**I BHP - Zarządzanie systemami bhp. 24.10.2020**

**Temat: Ogólne zasady udzielania pierwszej pomocy.**

Pierwsza pomoc to zespół czynności podejmowanych w celu ratowania osoby w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego, wykonywanych przez osobę znajdującą się w miejscu zdarzenia. Te czynności wykonywane są przed przybyciem lekarza, pogotowia ratunkowego lub innych osób wykwalifikowanych w zakresie ratowania życia lub zdrowia. Nie są to jednak działania medyczne.

Udzielanie pierwszej pomocy jest obowiązkiem każdej osoby znajdującej się w pobliżu osoby, której życie lub zdrowie jest zagrożone. Obowiązek ten wynika z art. 162 Kodeksu karnego.

"Kto człowiekowi znajdującemu się w położeniu grożącym bezpośrednim niebezpieczeństwem utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu nie udziela pomocy, mogąc jej udzielić bez narażenia siebie lub innej osoby na niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3."

Głównym celem udzielenia pierwszej pomocy jest ratowanie życia i zdrowia poszkodowanego poprzez: podtrzymanie czynności życiowych, ograniczanie skutków obrażeń lub nagłych zachorowań, zapewnienie bezpiecznej pozycji oraz przygotowanie do dalszego postępowania lekarskiego.

**Przy udzielaniu pierwszej pomocy kierujemy się poniższymi zasadami:**

* szybko ustalamy przyczynę wypadku bądź pogorszenia stanu zdrowia,
* jeśli zachodzi taka konieczność, eliminujemy czynnik zagrażający życiu (np. odcinamy prąd, usuwamy przygniatający przedmiot),
* ustalamy, w jakim stanie znajduje się poszkodowany i jakich obrażeń doznał, przede wszystkim kontrolujemy tętno
* i oddech oraz przytomność podopiecznego.

**Temat: Kontrola funkcji życiowych.**

https://epodreczniki.pl/a/ocena-stanu-poszkodowanego/DBjw6W3LI

**Temat: Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach.**

W przypadku:

* **ataku padaczki** – zabezpieczamy głowę podopiecznego i układamy go w bezpiecznej pozycji, nie wolno wkładać mu niczego między zęby ani podawać niczego do picia; wzywamy pogotowie.
* **osoby nieprzytomnej** – układamy nieprzytomnego w pozycji bocznej ustalonej, sprawdzamy drożność dróg oddechowych i wzywamy pogotowie.
* **osoby nieprzytomnej nieoddychającej** – wzywamy pogotowie; czekając na pomoc sprawdzamy drożność dróg oddechowych i przeprowadzamy akcję reanimacyjną (powtarzamy 30 uciśnięć klatki piersiowej – 2 wdechy – 30 uciśnięć – 2 wdechy, cykl ten kontynuujemy do przyjazdu pomocy medycznej).
* **osoby czującej się źle lub omdlonej** – kładziemy podopiecznego na płaskim podłożu, podnosimy jego nogi powyżej poziomu serca i kontaktujemy się z pogotowiem lub lekarzem prowadzącym.
* **zranienia** – jeśli krwawienie jest duże – tamujemy krwotok, zabezpieczamy ranę jałowym opatrunkiem (jałową gazą), bandażujemy ranę i kontrolujemy ogólne samopoczucie zranionego. W przypadku poważnych zranień wzywamy pogotowie.