



WSTRZAŚ ANAFILAKTYCZNY

adrenalina ratuje życie

Publikacja powstała jako efekt testowania innowacji społecznej „Niezbędnik edukacyjny dziecka z alergią” w ramach inkubatora „Włącznik Innowacji Społecznych” realizowanego w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój (POWER), Oś priorytetowa: IV. Innowacje społeczne i współpraca ponadnarodowa, Działanie: 4.1 Innowacje społeczne.



Rzeczpospolita
Polska



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Autor Innowacji:



Inkubator



Lider projektu



Partnerzy projektu



Opracowanie merytoryczne
Ane Piżł

Opracowanie graficzne
Goodnews Studio

więcej informacji na temat
anafilaksji: alergia.pl



OBJAWY ANAFILAKSJI:

- Nagły początek!
- Wysypka, swędzenie skóry, zaczerwienienie spuchnięta twarz?
- Trudność w oddychaniu, chrypka, świsty, kaszel?
- Błada, spocona skóra, osłabienie?
- Wstrząs anafilaktyczny w przeszłości?

1 zapewnij bezpieczeństwo sobie i innym

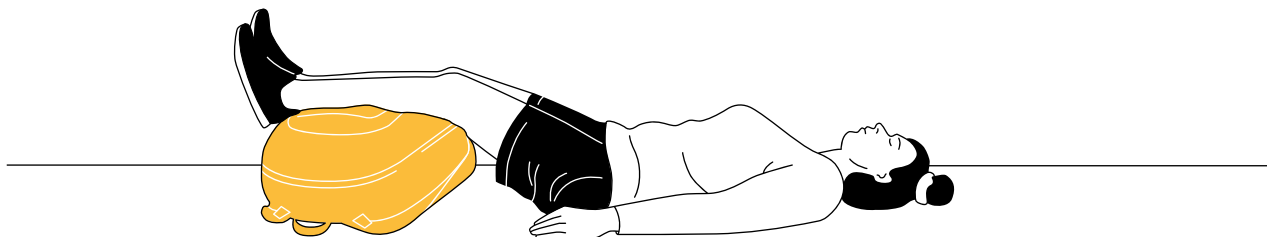
Jeżeli masz pod opieką inne osoby – np. grupę dzieci – podziel zadania tak, by wszystkie były bezpieczne.

2 przerwij kontakt z alergenem

np. przy alergii wziewnej na sierść kota wyprowadź dziecko na świeże powietrze, przy alergii na jad owadów usuń żądło, przy alergii pokarmowej zabierz dziecku to, co je i wymieć resztki z buzi

3 pozycja a. leżąca na plecach z uniesionymi nogami (gdy osoba poszkodowana nie ma trudności w oddychaniu)

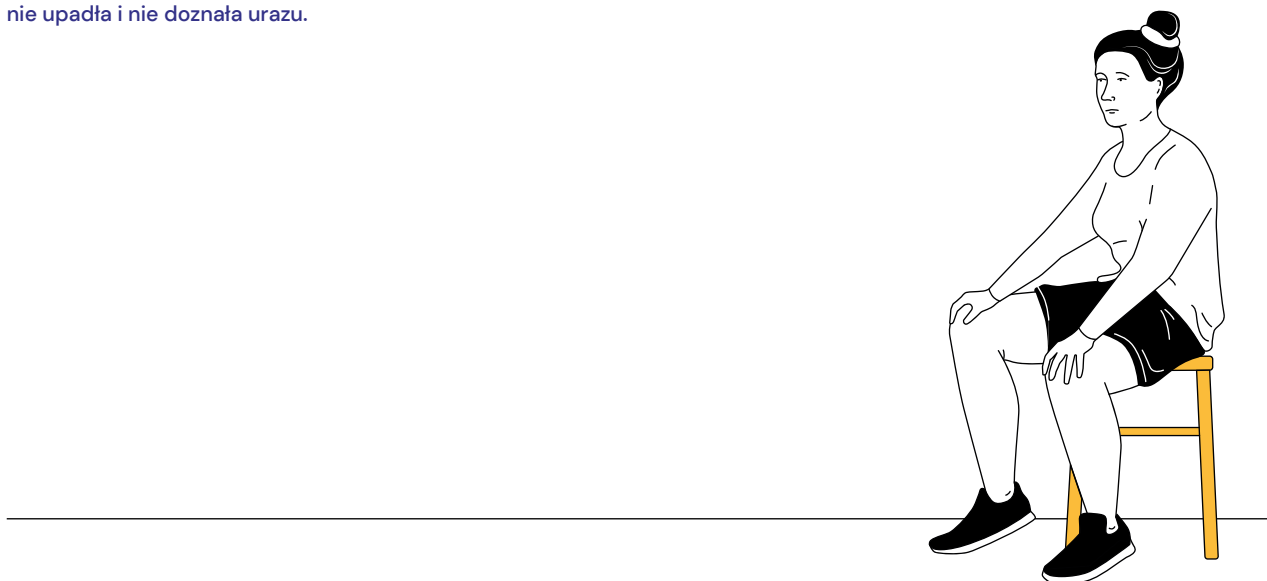
Nogi możesz położyć na torbie, na plecaku lub poprosić kogoś, by klęknął na jednym kolanie i trzymał nogi osoby poszkodowanej na swoim udzie.



b. siedząca (gdy osoba poszkodowana ma trudności w oddychaniu)

W pozycji siedzącej łatwiej się oddycha, dlatego jest zalecana przy problemach z oddychaniem.

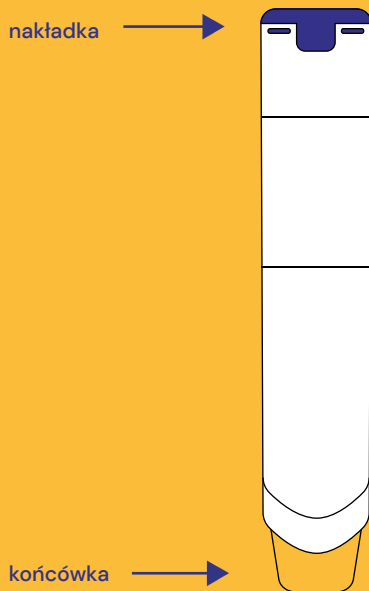
Możesz posadzić osobę poszkodowaną na krześle, na plecaku, na ziemi. Zadbaj o to, by jeśli będzie tracić siły, nie upadła i nie doznała urazu.



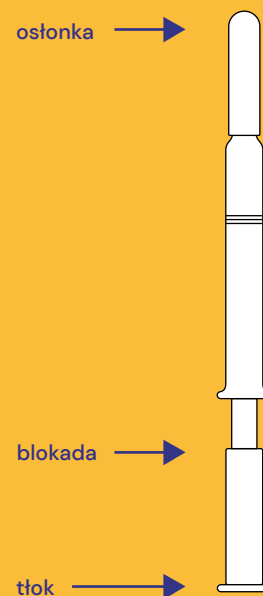
4 ma adrenalinę? podaj! zapisz godzinę

Jeśli osoba poszkodowana ma ze sobą adrenalinę w automatycznym wstrzykiwaczu lub w ampułkostrzykawce, powinna natychmiast ją przyjąć. Możesz jej w tym pomóc lub jeśli jest zbyt osłabiona, wykonać zastrzyk za nią. Adrenalina powinna być podana jak najszybciej, przy każdym podejrzeniu anafilaksji. Szybkie podanie adrenaliny ratuje życie, a opóźnienie jej podania (z niewiedzy lub strachu) jest częstą przyczyną śmierci we wstrząsie anafilaktycznym. Nie ma żadnych przeciwwskazań do podania adrenaliny we wstrząsie anafilaktycznym.

automatyczny wstrzykiwacz



ampułkostrzykawka



5 zadzwoń na 112 – podaj adres i objawy

Osobie, która odbierze Twój telefon, podaj adres i opisz objawy. Odpowiadaj na pytania. Gdy zespół ratownictwa jest już w drodze, nie dzwoń z tego samego telefonu na inne numery (do rodziny, znajomych). Niech ten telefon będzie cały czas gotowy do kontaktu z Centrum Powiadamiania Ratunkowego.

6 okryj, rozmawiaj, wspieraj

Do okrycia możesz wykorzystać ubranie, kurtkę, koc lub folię termiczną. W rozmowie pytaj osobę poszkodowaną jak się czuje, jakie ma objawy, czy miała kiedyś taką sytuację, na jakie substancje jest uczulona, na co się leczy, jakie leki zażywa. Zapytaj czy coś jadła i piła oraz pomóż jej skontaktować się z bliskimi, jeśli tego potrzebuje.

7 jeśli nie ma poprawy, po 5 minutach podaj drugą dawkę

Każda osoba, która ma przepisaną adrenalinę, powinna zawsze, nosić ze sobą dwie dawki. Drugą dawkę należy podać jeśli nie ma poprawy po pierwszej lub jeśli objawy powrócą.

8 jeżeli osobą poszkodowaną jest dziecko, zawiadom rodziców (z innego numeru telefonu niż ten, który służył do wezwania karetki pogotowia)



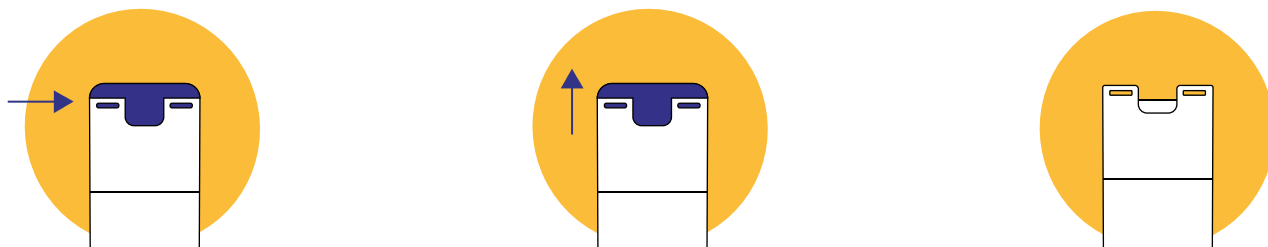
PODANIE AUTOMATYCZNEGO WSTRZYKIWACZA

1 NIEBIESKI DO NIEBA – wyjmij automatyczny wstrzykiwacz z opakowania i chwyć go całą dłonią, tak by niebieska nakładka była skierowana do nieba

Użyj dominującej ręki, chwyć pewnym, mocnym chwytem, tak by Twój kciuk był jak najbliżej niebieskiej nakładki, a pomarańczowa końcówka automatycznego wstrzykiwacza skierowana była w stronę uda.
Nie dotykaj pomarańczowej końcówki.

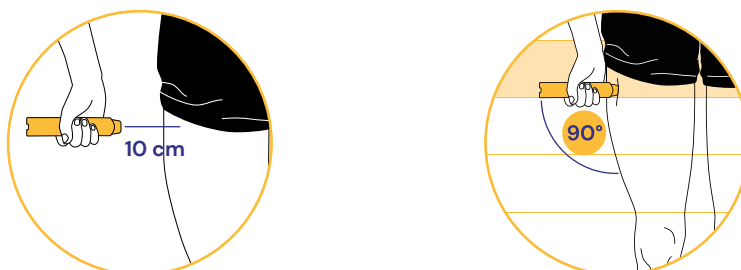
2 zdejmij niebieską nakładkę

Zrób to dopiero, gdy jesteś gotowa/y do podania leku.



3 uderz pomarańczową końcówką w udo

w przednio-boczną powierzchnię uda (przez ubranie, pod kątem 90 stopni, z lekkiego zamachu, z odległości 10 cm)
– usłyszysz kliknięcie!



4 trzymaj 5 sekund

W tym czasie następuje podanie adrenaliny.

5 masuj miejsce podania 10 sekund

6 zapisz godzinę podania

7 zadzwoń na 112 – podaj adres i objawy

Wezwij pomoc, nawet jeśli objawy ustąpiły. Każda osoba we wstrząsie anafilaktycznym wymaga dalszej obserwacji i fachowej pomocy medycznej. Objawy mogą wrócić, a reakcja anafilaktyczna ponownie się zaostrzyć wraz z upływem czasu.

8 jeśli nie ma poprawy, po 5 minutach podaj drugą dawkę

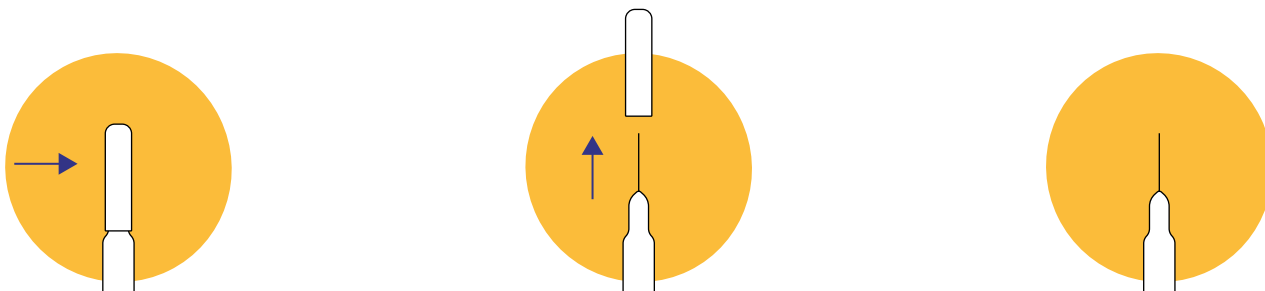
Każda osoba, która ma przepisaną adrenalinę, powinna zawsze, nosić ze sobą dwie dawki. Drugą dawkę należy podać jeśli nie ma poprawy po pierwszej lub jeśli objawy powrócą.



PODANIE AMPUŁKOSTRZYKAWKI

1 zdejmij szarą osłonkę z igły

Zrób to dopiero, gdy jesteś gotowa/y do podania leku. Nie dotykaj igły. Na tłoku ampułkostrzykawki jest biała blokada – nie zdejmuj jej! Pozwala ona wcisnąć tłok tylko na określoną głębokość, tak by podać odpowiednią dawkę adrenaliny.



2 wbij całą igłę w przednio-boczną powierzchnię uda

(przez lekkie ubranie, pod kątem 90 stopni)



3 naciśnij tłok do oporu

Biała blokada tłoka nie pozwoli wcisnąć go do końca. To prawidłowe i celowe, by podać właściwą dawkę.

4 trzymaj 5 sekund

W tym czasie lek uwalnia się z ampułkostrzykawki i następuje podanie adrenaliny.

5 masuj miejsce podania 10 sekund

6 zapisz godzinę podania

7 zadzwoń na 112 – podaj adres i objawy

Wezwij pomoc, nawet jeśli objawy ustąpiły. Każda osoba we wstrząsie anafilaktycznym wymaga dalszej obserwacji i fachowej pomocy medycznej. Objawy mogą wrócić, a reakcja anafilaktyczna ponownie się zaostrzyć wraz z upływem czasu.

8 jeśli nie ma poprawy, po 5 minutach podaj drugą dawkę

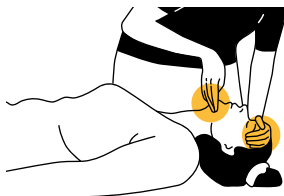
Każda osoba, która ma przepisaną adrenalinę, powinna zawsze, nosić ze sobą dwie dawki. Drugą dawkę należy podać jeśli nie ma poprawy po pierwszej lub jeśli objawy powrócą.



UTRATA PRZYTOMNOŚCI

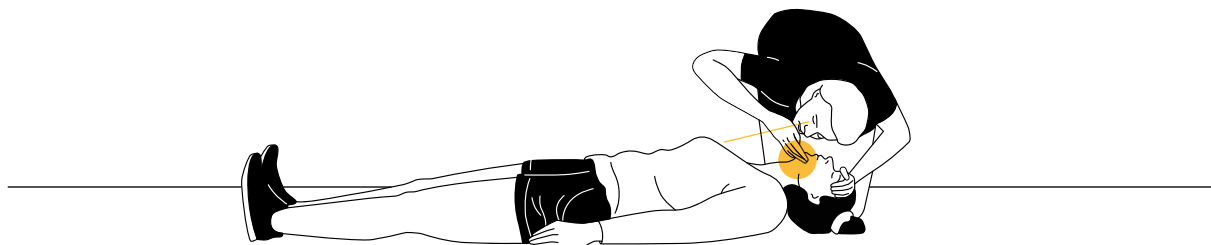
1 położyć na plecach i odchyli głowę

Osoba nieprzytomna, czyli taka, która nie reaguje na głos i dotyk, musi zawsze mieć odchyloną głowę – dzięki temu język nie blokuje dróg oddechowych.



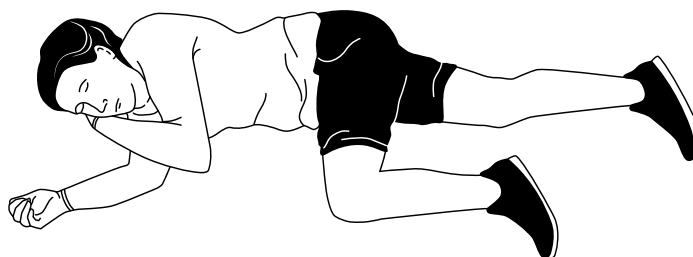
2 sprawdź czy oddycha – 10 sekund słuchaj i patrz

Sprawdzenie oddechu jest jedyną czynnością, którą podejmujesz w sytuacji utraty przytomności, by podjąć decyzję o resuscytacji.



3 jeśli na 100% zwyczajnie oddycha, obróć na bok i odchyli głowę

Pozycja bezpieczna, to pozycja na dowolnym boku, z odchyloną głową i dłonią wsuniętą pod policzek. W tej pozycji powinna leżeć każda nieprzytomna osoba, która zwyczajnie oddycha. Osobę w widocznej ciąży, położyć na lewym boku.



4 zadzwoń na 112

Podaj adres i informację o utracie przytomności.

5 okryj

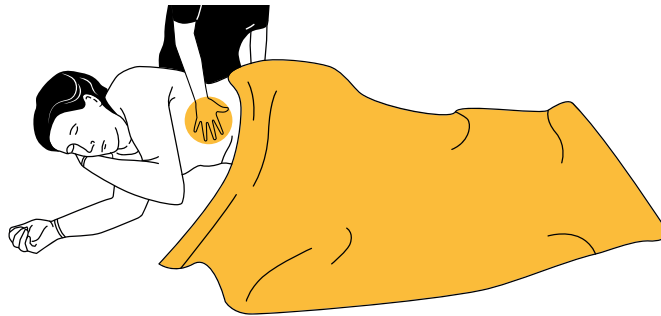
Ubraniem, kocem lub folią. Jeśli używasz folii termicznej, nie jest istotne, którą stroną folii okrywasz – srebrna i złota jest tak samo dobra, by chronić osobę poszkodowaną przed utratą ciepła.



7

kontroluj oddech

Stan osoby poszkodowanej może się pogorszyć w każdej chwili. Aby mieć pewność, że osoba poszkodowana cały czas oddycha trzymaj własną rękę na jej brzuchu lub słuchaj, trzymając ucho przy jej ustach.

**8**

wyślij kogoś po AED

Jeśli osoba poszkodowana przestanie oddychać, szybkie użycie defibrylatora AED może zadecydować o przeżyciu. Dlatego lepiej wcześniej mieć go pod ręką i włączyć natychmiast, gdy dojdzie do zatrzymania oddechu. Z prośbą o przyniesienie AED zwróć się do konkretnej osoby, nie mów „niech ktoś przyniesie”.

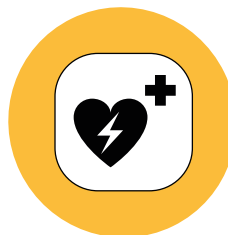


NIE WIESZ CZY ODDYCHA?

1 jeśli nie masz pewności czy oddycha, wydaj dwa polecenia

Polecenia powinny być skierowane do konkretnych osób:

- a. zadzwoń na 112
- b. przynieś AED



2 odłoń całkowicie klatkę piersiową i uciskaj mostek

Klatkę piersiową należy uciskać mocniej, niż się wydaje! U osoby dorosłej powinna ugiąć się na 5–6 cm. Uciskaj w tempie 100–120/minutę, dbając o to, by po każdym uciśnięciu klatka wracała do swojego naturalnego kształtu.



3 włącz AED, jak tylko będzie dostępne

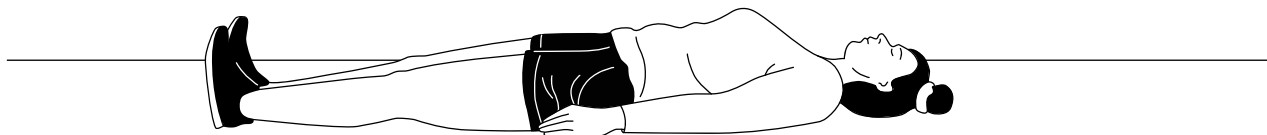
Defibrylator AED, gdy go włączysz, będzie wydawał ci proste polecenia głosowe. Wypełniaj je.

4 uciskaj!

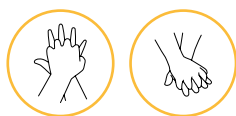
Przyniesienie defibrylatora AED, to nie powód, by przestać uciskać! Wolno ci przerwać uciśnięcia jedynie na wyraźne polecenie defibrylatora.

UCIŚNIĘCIA KLATKI

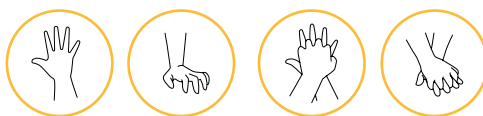
- 1** połóż osobę na ziemi
(ma być twardo i płasko)



- 2** uciskaj mocno, szybko i bez przerwy



dorośli



dziecko

dziecko uciskamy jedną
lub dwiema rękami



niemowlę



- 3** u osób dorosłych nie musisz robić oddechów ratowniczych

- 4** nie rób przerw na sprawdzanie oddechu

- 5** nie zniechęcaj się brakiem widocznego efektu

- 6** nie martw się o żebra



DEFIBRYLATOR AED

1 włącz i słuchaj poleceń

Większość defibrylatorów AED włącza się zielonym przyciskiem z napisem ON-OFF. Niektóre modele uruchamia się też przez uniesienie/otwarcie pokrywy urządzenia.

2 osoba, która uciska, niech nie przerywa

Uciśnięcia można przerwać dopiero na wyraźne polecenie defibrylatora.

3 jeśli ratujesz dziecko, ustaw tryb pediatryczny, jeśli ma tylko jeden ogólny tryb, możesz przy użyciu ratować dziecko

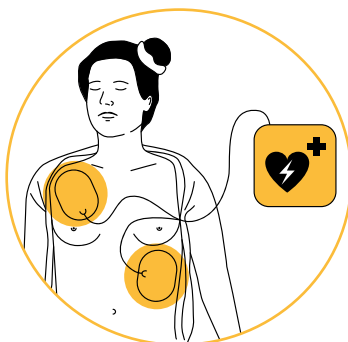
Tryb pediatryczny najczęściej uruchamia się suwakiem, który będzie oznaczony rysunkami DZIECKO-DOROSŁY.

4 wyjmij elektrody z opakowania i spójrz na rysunki

Na każdej z dwóch elektrod zobaczysz rysunek klatki piersiowej i oznaczone miejsce, w którym należy przykleić daną elektrodę. Jeśli osoba poszkodowana ma jeszcze na sobie ubranie, zdejmij je lub rozetnij. Zanim zaczniesz przyklejać elektrody – odsłoń całkowicie klatkę piersiową.

5 naklej elektrody na klatkę piersiową, bezpośrednio na skórę, zgodnie z rysunkami

Po naklejeniu elektrod dociśnij je mocno do skóry. Nawet jeśli elektrody nie są naklejone identycznie, jak na rysunku, nie zmieniaj już ich pozycji. Nie odklejaj ich.



6 gdy AED powie „nie dotykaj pacjenta”, przerwij uciskanie i odsuń się

7 AED wykona teraz analizę pracy serca i sam zadecyduje o defibrylacji. Są dwie opcje:

- a. każe Ci wcisnąć przycisk wyładowania, a następnie wrócić do uciśnięć
- b. każe Ci od razu wrócić do uciśnięć

8 AED odmierzy dwie minuty i ponownie każe ci się odsunąć, wykona analizę pracy serca i zadecyduje o defibrylacji

9 jeśli osoba poszkodowana zacznie kaszleć i ruszać się, przerwij uciśnięcia, odchyl jej głowę i sprawdź oddech



10 jeśli masz pewność, że zwyczajnie oddycha:

- a. obróć ją na bok i odchyl jej głowę
 - b. nie odklejaj elektrod
 - c. okryj ją
 - d. kontroluj oddech
-

11 jeśli nie masz pewności, czy zaczęła oddychać, kontynuuj uciskanie klatki



