

Ochrona przeciwpożarowa

1. Do gaszenia jakich materiałów (pożarów) służą gaśnice oznaczone symbolami: „A”, „B”, „C”, „D” i „E”?

Gaśnica o symbolu A-do gaszenia pożaru ciał stałych pochodzenia organicznego przy spalaniu, których występuje zjawisko żarzenia np. drewno, papier, węgiel, tkaniny.

Gaśnica o symbolu B — do gaszenia pożarów cieczy łatwopalnych i substancji stałych topiących się np. benzyna, alkohol, oleje, tłuszcze, lakiery.

Gaśnica o symbolu C-do gaszenia pożaru gazów palnych np. propanu, acetylenu, butanu.

Gaśnica o symbolu D-do gaszenia pożaru metali lekkich np. magnezu, sodu, potasu, litu.

Gaśnica o symbolu E - do gaszenia pożary urządzeń elektrycznych i innych materiałów znajdujących się w pobliżu tych urządzeń.

2. Jakie są zasady gaszenia pożaru w zarodku?

Zasadą jest przede wszystkim wyeliminowanie dostępu powietrza (głównie tlenu).

W razie pożaru największym zagrożeniem dla ludzi są dymy i toksyczne produkty spalania, a nie wysokie temperatury. Główne zagrożenia to: ~ ograniczenie zasięgu widoczności, co zdecydowanie utrudnić może przeprowadzenie ewakuacji przez straż pożarną - poważne trudności z oddychaniem, - wytwarzanie toksycznych produktów spalania. W każdym przypadku, gdy osoba zauważy pożar powinna niezwłocznie zaalarmować straż pożarną.

Jak należy się zachować:

- gdy pożar jest mały i umiesz posługiwać się gaśnicą oraz znasz przeznaczenie różnych środków gaśniczych, to natychmiast po zauważeniu pożaru podejmij działanie;

- powiadom ludzi obecnych w budynku o zaistnieniu pożaru;

- natychmiast udziel pomocy osobom znajdującym się w bezpośrednim zagrożeniu pożaru,

-po opuszczeniu pomieszczenia objętego pożarem, jeśli to możliwe, zamknij drzwi, co ograniczy na jakiś czas rozprzestrzenianie się pożaru. Kieruj się natychmiast do wyjścia z budynku. W trakcie ewakuacji udziel pomocy osobom o ograniczonej zdolności poruszania się.

3. Jak powinien zachować się pracownik, gdy zauważy pożar w zakładzie pracy?

O zauważonym pożarze pracownik powinien niezwłocznie powiadomić swojego przełożonego, straż pożarną, oraz opuścić miejsce, w którym powstał pożar.

Ponadto:

- jeżeli pożar jest mały i umiesz posługiwać się dostępnymi w zakładzie środkami gaśniczymi, znasz przeznaczenie różnych środków gaśniczych, to podejmij działanie natychmiast po zauważeniu pożaru;

- zawiadom o pożarze osoby, przebywające w budynku;

- natychmiast udziel pomocy osobom zagrożonym, znajdującym się w bezpośrednim sąsiedztwie pożaru;

- opuszczając pomieszczenie objęte pożarem, jeśli to możliwe zamknij drzwi, co ograniczy na jakiś czas rozprzestrzenianie się pożaru;

- skieruj się natychmiast do wyjścia z budynku (pomieszczenia), zgodnie ze wskazaniem znaków ewakuacyjnych;

- w przypadku dużego zadymienia poruszaj się na czworakach.

Podporządkuj się poleceniom osób kierujących akcją gaśniczą.

4. Czego nie wolno gasić wodą?

Wodą nie wolno gasić: urządzeń elektrycznych pod napięciem, cieczy palnych lżejszych od wody np. benzyny, ropy naftowej, karbidu, wapna palonego (niegaszonego).

5. Jak należy postąpić w przypadku zapalenia się odzieży na człowieku?

W przypadku zapalenia się odzieży na człowieku - nie można dopuścić, aby osoba, na której pali się ubranie wpadła w panikę i wybiegła np. na zewnątrz, gdyż ruch i podmuch wiatru podsycają płomienie. Należy położyć ofiarę na ziemi w taki sposób, aby palące się ubranie było na wierzchu i ugasić płomienie np. polewając je wodą. Innym sposobem postępowania w takiej sytuacji jest owinięcie płaszczem, kocem, zastoną, narzutą lub inną „mocną” tkaniną i położenie na ziemi w celu odcięcia dopływu tlenu. Nie należy przesuwac ofiary po ziemi, bo może to spowodować rozszerzenie się ognia na inne części ciała i powstanie dalszych obrażeń.

6. Wymień źródła zapłonu?

Źródła zapłonu to: - źródła punktowe, np. iskra elektryczna, iskra mechaniczna, - źródła liniowe, np. wyładowania atmosferyczne, łuk elektryczny, - powierzchniowe, np. gorące powierzchnie, promieniowanie świetlne i ciepłne, iskry spawalnicze, - pojemnościowe, np. gorące gazy, otwarty ogień.

7. Co to jest zagrożenie pożarowe ?

Zagrożeniem pożarowym nazywamy zespół czynników wpływających na powstanie i rozprzestrzenienie się pożaru — a przez to na bezpieczeństwo życia ludzi.

8. Co to jest strefa pożarowa ?

Strefa pożarowa jest to przestrzeń wydzielona w taki sposób, aby w określonym czasie pożar nie przeniósł się na zewnątrz, lub do wewnątrz wydzielonej przestrzeni. Wielkość wydzielonej strefy pożarowej ma wpływ na czas ewakuacji, szkody w mieniu oraz skuteczność akcji pożarowej.

9. Co zaliczamy do podręcznego sprzętu gaśniczego?

Podręczny sprzęt gaśniczy stanowią: - gaśnice np. pianowa, proszkowa, płynowa, - małe agregaty gaśnicze zawierające do 25 kg środka gaśniczego, - koce gaśnicze.

10. Co to są gaśnice i do czego służą ?

Gaśnice są to urządzenia przenośne, które służą do gaszenia pożarów w pierwszej fazie ich rozwoju. Są one oznaczone literami odpowiadającymi rodzajom pożarów, do gaszenia których są przeznaczone. Działają zazwyczaj półautomatycznie, tzn. po ręcznym uruchomieniu samoczynnie wyładowują swoją zawartość. Wymagają jedynie kierowania środka gaśniczego na ogień.

11. Co to są agregaty gaśnicze i do czego służą ?

Agregaty gaśnicze są to duże urządzenia umieszczane najczęściej na podwoziach dwukołowych, ułatwiających ich przemieszczanie i użytkowanie. Zakres stosowania agregatów jest podobny do gaśnic.

12. Co to jest koc gaśniczy i do czego służy ?

Koc gaśniczy jest to niepalna tkanina (z reguły o wymiarach 120 x 120 lub 150 x 150 cm), zastępujący w wielu wypadkach (z dobrym skutkiem) gaśnicę, gdyż jest łatwy w użyciu. Narzuca się go na źródło ognia (o powierzchni nie większej niż 1m²), tłumiąc płomień. Może być wielokrotnie używany.

13. Co to są pożary z grupy „A” i jakich środków gaśniczych należy używać do ich gaszenia?

Pożary z grupy „A ” są to pożary ciał stałych pochodzenia organicznego przy spalaniu, których występuje zjawisko żarzenia. Do ich gaszenia można użyć wody, gaśnic np. płynowej czy proszkowej.

14. Co to są pożary z grupy „B” i jakich środków gaśniczych należy używać do ich gaszenia ?

Pożary z grupy „B” są to pożary cieczy łatwopalnych i substancji stałych topiących się np. benzyna, alkohol, oleje, tłuszcze, lakiery.

- 15. Co to są pożary z grupy „C” i jakich środków gaśniczych można użyć do ich gaszenia ?**
Pożary z grupy „C” są to pożary gazów palnych np. propanu, acetyleny, metanu, a do ich gaszenia należy użyć zamiennie gaśnic proszkowych, śniegowych bądź halonowych.
- 16. Co to są pożary z grupy „D” i jakich środków gaśniczych można użyć do ich gaszenia ?**
Pożary z grupy „D” są to pożary metali lekkich np. magnezu, sodu, potasu, litu, a do ich gaszenia stosuje się specjalne środki gaśnicze w postaci proszków (specjalne gaśnice proszkowe).
- 17. Jak należy wyposażyć pomieszczenia pracy na wypadek pożaru?**
Pomieszczenia pracy na wypadek pożaru należy wyposażyć w odpowiedni sprzęt i urządzenia gaśnicze, urządzenia sygnalizacyjne oraz alarmowe
- 18. Wymień grupy pożarów ze względu na właściwości palne materiału?**
Grupy pożarów ze względu na właściwości palne materiału: - pożary ciał stałych pochodzenia organicznego, przy spalaniu których występuje zjawisko żarzenia, np. drewno, papier, węgiel, tkaniny; - pożary cieczy łatwopalnych i substancji stałych topiących się np. benzyna, alkohole, oleje, tłuszcze, lakiery; - pożary gazów palnych np. propanu, acetyleny, butanu; - pożary metali lekkich np. magnezu, sodu, potasu, litu; - pożary urządzeń elektrycznych i innych materiałów znajdujących się w pobliżu tych urządzeń.
- 19. Co to jest zagrożenie wybuchowe?**
Zagrożeniem wybuchowym nazywamy możliwość tworzenia przez palne gazy, pary palnych cieczy, pyły lub włókna palnych ciał stałych (w różnych warunkach) mieszanin z powietrzem, które pod wpływem czynnika inicjującego zapłon wybuchają, czyli ulegają gwałtownemu spalaniu połączonemu ze wzrostem ciśnienia.
- 20. Na czym polegają metody zapobiegania pożarom ?**
Ponieważ warunkami powstania pożaru jest obecność: materiału palnego, czynnika utleniającego i źródła zapłonu -usunięcie jednego z nich wyklucza jego powstanie. Metody zapobiegania pożarom polegają na: - usunięciu materiałów ze strefy zagrożenia; - usunięciu źródeł zapłonu ze strefy zagrożenia; - usunięciu czynnika utleniającego.
- 21. Jaki jest podstawowy warunek zabezpieczenia przed pożarem i wybuchem pomieszczeń produkcyjnych ?**
Podstawowym warunkiem zabezpieczenia przed pożarem i wybuchem jest utrzymanie w pomieszczeniach produkcyjnych odpowiedniej wilgotności względnej i czystości. Sprzątanie lub czyszczenie i remonty maszyn muszą odbywać się przy czynnej wentylacji. Ładunki elektryczne z maszyn, wentylatorów i przewodów, można odprowadzać za pomocą właściwie wykonanego uziemienia, zastłon, itp. Urządzenia wentylacyjne powinny być sprawne i zapewniać równomierne przewietrzanie pomieszczeń.
- 22. Omów sposób użycia gaśnicy śniegowej.**
Sposób użycia gaśnicy śniegowej jest następujący: - z trzymaną za uchwyt gaśnicą należy podbiec do ognia, chwycić za rękojeść i skierować na ogień, możliwie skośnie w dół, odkręcając zawór butli; - po otwarciu zaworu dwutlenek węgla wydostaje się na zewnątrz, gdzie gwałtownie rozpręża się, przechodząc w stan lotny. Działanie dwutlenku węgla polega na odizolowaniu palących się przedmiotów od dostępu powietrza. Gaśnica w czasie działania dość głośno szumi. Trzeba pamiętać, że podczas działania gaśnica

silnie się oziębia, dlatego aby uniknąć odmrożenia rąk gaśnicę i dyszę należy trzymać za uchwyt.

23. Omów sposób użycia gaśnicy proszkowej.

Należy uchwycić gaśnicę proszkową i skierować w stronę źródła ognia. Wyciągnąć zawleczkę i zbić zbijak. Następnie nacisnąć na dźwignię prowadnicy. Strumień proszku skierować na ogień.

24. Omów sposób użycia gaśnicy płynowej.

Użycie gaśnicy płynowej: po wyciągnięciu zawleczki, nacisnąć dźwignię i skierować przewód w stronę ognia. Nie wolno gaśnic płynowych używać do gaszenia przewodów i urządzeń elektrycznych pod napięciem.

25. Jakie są rodzaje znaków właściwych ochronie przeciwpożarowej? Podaj ich przykłady (Pn-92/N-01256/01).

Rodzaje znaków:

- informacyjne (np. „hydrant wewnętrzny”, „drabina pożarowa”);
- ostrzegawcze (np. „niebezpieczeństwo pożaru - materiały łatwo zapalne, materiały utleniające, materiały wybuchowe”);
- zakazu (np. „zakaz gaszenia wodą”, „palenie tytoniu zabronione”);
- nakazu (np. kierunek rozmieszczenia sprzętu pożarniczego lub ostrzegającego stosowany łącznie ze znakami wskazującymi rozmieszczenie tego sprzętu).

26. Co oznaczają poszczególne znaki ewakuacyjne (PN-92/N-01256/02 - „Znaki bezpieczeństwa- Ewakuacja”).?

„Znaki bezpieczeństwa. Ewakuacja”. Informują np. o drodze lub kierunku ewakuacji, kierunku do wyjścia drogi ewakuacyjnej oraz „pchać, aby otworzyć” „ciągnąć, aby otworzyć”, „stłuc, aby uzyskać dostęp”.

Ramki, napisy, strzałki i inne elementy graficzne winny być fosforescencyjne (oprócz znaków podświetlanych). Czas zaniku fosforescencji powinien wynosić minimum 2 godziny (znaki te muszą „świecić ” przez dwie godziny po wyłączeniu oświetlenia.)

Pierwsza pomoc przedmedyczna osobom poszkodowanym w wypadkach przy pracy.

27. Jak powinna postąpić osoba ratująca poszkodowanego w razie zaistnienia wypadku?

W razie zaistnienia wypadku osoba ratująca powinna: - dokonać oceny zdarzenia, - usunąć czynniki uszkodzające, jeżeli takie występują, - dokonać oceny zaistniałego zagrożenia dla życia poszkodowanego, tj.: -sprawdzić oddech, -sprawdzić tętno, - sprawdzić stan przytomności, - określić rodzaj doznanych urazów (np. rany, złamania...), -wezwać fachową pomoc, -podjąć działania ratownicze.

28. Jakie informacje powinno się podać osobie odbierającej zgłoszenie o wypadku przez telefon ?

Wezwanie pomocy przez telefon; - jeżeli są ofiary w ludziach wzywamy karetkę pogotowia, a dyżurny dyspozytor poinformuje o wypadku właściwe służby. Dyspozytorowi należy podać szczegóły wypadku i liczbę ofiar, poinformować go o istniejących zagrożeniach. Nie należy odkładać słuchawki dopóki nie zrobi tego dyżurny dyspozytor. Wzywając służby ratownicze zawsze należy podać następujące informacje: - numer telefonu, z którego się dzwoni,- dokładną lokalizację wypadku, - rodzaj wypadku, - liczbę, płeć i przybliżony wiek ofiar oraz wszystko, co wiemy o ich stanie, o występujących obrażeniach.

29. Jak należy postąpić z osobą poszkodowaną w przypadku omdlenia?

Przy omdleniu osoby poszkodowanej należy: - ułożyć ją na twardym podłożu z uniesionymi i podpartymi nogami, poprawiając przez to dopływ krwi do mózgu, - upewnić się, że poszkodowany ma dopływ świeżego powietrza, jeżeli nie np. otworzyć okno, -

uspokoić poszkodowanego, w miarę polepszania się jego samopoczucia, pomóc mu przyjąć pozycję siedzącą, - postarać się opatrzyć ewentualne zranienia powstałe w wyniku wypadku. Jeżeli chory nie odzyska w szybkim czasie przytomności, należy sprawdzić jego oddech i tętno oraz jeżeli to będzie konieczne przygotować do reanimacji. Jeżeli chory siedzący ponownie omdlewa, należy jego głowę umieścić pomiędzy jego kolanami i kazać głęboko oddychać.

30. Jak należy opisać stan osoby poszkodowanej, która jest nieprzytomna?

Poszkodowany nie daje „oznak życia”, nie porusza się, brak z nim kontaktu.....

31. Co należy zrobić, aby udrożnić górne drogi oddechowe u ofiary wypadku?

Aby udrożnić drogi oddechowe należy sprawdzić: -jamę ustną, czy nie jest zanieczyszczona, - w razie potrzeby przeprowadzić oczyszczenie jamy ustnej poprzez usunięcie z niej ciał obcych takich np. jak: wybroczyny, krew, sztuczne protezy, połamane zęby itp.

32. Jakie mogą być przyczyny niedrożności górnych dróg oddechowych?

Niedrożność dróg oddechowych może wynikać z wniknięcia ciał stałych i płynnych (np. protezy, krew, wymiociny,.....)

33. Na czym polega kontrola akcji serca u osoby poszkodowanej?

W przypadku braku akcji serca i oddychania należy rozpocząć sztuczne oddychanie i przystąpić do masażu serca, pamiętając uprzednio o skontrolowaniu drożności dróg oddechowych.

34. Na czym polega kontrola obecności oddechu u osoby poszkodowanej?

W celu ustalenia czy osoba poszkodowana w wypadku oddycha należy:

- udrożnić górne drogi oddechowe:
- skontrolować jamę ustną i w razie potrzeby przeprowadzić jej toaletę usuwając z niej ciała obce np. wymiociny, krew, protezy, połamane zęby,
- ułożyć jedną rękę na czole, a drugą na żuchwie poszkodowanego i odchylić głowę ku tyłowi, wykonując tzw. „ rękoczyn ” „ czoło-żuchwa ”,
- trzymając głowę w odgięciu (ręka na czole) skontrolować obecność oddechu np. przez 10 sekund (min 2 oddechy), przybliżając ucho do ust i nosa poszkodowanego, wysłuchując obecności oddechu i obserwując ruchy klatki piersiowej.

35. Jak wykonujemy zewnętrzny ucisk serca u dorosłej osoby poszkodowanej?

Aby wykonać zewnętrzny ucisk serca, należy: - położyć poszkodowanego na wznak na twardym podłożu np. na podłodze, - rozpiąć wierzchnie ubranie, - dwiema rękoma wyprostowanymi w łokciach, ułożonymi w ten sposób, że nasadę jednej dłoni układa się na mostku osoby poszkodowanej w dolnej 1/3 jego długości, a drugą układa się na krzyż na wierzchu pierwszej, wykonuje się płynnie uciski mostka na głębokość 4-5 cm z częstotliwością 80-100 ucisków/min. Po 3-4 cyklach należy skontrolować obecność oddechu i tętna.

36. Jak wykonujemy sztuczne oddychanie metodą usta-usta?

Sztuczne oddychanie metodą „usta-usta”: - chorego należy położyć na plecach, najlepiej na twardym podłożu. Należy odchylić mu głowę do tyłu w celu polepszenia drożności drogi oddechowej i położyć niewielki wałek np. z odzieży pod barki. Należy usunąć ciała obce z ust i gardła, zatkać należy nos osoby ratowanej, podciągnąć żuchwę ku górze, przyłożyć usta do ust ratowanego i wdmuchiwać powietrze do jego płuc. „Wdmuchiwanie powietrza ” wykonuje się z szybkością ok. 16 razy na minutę. Jeśli równocześnie prowadzony jest masaż serca, wdmuchiwanie powietrza należy wykonywać podczas co czwartego „uderzenia serca”.

37. Jak udzielisz pierwszej pomocy przy oparzeniach termicznych (I, II, III stopień)?

Pierwsza pomoc w oparzeniach: I stopnia polega na schłodzeniu miejsca spalonego strumieniem zimnej wody. Przy oparzeniach II i III stopnia, pęcherze albo rany należy pokryć je następnie sterylnym opatrunkiem. Należy pamiętać o podaniu środków przeciwbólowych, nasercowych oraz płynów do picia. Chorego należy ogrzać i zapewnić mu spokój. Przetransportować do szpitala.

38. Jak należy prowadzić postępowanie ratownicze w przypadku wystąpienia wstrząsu u osoby poszkodowanej w wypadku?

Działanie ratownicze w przypadku wystąpienia wstrząsu u osoby poszkodowanej polega na: - usunięciu, jeżeli jest to możliwe przyczyny, która go wywołała, - położeniu poszkodowanego na twardym podłożu, tak by głowa była nisko, co ma zapobiegać utracie przytomności, -rozluźnieniu zapiętych części ubrania w celu zmniejszenia ucisku na szyję, brzuch i klatkę piersiową, - ochronie przed zimnem poprzez okrycie np. kocem, - kontroli częstotliwości oddechu i tętna, - wezwaniu pomocy fachowej.

39. Jak udzielisz pierwszej pomocy osobie poszkodowanej, w przypadku zranienia?

Pierwsza pomoc w przypadku zranienia powinna ograniczyć się do założenia jałowego opatrunku i przewiezienia chorego do najbliższej placówki chirurgicznej celem fachowego zaopatrzenia rany i podania surowicy. Opatrunek ochronny polega na przykryciu rany sterylnym gazikiem i zawinięciu jej bandażem). W przypadku większych ran, konieczne jest unieruchomienie.

40. Jak wygląda postępowanie ratownicze w przypadku ciała obcego (np. w ranie kończyny)?

W przypadku ciała obcego: - jeśli jest to bardzo niewielki kawałek, można delikatnie go usunąć. Nie wolno jednak usuwać ciał obcych, które są wbite w ranę, bo może to spowodować dalsze uszkodzenie tkanek i krwawienie. Należy: - zahamować krwawienie za pomocą ucisku po obu stronach ciała obcego i przez uniesienie zranionej kończyny, - po nałożeniu kawałka gazy luźno, po obu stronach ciała obcego należy położyć „wałkowate przedmioty”(np. bandaże) w celu stabilizacji ciała obcego w ranie i zabandażować, - wezwać pomoc lekarską.

41. Jak wygląda postępowanie ratownicze w przypadku wystąpienia krwotoku tętniczego, żylnego, mięszowego(uszkodzenia wątroby, śledziony)?

W przypadku wystąpienia krwotoku (tętniczego, żylnego)krwawiące naczynie przyciska się do kości powyżej zranienia, a przy krwotoku z tętnicy szyjnej i skroniowej – poniżej miejsca zranienia, -przy krwotoku z rany na kończynie konieczne unieść ją do góry,- ucisnąć należy silnie kciukiem, czterema palcami lub pięścią.

W przypadku krwotoków wewnętrznych jak najszybciej przekazać chorego w ręce lekarza.

42. Jak powinien wyglądać prawidłowo nałożony opatrunek uciskowy?

Opatrunek uciskowy jest najbardziej właściwym sposobem tamowania wszystkich krwotoków zewnętrznych. Jego wykonanie polega na położeniu na miejsce krwawiące (ranę) odpowiednio dużego jałowego opatrunku, na który kładziemy wałkowaty przedmiot np. zwitek, kłęb gazy, ligniny, bandaż i całość przymocowujemy owijając bandażem, pamiętając by kolejne warstwy były nałożone z mierną siłą ucisku. W przypadku, gdy przez nałożony opatrunek przesiąka krew, należy albo nieco zwiększyć siłę „obwojów”, albo zastosować jeszcze jeden opatrunek. W przypadku opatrunku kończyny należy ją doraźnie unieruchomić.

43. W jakich przypadkach i jak należy prawidłowo nałożyć opaskę uciskową?

Opaskę uciskową stosujemy w przypadku krwotoku zewnętrznego powstałego w wyniku mechanicznego uszkodzenia: tętnic, żył, naczyń włoskowatych. W takich sytuacjach, w celu zatamowania krwi na ramieniu lub udzie stosujemy opaskę uciskową. Zabieg ten polega na uciśnięciu kończyny powyżej rany.

44. Jak udzielić pierwszej pomocy w przypadku udaru cieplnego?

W przypadku udaru cieplnego należy: - ułożyć poszkodowanego w chłodnym, przewiewnym miejscu, - wysoko unieść głowę, -jeśli chory jest przytomny podać chłodne napoje do picia, -jeśli nie jest przytomny, postępować jak przy omdleniach, - zapewnić pomoc lekarską.

45. Jak wygląda pierwsza pomoc w przypadku napadu epilepsji?

W przypadku napadu epilepsji chorego należy: - zabezpieczyć (ochronić) przed urazami,- podtrzymując głowę rękami, - rozluźnić ubranie, - po napadzie zapewnić ciszę i spokój, podać wodę do picia, - nie wolno podawać kawy, alkoholu, herbaty.

46. Jak wygląda pierwsza pomoc w przypadku omdlenia?

W przypadku omdlenia należy: - ułożyć chorego na twardym podłożu z uniesionymi i podpartymi nogami, poprawiając przez to dopływ krwi do mózgu, - upewnić się, że poszkodowany ma dopływ świeżego powietrza, jeżeli nie - np. otworzyć okno, - uspokoić poszkodowanego, w miarę jak jego samopoczucie się polepsza, pomóc mu przyjąć pozycję siedzącą, - postarać się znaleźć i opatrzyć ewentualne zranienia powstałe w wyniku upadku. Jeżeli chory nie odzyska w szybkim czasie przytomności, należy sprawdzić jego oddech i tętno i jeżeli to będzie konieczne przygotować do reanimacji. Jeżeli chory siedzący ponownie omdlewa, należy jego głowę umieścić między jego kolanami i kazać głęboko oddychać.

47. Jak udzielić pierwszej pomocy w przypadku zawału?

W przypadku zawału należy położyć chorego wygodnie (często najlepszą pozycją jest ułożenie w pozycji półsiedzącej z kolanami zgiętymi i podpartymi), wezwać pogotowie ratunkowe. Uspokajać ratowanego i sprawdzać oddech i tętno do czasu przybycia lekarza (być przygotowanym do podjęcia reanimacji).

48. Jak postępować w przypadku zatrucia wskutek wchłonięcia trucizny drogami oddechowymi np. zatrucie tlenkiem węgla, spalinami samochodowymi?

W przypadku zatrucia wskutek wchłonięcia trucizny poprzez drogi oddechowe należy: - zatrutego wynieść z pomieszczenia, w którym nastąpiło zatrucie (nie wolno dopuścić, by poszkodowany poruszał się o własnych siłach, gdyż może to spowodować groźne dla życia skutki), - rozluźnić odzież osoby zatrutej (np. rozpiąć kołnierzyk, krawat i inne uciskające części ubioru), -przykryć osobę zatrutą kocem w celu ochrony przed utratą ciepła, - jeśli poszkodowany jest nieprzytomny należy skontrolować zawartość jamy ustnej i zapewnić jej drożność, - nieprzytomnemu nie podawać doustnie żadnych leków, a jeśli oddycha można podać tlen, - w przypadku zatrzymania oddechu należy stosować sztuczne oddychanie. Przy zatruciach przez niektóre trucizny np. benzen należy pamiętać, że wydalają się one przez drogi oddechowe i przy stosowaniu metod bezpośrednich np. usta-usta mogą zagrażać ratującemu.

49. Jak udzielić pierwszej pomocy osobie poszkodowanej w przypadku oparzenia termicznego wskutek zapalenia się odzieży?

Do gaszenia człowieka nie wolno używać wody ani gaśnic. Wody nie wolno używać, dlatego, że może ona spowodować rozleglejsze oparzenia, a poza tym zimna może spowodować szok termiczny u ofiary, a gaśnic nie należy używać, dlatego że związki chemiczne w nich zawarte mogą spowodować dodatkowe powikłania.

Do gaszenia ubrania najlepiej użyć koca gaśniczego i nim zdusić ogień (owinąć lub okryć) – w kierunku od głowy do nóg.

Oparzenia natychmiast schłodzić zimną wodą. Nie dotykać palcami ran powstałych w wyniku oparzenia. Nie stosować żadnych maści, żelów, olejów, zasypek. Nie przekuwać pęcherzy ze względu na niebezpieczeństwo infekcji. Nie opatrywać oparzeń twarzy. W razie mniejszych oparzeń uszkodzone części ciała zanurzyć na około 15 min. w zimnej wodzie, aż ból osłabnie. W przypadku większych oparzeń nałożyć na ranę oparzeniowy opatrunek. Podać płyny do picia. Osobę nieprzytomną ułożyć w pozycji bocznej ustalonej.

50. Jaki jest sposób postępowania przy porażeniu prądem elektrycznym?

W przypadku porażenia prądem elektrycznym – należy natychmiast uwolnić porażonego spod działania prądu elektrycznego poprzez: -wylączenie napięcia właściwego obwodu elektrycznego(np.. wyciągnąć wtyczkę lub wyrwać przewód elektryczny), - odciągnięcie porażonego od urządzeń będących pod napięciem(należy stanąć na suchym materiale izolacyjnym i za pomocą przedmiotu, którym jest np. drewniany kij od szczotki odepchnąć porażonego od źródła prądu). W zależności od stanu porażonego zastosować czynności ratownicze: - jeśli ofiara jest nieprzytomna sprawdzić oddech, tętno (w przypadku zatrzymania oddechu i czynności serca wykonać zabiegi reanimacyjne), - ochładzać miejsca oparzenia zimną wodą, - ułożyć poszkodowanego w pozycji bocznej ustalonej, - wezwać pomoc fachową.

51. Co to jest pozycja boczna ustalona?

Pozycja boczna ustalona: - osobę poszkodowaną, która jest nieprzytomna, ale posiada własny wydolny oddech i akcję serca, po udzieleniu np. pierwszej pomocy powinno się ułożyć w tzw. pozycji bocznej ustalonej (poszkodowany leży na boku, głowa jest nieco niżej ułożona niż reszta ciała, aby zapobiec blokowaniu się gardła (przez język) i umożliwić wypływ płynów z ust, co zmniejsza niebezpieczeństwo zadławienia się). Poszkodowanego nieprzytomnego ułożonego w takiej pozycji, można pozostawić, jeśli musimy wezwać pomoc.

52. Jakie są ogólne zasady nakładania opatrunków?

Zasady nakładania opatrunków: - opatrunek powinien wystawać poza brzegi rany, -jeżeli mamy tylko jeden opatrunek jałowy należy użyć go do pokrycia rany, a niesterylne materiały można stosować jako opatrunki wierzchnie, - kłaść opatrunek bezpośrednio na raną, a nie zakładać z boku, aby go przesunąć po skórze, - jeżeli przez zastosowane materiały opatrunkowe przebijają krwawienie należy na jego powierzchni założyć kolejny opatrunek bądź zwiększyć nieco siłę obwojów bandaża,- założyć rękawiczki jednorazowego użytku, a gdy ich nie posiadamy woreczki foliowe, - przymocować opatrunek np. bandażem, którego obwoje należy wykonać z mierną siłą ucisku, - gdy mamy możliwość umyć ręce przed nałożeniem opatrunku na ranę, - unikać dotykania rany lub jakiegokolwiek części opatrunku.

53. Jak udzielisz pomocy osobie poszkodowanej, gdy krwawi z nosa?

Poszkodowanego z krwawieniem nosa należy: - posadzić z głową pochyloną ku przodowi (nie pozwalamy aby głowa była skierowana ku dołowi, gdyż wtedy krew może spływać po tylnej ścianie gardła, powodując odruch wymiotny), - powiedzieć poszkodowanemu, by oddychał ustami i by ucisnął nos poniżej części kostnej (jeśli to konieczne należy mu pomóc), polecić by poszkodowany nie mówił, nie połykał, nie kaszlał, nie pociągał nosem, - podać np. chustkę do powstrzymania upływu krwi), - po około 10 minutach przestać uciskać nos (jeśli krwawienie się powtarza, zastosować ucisk przez dalsze 10 minut), jeśli trwa dłużej niż 30 minut konieczna jest pomoc lekarska, - należy pamiętać o delikatnym wytarciu ciepłą wodą nosa i ust poszkodowanego.

54. Jak udzielić pierwszej pomocy w przypadku oparzenia kwasami?

W oparzeniach kwasami pierwsza pomoc ma na celu zneutralizowanie czynnika uszkadzającego. W przypadku oparzeń kwasami należy miejsce oparzone przemyć dużą ilością wody, a następnie przemyć 3% roztworem sody oczyszczonej, wodą mydlaną, kredą. Dalsze postępowanie wygląda jak przy oparzeniach termicznych

55. Jak udzielić pierwszej pomocy w przypadku oparzenia zasadami?

W oparzeniach zasadami pierwsza pomoc ma na celu zneutralizowanie czynnika uszkadzającego. W przypadku oparzeń zasadami należy miejsce oparzone przemyć dużą ilością wody, a następnie przemyć 1% roztworem kwasu cytrynowego lub octowego. Dalsze postępowanie wygląda jak przy oparzeniach termicznych.

56. Jakich zasad należy przestrzegać wykonując czynności unieruchamiania kończyn w przypadku urazów kostno–stawowych?

Wykonując czynności unieruchamiania w przypadku urazów kostno-stawowych należy: dokładnie wymodelować szynę lub przedmiot zastosowany do unieruchamiania (przymierzanie wykonywać na zdrowej części ciała lub sobie), - przedmiot unieruchamiający wyłożyć watą, ligniną itp., w miejscach występowania kostnych (okolice stawów) podłożyć watę, gazę, chustkę itp., w zależności od miejsca urazu ułożyć uszkodzanego w pozycji leżącej lub siedzącej, ale tak by unieruchamiana część ciała znajdowała się w ułożeniu fizjologicznym (np. kończynę górną unieruchamiamy tak by przedramię z ramieniem tworzyło kąt zbliżony do prostego, ale kończynę dolną unieruchamiamy w takim położeniu, w jakim znajdowała się w momencie urazu, a więc jeśli była zgięta nie prostujemy jej. W przypadku uszkodzenia: kości długiej, unieruchomić, co najmniej dwa stawy sąsiadujące z uszkodzoną kością, a w przypadku uszkodzenia stawu unieruchomić dwie kości, jedną poniżej, a drugą powyżej uszkodzonego stawu.

57. Jak udzielić pierwszej pomocy w urazach kręgosłupa?

Każdy uraz kręgosłupa wymaga szczególnej ostrożności, gdyż nieumiejętnie prowadzona akcja ratunkowa może spowodować uszkodzenie rdzenia kręgowego i w następstwie trwale i ciężkie kalectwo.

Chorego należy ułożyć i transportować na twardym podłożu (twarde nosze, deska, drzwi) najczęściej w pozycji na plecach, unikając przenoszenia z noszy na nosze.

58. Co należy zrobić w razie podejrzenia uszkodzenia kręgosłupa w odcinku szyjnym?

W razie podejrzenia uszkodzenia kręgosłupa w odcinku szyjnym nie należy przesuwać uszkodzonego, pozostawić go w takim położeniu, w jakim się znajduje. Uspokoić uszkodzonego i powiedzieć, aby się nie ruszał. Jeżeli możemy skorzystać z pomocy innej osoby podtrzymujemy cały czas głowę uszkodzonego i prosimy tą osobę by umieściła z obu stron głowy wałkowate przedmioty np. zwinięty koc w celu doraźnego unieruchomienia, - wezwać pomoc lekarską.