, s dva prsta druge ruke podignite bradu. Ustima obuhvatite usta unesrećene osobe i primijenite dva upuha, upuh traje do 1 sekundu.
 - c) Ako niste u mogućnosti primijeniti umjetno disanje, tada primjenjujte samo pritiske na prsa.
 - d) Nastavite s primjenom pritisaka na prsa i umjetnim disanjem u omjeru 30:2, dok ne stigne hitna medicinska služba.



Bio je lijep sunčan dan pa su Marko i njegov prijatelj Louro odlučili izvaditi skejtove i podsjetiti se starih skejterskih trikova. Marta im je nosila dujje čaše soka. U jednom trenutku Louri se izmaknuo skejt i pao je ravno na Martu. Pritom je razbio čaše i posjekao se na slomljeno staklo. Srećom, baka je bila u blizini da pomogne.



Jako vanjsko krvarenje



1. Na ranu postavite sterilnu gazu ili čistu tkaninu. Čvrsto pritisnite ranu svojim prstima ili dlanom koristeći zaštitne rukavice.



2. Pozovite hitnu medicinsku službu na broj 194/112.



3. Sterilni materijal ili tkaninu učvrstite zavojem, provjeravajte cirkulaciju izvan zavoja svakih 10 minuta, olabavite zavoj ako je potrebno. Ako je u rani prisutno strano tijelo, nemojte ga vaditi.



4. Po zaustavljanju krvarenja osobu postavite u ležeći položaj s nogama podignutima iznad razine srca kako biste opasnost od razvoja šoka sveli na najmanju moguću mjeru.

Louvo se s Markom vratio iz škole. Bili su gladni. Tata je bio kod kuće i odlučio im ispržiti nekoliko jaja. U jednom trenutku tata je nezgodno primio tavu, te ju je, onako urelu, ispustio iz ruke poprskajući se pritom urelim uljem. Tata je viknuo kad ga je zabolilo, ali dečki su znali što treba učiniti.



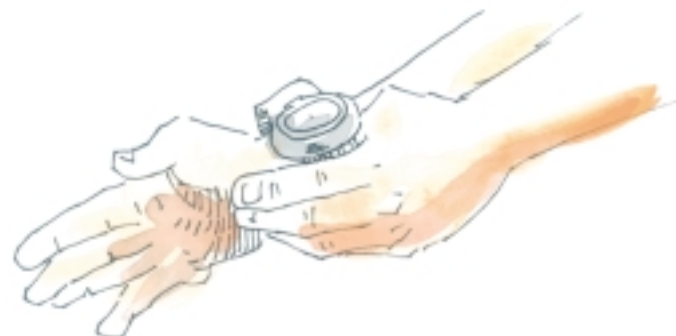
Opekline



1. Hladite zahvaćenu površinu s hladnom tekućinom najmanje 10 minuta ili do prestanka bolova. Nikad nemojte bušiti mjehure i nemojte mazati opečenu kožu mastima jer tako možete oštetiti tkiva i povećati opasnost od infekcije.



2. Pozovite hitnu medicinsku službu na broj 194/112 ukoliko je potrebno.



3. Za vrijeme hlađenja opekline uklonite sav nakit (narukvice, satove, prstenje) prije nego što se počne razvijati oteklina. Uklonite odjeću s opečene površine ukoliko nije zalijepljena.

Sve su ove nezgode, srećom, dobro završile. A znate li zašto? Sui su članovi obitelji Križanić, kao i mala Petra i Lourin prijatelj Marko, volonteri Crvenog križa. I sui su oni prošli osnovnu obuku pružanja prve pomoći.





Nesreće u domaćinstvu

Svake godine milijuni ljudi suočavaju se s ozljedama ili čak izgube život u nesrećama koje se javljaju kod kuće. Takve nezgode rezultat su nedostatka svijesti o čimbenicima rizika i nepoštivanju sigurnosnih standarda.

Većina nesreća u domaćinstvu može se spriječiti poznavanjem i izbjegavanjem sigurnosnih rizika, a poznavanje i primjena postupaka prve pomoći ključni je korak za smanjenje negativnih posljedica ozljeđivanja. Uještine prve pomoći omogućuju spašavanje života i pomažu u oporavku od iznenadne bolesti ili ozljede.

Naučite prvu pomoć zbog onih koje volite!

