

**APSTIPRINU:**  
Valdes priekšsēdētāja  
Anna Saltikova

2017. gada .....

## **Darba aizsardzības instrukcija pirmās palīdzības sniegšanā nelaimes gadījumā cietušajiem Nr. 3**

### **1. Vispārīgās prasības:**

- 1.1. esošais dokuments nosaka SIA “Ekonomikas un kultūras augstskola” nodarbināto rīcību pirmās palīdzības sniegšanā nelaimes gadījumā cietušajiem;
- 1.2. pirmā palīdzība – palīdzība, ko cietušajiem (saslimušajiem) dzīvībai vai veselībai kritiskā stāvoklī atbilstoši savām zināšanām, prasmēm un iespējām sniedz personas ar kvalifikāciju medicīnā vai bez tās neatkarīgi no sagatavotības un ekipējuma;
- 1.3. iestādē ir izvietotas pirmās palīdzības aptieciņas, kura nokomplektētas ar medicīnisko materiālu minimumu pirmās palīdzības sniegšanai atbilstoši normatīvajos aktos noteiktajam;
- 1.4. iepazīstināšanu ar šo instrukciju veic darba aizsardzības instruktāžas darba vietā ietvaros ar reģistrāciju darba aizsardzības instruktāžas darba vietā reģistrācijas žurnālā;
- 1.5. pēc iepazīšanās ar šo instrukciju instruētā persona ar parakstu darba aizsardzības instruktāžas darba vietā reģistrācijas dokumentā apliecina, ka ir iepazīsies ar šo instrukciju, tos izprot un ievēros;
- 1.6. darbinieku atkārtotu iepazīstināšanu ar šo instrukciju veic ne retāk kā reizi gadā ar reģistrāciju darba aizsardzības instruktāžas darba vietā reģistrācijas žurnālā.

### **2. Nelaimes gadījuma liecinieku, pirmās palīdzības sniedzēju un cietušo pienākumi:**

- 2.1. visu iestādes nodarbināto pienākums ir:
  - 2.1.1. apgūt un ievērot šajā instrukcijā izvirzītās prasības, jo īpaši pirmās palīdzības aptieciņā atrodošos medicīnisko materiālu lietošanas pamācību;
  - 2.1.2. nekavējoties ziņot par notikušu nelaimes gadījumu tiešajam vadītājam;
  - 2.1.3. nelaimes gadījuma notikuma vietu saglabāt neskartu, ja tas neapdraud cilvēku dzīvību, veselību vai vidi, neizraisa avāriju vai ugunsgrēku;
- 2.2. sniedzot pirmo palīdzību, ievērot drošību:
  - 2.2.1. vienmēr novērtēt situāciju, iespējamos riskus, pārliecināties par savu un apkārtējo drošību;
  - 2.2.2. elpinot cietušo, lietot mākslīgās elpināšanas masku (pieejama pirmās palīdzības aptieciņā);
  - 2.2.3. pārsienot asiņojošas brūces, lietot gumijas cimdus.

### **3. Rīcība nelaiemes gadījuma vietā:**

- 3.1. pēc situācijas novērtēšanas (pastāv vai nepastāv draudi cietušajam un palīdzības sniedzējam, cietušā veselības traucējumu smaguma pakāpe u.c), iesaistot klātesošos, maksimāli censties vienlaicīgi veikt neatliekamos pasākumus:
- 3.2. novērst briesmu avotu, ja tāds pastāv un nogādāt cietušo drošā vidē (atslēgt elektrību, uzstādīt brīdinājuma zīmes utml.);
- 3.3. veikt dzīvības glābšanas pasākumus (asiņošanas apturēšana, elpināšana, netiešā sirds masāža);
- 3.4. nekavējoties ziņot tiešajam vadītājam, izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzības dienestu, zvanot uz tālruņa numuriem 03, 113 vai 112 un sniedzot šādu informāciju:
  - 3.4.1.1. nelaiemes gadījuma vietas pilnu adresi (pilsētu, ielu, ēkas numuru, operatīvākas piebraukšanas iespējas);
  - 3.4.1.2. notikušā un cietušā vai slimā stāvokļa raksturojumu;
  - 3.4.1.3. cietušo vai slimo skaitu;
  - 3.4.1.4. atbildes uz visiem dispečera uzdotajiem jautājumiem līdz brīdim, kad sarunu pārtrauc dispečers.

### **4. Cietušā atdzīvināšanas pasākumi:**

- 4.1. pirms pirmās palīdzības sniegšanas un cietušā atdzīvināšanas pasākumu uzsākšanas uzrunā cietušo, viegli pakratot aiz pleca, ja viņš neatbild/nereagē, uzskata, ka viņš ir zaudējis samaņu;
- 4.2. veicot cietušā atdzīvināšanas pasākumus, rīkojas pēc ABC algoritma (1. pielikums);
- 4.3. novieto cietušo uz muguras uz cieta pamata;
- 4.4. nodrošina elpceļu caurlaidību (atliec cietušā galvu un izbīda apakšžokli). Galvas un kakla traumu gadījumā izbīda tikai apakšžokli;
- 4.5. noliecoties pie cietušā mutes, vienlaikus vērot cietušā krūškurvi un vēderu, lai pamanītu iespējamās elpošanas kustības, elpošanu izvērtē ar redzi, dzirdi un sajūtām ne ilgāk kā 10 sekundes.
- 4.6. Ja cietušais elpo normāli:
  - 4.6.1. novieto cietušo stabilā sānu guļā;
  - 4.6.2. ja cietušais neelpo vai elpo ļoti reti, nekavējoties uzsāk mākslīgo elpināšanu un netiešo sirds masāžu;
  - 4.6.3. netiešās sirds masāžas secība:
    - 4.6.3.1. noteikt sirds masāžas punktu, kas atrodas centrā uz krūšu kaula starp krūšu galiem;
    - 4.6.3.2. sirds masāžas punktā novietot vienas plaukstas pamatni paralēli krūšu kaulam, tai virsū novieto otru plaukstu tā, lai abu roku pirksti nepieskartos krūškurvim;
    - 4.6.3.3. pleciem jābūt tieši virs cietušā krūšu kaula, rokas iztaisnotas;
    - 4.6.3.4. izdarīt 30 masāžas ar frekvenci 100 – 120 reizes minūtē, stingri, vertikāli, 5 - 6 cm dziļi, neatraujot rokas no krūšu kaula, nesaliecot elkoņus un skaitot līdzī masāžas kustībām.
- 4.7. Ja, mākslīgi elpinot, krūškurvis nepaceļas, pārbaudīt, vai:
  - 4.7.1. galva atliekta pareizi;
  - 4.7.2. lūpas pilnībā un cieši aptver cietušā muti;
  - 4.7.3. gaiss neizplūst caur cietušā nāsīm;
  - 4.7.4. elpceļus nav nosprostojuši vēmekļi, asinis vai svešķermeņi. Ja pastāv elpceļu nosprostojums, atver muti, ar pirkstiem pārbauda mutes dobumu un izņem redzamos vai sataustāmos svešķermeņus (šo paņēmieni nedrīkst pielietot bērniem).

- 4.8. mākslīgās elpināšanas secība:
  - 4.8.1. aizspiež cietušā degunu;
  - 4.8.2. vienmērīgi pūst gaisu cietušā mutē divas reizes, līdz krūškurvis paceļas. Katra ieelpa ilgst apmēram divas sekundes;
  - 4.8.3. atbrīvojot cietušā muti un ļauj krūškurvim pilnīgi saplakt pirms nākamās ieelpas.
- 4.9. Cietušā atdzīvināšanas secība:
  - 4.9.1. netiešās sirds masāžas;
  - 4.9.2. mākslīgās ieelpas.
- 4.10. Atdzīvināšanas pasākumus veikt līdz brīdim, kamēr:
  - 4.10.1. ierodas neatliekamās medicīniskās palīdzības speciālisti un pārņem cietušā atdzīvināšanas procesu;
  - 4.10.2. cietušais sāk patstāvīgi normāli elpot;
  - 4.10.3. izsīkst palīdzības sniedzēja spēki.

#### **5. Šoka stāvokļa pazīmes un palīdzības sniedzēja rīcība:**

- 5.1. katrs nelaimes gadījums var izraisīt šoku;
- 5.2. visbiežāk šoka izraisītāji ir liels asiņu zudums un/vai sāpes;
- 5.3. šoka pazīmes:
  - 5.3.1. bāla, ar aukstiem sviedriem klāta āda;
  - 5.3.2. apziņas traucējumi (dezorientācija, nespēja izprast notiekošo);
  - 5.3.3. paātrināta elpošana un ātrs, vāji sataustāms pulss.
- 5.4. palīdzības sniedzēja rīcība:
  - 5.4.1. novērst vai ierobežot šoka cēloni (aptur asiņošanu, nepastiprina sāpes);
  - 5.4.2. atstāt vai novietot cietušo guļus;
  - 5.4.3. izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību;
  - 5.4.4. neļaut cietušajam atdzist, ja pieejama, izmanto pirmās palīdzības aptiecinā esošo folijas segu;
  - 5.4.5. līdz neatliekamās medicīniskās palīdzības speciālistu ierašanās brīdim aprūpēt un nomierināt cietušo.

#### **6. Palīdzība dzīvībai bīstamas asiņošanas gadījumā:**

- 6.1. palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam brūce ir rokā vai kājā:
  - 6.1.1. uzvilkt rokās vienreizlietojamus gumijas cimodus vai, ja cimdi nav pieejami, citus šķidrumu necaurlaidīga materiāla izstrādājumus (plastikāta maisiņus, dokumentu “kabatiņas” utml.);
  - 6.1.2. novietot cietušo guļus, paceļot asiņojošo ekstremitāti uz augšu;
  - 6.1.3. brūci pārklāt ar marles kompresi vai tīru drēbes gabalu un atbilstoši brūces lielumam to aizspiež ar pirkstiem, plaukstu vai dūri;
  - 6.1.4. uzlikt spiedošu pārsēju;
  - 6.1.5. pārliecināties, vai asiņošana neturpinās, ja turpinās, papildina spiedošo pārsēju ar vēl vienu spiedošu pārsēju kārtu;
  - 6.1.6. ja brūcē ir svešķermenis, spiedošo pārsēju nelikt, svešķermeni no brūces neizņem, bet nofiksē ar diviem saišu rullīšiem;
  - 6.1.7. izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.
- 6.2. palīdzības sniedzēja rīcība, ja brūce ir ķermenī, kaklā vai galvā:
  - 6.2.1. uzvilkt rokās vienreizlietojamus gumijas cimodus vai citus šķidrumu necaurlaidīga materiāla izstrādājumus (plastikāta maisiņus, dokumentu “kabatiņas” utml.);
  - 6.2.2. brūci pārklāt ar marles kompresi vai tīru drēbes gabalu un atbilstoši brūces lielumam to aizspiež ar pirkstiem, plaukstu vai dūri, un tur aizspiestu līdz neatliekamās medicīniskās palīdzības atbraukšanai;
  - 6.2.3. ja brūcē ir svešķermenis, to no brūces neizņem, jo tā izņemšana var pastiprināt

asiņošanu;

6.2.4. novieto cietušo guļus vai pozā ar asiņojošo brūci uz augšu;

6.2.5. izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību.

6.3. Žņaugs ir galējs līdzeklis, ko izmanto tikai tad, ja dzīvībai bīstamu asiņošanu nav izdevies apturēt ar citām metodēm, ja ir vaļējā kaula lūzums un svešķermenis brūcē, kur pievienojusies dzīvībai bīstama asiņošana.

## **7. Rīcība saņemtu kodienu un dzēlienu gadījumos:**

7.1. rīcība, ja iekodis dzīvnieks (vai cilvēks):

7.1.1. ja asiņošana nav stipra, brūci mazgā ar ūdeni un ziepēm, cenšoties to atbrīvot no netīrumiem un iespējamiem infekcijas izraisītājiem;

7.1.2. asiņošanas apturēšanai izmanto sterilu pārsēju vai tīru pārsienamo paketi, ko nostiprina ar spiedošu pārsēju;

7.1.3. cietušajam vērsties ārstniecības iestādē, jo mutes dobumā esošās baktērijas ar siekalām var nonākt brūcē un radīt infekciju;

7.1.4. pirms vēršanās pie ārsta brūces apstrādei nelieto nekādas ziedes;

7.1.5. stipras asiņošanas gadījumā rīkoties saskaņā ar šo iekšējo noteikumu 6. nodaļā noteikto.

7.2. rīcība, ja iedzēlis kukainis:

7.2.1. ja dzelonis ir redzams, to uzmanīgi izvilkt, cenšoties nespīst, jo dzeloņa saspiešana var veicināt tajā palikušās indes ieplūšanu audos;

7.2.2. alergiskas reakcijas gadījumā, kas var izpausties pēc dažām minūtēm līdz vienai stundai, (vemšana, caureja, mēles, rīkles, acu plakstiņu tūska, asinsrites traucējumi un elpas trūkums līdz pat astmas lēkmei vai ekstrēmā gadījumā līdz pat alergiskam šokam) nekavējoties izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību.

7.3. rīcība, ja piesūkusies ērce:

7.3.1. izņemt pēc iespējas ātrāk, noņemšanu uzticot medicīnas personālam;

7.3.2. ja medicīnas personāls nav pieejams:

7.3.2.1. ar smailu pinceti satver ērci pēc iespējas tuvāk ādai, cenšoties to nespīst;

7.3.2.2. vilkt lēni ar vienmērīgu kustību;

7.3.2.3. negriezt, neraut, jo var notikt ērces ķermeņa šķidrums injicēšanās ādā, palielinot iespēju saslimt ar kādu no ērcu pārnēsātajām slimībām;

7.3.2.4. ja nav pieejama pincete, ap ērces snuķīti apsien stipru diegu un, velkot aiz diega galiem, izņem ērci;

7.3.2.5. obligāti nomazgāt rokas ar ūdeni un ziepēm;

7.3.2.6. ja cietušais nav vakcinēts pret ērcu encefalītu, nekavējoties apmeklēt ārstu nepieciešamo profilaktisko pasākumu veikšanai;

7.3.2.7. ja ērces koduma vietā parādās sarkans aplis vai citi iespējamās slimības simptomi, apmeklēt ārstu.

## **8. Palīdzības sniedzēja rīcība cietušā traumā un amputāciju gadījumos:**

8.1. traumas var būt – sasitumi, sastiepumi, izmežģījumi, kaulu lūzumi;

8.2. pazīmes – sāpes, deformācija, nespēja kustināt traumēto locekli, pietūkums;

8.3. vienmēr pieņemt, ka traumas iespējamais veids ir lūzums;

8.4. palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam traumēts augšdelms:

8.4.1. nekustināt traumēto roku, nepārvietot cietušo;

8.4.2. izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību.

8.5. palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam traumēts apakšdelms:

8.5.1. fiksēt traumēto roku ar diviem trīsstūrveida pārsējiem (pieejami pirmās palīdzības aptieciņā) vai ar jebkuriem citiem auduma gabaliem;

8.5.2. saglabāt traumas radīto deformāciju;

8.5.3. nelikt šinu;

- 8.5.4.izsaut neatliekamo medicīnisko palīdzību vai transportēt cietušo uz tuvāko neatliekamās medicīniskās palīdzības sniegšanas vietu.
- 8.6.palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam traumēts mugurkauls:
- 8.6.1.traumēts mugurkauls var būt, ja cietušais ir nokritis no augstuma, lēcis ūdenī, cietis ceļu satiksmes negadījumā vai viņam uzkritis liels smagums, sprādziengadījumā;
- 8.6.2.cietušo nekustināt un nepārvietot;
- 8.6.3.cietušo pārvietot, maksimāli saudzējot mugurkaulu, pieļaujama tikai gadījumos, ja esošajā vietā pastāv draudi dzīvībai;
- 8.6.4.izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.
- 8.7. Palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam traumēts vēders:
- 8.7.1.neievietot izkritušos orgānus atpakaļ vēdera dobumā;
- 8.7.2.pārsiet ar sterilu pārsēju;
- 8.7.3.cietušajam nedod ēst, nedod dzert, nedod medikamentus;
- 8.7.4.saglabāt cietušā saudzējošo pozu vai novieto guļus ar valnīti zem ceļgala locītavām;
- 8.7.5.izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.
- 8.8. palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam traumēts krūškurvis (slēgta trauma):
- 8.8.1.novietot cietušo pussēdus stāvoklī vai noguldīt slīpi uz traumētās krūškurvja puses;
- 8.8.2.izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību.
- 8.9. Palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam traumēta galva:
- 8.9.1.ievērot, ka galvas traumas ir bīstamas, jo var izraisīt dzīvībai bīstamus traucējumus;
- 8.9.2.novietot cietušo pusguļus;
- 8.9.3.ja cietušais vemj, pagriezt uz sāniem;
- 8.9.4.izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams;
- 8.9.5.nepieciešamības gadījumā rīkojas pēc ABC algoritma (1. pielikums).
- 8.10.Palīdzības sniedzēja rīcība, ja notikusi amputācija:
- 8.11.apturēt asiņošanu, cieši nosaitējot brūci;
- 8.12.izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams;
- 8.13.nepieciešamības gadījumā rīkoties pēc ABC algoritma (1. pielikums);
- 8.14.rūpējas par amputēto locekļa daļu:
- 8.14.1.nemazgā to, bet ietīt tīrā materiālā un ielikt plastikāta maisiņā;
- 8.14.2.maisiņu ar amputēto ķermeņa daļu ievieto otrā, lielākā maisiņā, kur ir auksts ūdens un ledus, vai ievieto ledusskapja daļā, kurā augstāka temperatūra (siltākajā daļā);
- 8.14.3.nepieļauj amputētās locekļa daļas sasalšanu, tādējādi izraisot neatgriezeniskus audu bojājumus.
- 9. Palīdzības sniedzēja rīcība cietušā termisku traumu gadījumos:**
- 9.1.palīdzības sniedzēja rīcība cietušā pārkaršanas draudu gadījumā:
- 9.1.1.novietot cietušo vēsākā vietā (ēnā) pusguļus;
- 9.1.2.atģērbt cietušo;
- 9.1.3.mitrināt ar vēsu ūdeni cietušā pieri, kaklu, krūtis;
- 9.1.4.dod cietušajam dzert vēsu ūdeni;
- 9.1.5.vēdināt, dzesēt, radīt gaisa plūsmu.
- 9.2.Palīdzības sniedzēja rīcība cietušā apdegumu gadījumā:
- 9.2.1.nekavējoties apdegušo vietu dzesēt (vismaz 10 minūtes) ar vēsu tekošu ūdeni;
- 9.2.2.liet ūdeni starp cietušā apģērbu un ādu;
- 9.2.3.dzesēšanas laikā uzmanīgi novilkt cietušā apģērbu, apavus;

- 9.2.4. neplēst nost pie cietušā ķermeņa piedegušos apģērba gabalus;
  - 9.2.5. novietot cietušo siltā vietā, nepieļaujot organisma atdzišanu;
  - 9.2.6. nepārpļēst pūšļus, kas rodas apdeguma brūcēs;
  - 9.2.7. bojātās vietas nepārsiet;
  - 9.2.8. izsaukt neatliekamo medicīnisko pirmās palīdzības dienestu.
- 9.3. Palīdzības sniedzēja rīcība cietušā atdzišanas draudu gadījumā:
- 9.3.1. novietot cietušo siltā telpā vai vismaz aizvējā;
  - 9.3.2. atbrīvot no mitrām drēbēm, apaviem;
  - 9.3.3. sasēgt ar siltām, sausām drēbēm un tad, ja ir pieejama, ietīt folijas segā (pieejama pirmās palīdzības aptieciņā);
  - 9.3.4. ja cietušajam nav traucēta apziņa, dod siltus, cukurotus dzērienus;
  - 9.3.5. nedod dzert alkoholiskos dzērienus;
  - 9.3.6. izsaukt neatliekamo medicīniskopirmās palīdzības dienestu.
- 9.4. Palīdzības sniedzēja rīcība cietušā apsaldējumu gadījumā:
- 9.4.1. cietušajam noģērbj cieši pieguļošas drēbes, apavus;
  - 9.4.2. apsaldētās ķermeņa daļas ietīt sausā apģērbā;
  - 9.4.3. nemasēt, neberzēt un nesildīt apsaldētās vietas;
  - 9.4.4. dod dzert siltus cukurotus dzērienus;
  - 9.4.5. nedod dzert alkoholiskos dzērienus;
  - 9.4.6. izsauc neatliekamo medicīnisko pirmās palīdzības dienestu.

#### **10. Palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam ir ķīmisku vielu izraisīti bojājumi:**

- 10.1. sniedzot palīdzību ķīmisku vielu izraisīto bojājumu gadījumos, palīdzības sniedzējs ievēro maksimālu piesardzību, lieto individuālos aizsardzības līdzekļus (cimdus, sejas maskas utml.);
- 10.2. palīdzības sniedzēja rīcība, ja ķīmiska viela skārusi cietušā ādu:
- 10.2.1. sausu ķīmisku vielu nopurināt;
  - 10.2.2. vismaz 20 minūtes skalot cietušo vietu ar vēsu tekošu ūdeni;
  - 10.2.3. bojāto vietu pārsiet ar tīru pārsēju;
  - 10.2.4. izsaukt neatliekamo medicīnisko pirmās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.
- 10.3. palīdzības sniedzēja rīcība, ja ķīmiska viela skārusi cietušā acis:
- 10.3.1. skalot ķīmisko vielu skarto aci 20 minūtes ar vēsu tekošu ūdeni tā, lai ūdens no tās netecētu uz veselo aci;
  - 10.3.2. abas acis pārsiet ar tīru pārsēju;
  - 10.3.3. izsaukt neatliekamo medicīnisko pirmās palīdzības dienestu.
- 10.4. palīdzības sniedzēja rīcība, ja ķīmiska viela nonākusi cietušā gremošanas traktā:
- 10.4.1. izsaukt neatliekamo medicīnisko pirmās palīdzības dienestu;
  - 10.4.2. cietušajam dot dzert vēsu ūdeni ne vairāk kā 200 ml;
  - 10.4.3. neizsaukt vemšanu.
- 10.5. palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušais ieelpojis ķīmisku vielu:
- 10.5.1. pārvietot cietušo drošā attālumā no nelaimes gadījuma vietas un nodrošināt svaigu gaisu;
  - 10.5.2. izsaukt neatliekamo medicīnisko pirmās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.

#### **11. Palīdzības sniedzēja rīcība cietušā elektrotraumas gadījumā:**

- 11.1. palīdzības sniedzēja rīcība zemsprieguma (līdz 1000 voltiem) elektrotraumas gadījumā:
- 11.1.1. izolēt cietušo no strāvas avota (atvieno ar drošinātāju izslēgšanu vai atvieno strāvas avotu no kontaktligzdas);
  - 11.1.2. nepieciešamības gadījumā rīkoties pēc ABC algoritma (1. pielikums);
  - 11.1.3. izsaukt neatliekamo medicīnisko pirmās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.
- 11.2. palīdzības sniedzēja rīcība augstsprieguma (virs 1000 voltiem) elektrotraumas

gadījumā:

- 11.3.netuvoties nelaimes gadījuma vietai, jo iespējams soļa spriegums vai elektriskā loka izlāde;
  - 11.4.izsaukt neatliekamo medicīnisko pirmās palīdzības dienestu, ja nepieciešams;
  - 11.5.rīkoties pēc ABC algoritma tikai tad, kad atslēgta augstsprieguma strāvas padeve.
- 12. Palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušā organismā nokļuvis svešķermenis:**
- 12.1.palīdzības sniedzēja rīcība, ja svešķermenis atrodas cietušā elpceļos:
    - 12.1.1.palīdzēt atklepot, noliecot cietušā ķermeņa augšdaļu un piecas reizes uzsitot starp lāpstiņām;
    - 12.1.2.lieto Heimliha paņēmienu (ar rokām, kas saliktas dūrē, aptver cietušo no mugurpuses, rokas novieto starp nabu un vietu, kur savienojas ribu loki, izdara 6–10 rāvienus uz augšu un iekšu);
    - 12.1.3.izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.
  - 12.2.palīdzības sniedzēja rīcība, ja svešķermenis atrodas cietušajam brūcē:
    - 12.2.1.neizvilkt svešķermeni;
    - 12.2.2.vaļīgi pārsiet brūci kopā ar svešķermeni;
    - 12.2.3.nepieļauj svešķermeņa iespiešanu dziļāk brūcē;
  - 12.3.nelietot spiedošu pārsēju, dzīvībai bīstamas asiņošanas gadījumā lieto žņaugu:
    - 12.3.1. lietot žņaugu, žņaugu uzlikt virs bojājumu vietas;
    - 12.3.2. trīsstūrveida pārsēju (pieejami pirmās palīdzības aptieciņā) vai jebkuru citu auduma gabalu brīvi apliek apkārt cietušajam loceklim un tā galus stingri sasien divkāršā mezglā;
    - 12.3.3. izveidotajā cilpā ievietot garenu, nelielu priekšmetu (pildspalva, lineāls, šķēres) un griež to riņķī tik ilgi, līdz asiņošana apstājas;
    - 12.3.4. izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.
  - 12.4.palīdzības sniedzēja rīcība, ja svešķermenis atrodas cietušajam acī:
    - 12.4.1. neizvilkt to;
    - 12.4.2. uzlikt pārsēju abām acīm, jo tikai abu acu pārsiešana nodrošina mieru traumētajai acij;
    - 12.4.3. izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.
  - 12.5.palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušais svešķermeni norijis:
    - 12.5.1. neizraisīt vemšanu, jo norītais svešķermenis var būt ass un ievainot gremošanas traktu;
    - 12.5.2. neļauj cietušajam ēst un dzert;
    - 12.5.3. izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams, vai transportēt cietušo uz tuvāko neatliekamās medicīniskās palīdzības sniegšanas vietu.
- 13. Palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušais cietis ceļu satiksmes negadījumā:**
- 13.1.pietuvojoties ceļu satiksmes negadījuma vietai, pārvietojoties kājām, novērtēt situāciju un, neapdraudot sevi, uzsāk glābšanas darbus;
  - 13.2.pietuvojoties ceļu satiksmes negadījuma vietai ar transportlīdzekli vai citu transportlīdzekli, novietot to saskaņā ar ceļu satiksmes noteikumos par avārijas gaismas signalizācijas un avārijas zīmes lietošanu un rīcību pēc ceļu satiksmes negadījuma noteikto;
  - 13.3.palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušais atrodas avarējušā transportlīdzeklī:
    - 13.3.1.ja iespējams iekļūt salonā, izslēgt aizdedzi, bet atslēgu atstāt aizdedzē;
    - 13.3.2.uzmanīties, ja nav atvērušies gaisa drošības spilveni, jo tie var būt bīstami gan cietušajam, gan glābējam;
    - 13.3.3.ziņot Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienestam, policijai un izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzības dienestu pa tālruni 112,113,03.



13.4. atstāt cietušo transportlīdzeklī, izņemot gadījumus, ja:

13.4.1. cietušajam ir apdraudēta dzīvība;

13.4.2. cietušais ir bezsamaņā;

13.4.3. cietušajam ir stipra asiņošana, kuru nevar apturēt transportlīdzeklī;

13.4.4. nepieciešamības gadījumā rīkojas pēc ABC algoritma (1.pielikums).

**14. Palīdzības sniedzēja rīcība dažādu slimību saasinājuma vai lēkmes gadījumā:**

14.1. darbiniekiem, kuriem ir hroniskas saslimšanas un tām iespējami pēkšņi veselībai un dzīvībai bīstami saasinājumi, vēlams par to informēt tuvākos kolēģus, lai nepieciešamības gadījumā varētu sniegt adekvātu palīdzību (palīdzēt iedzert konkrētai personai ārsta izrakstītus medikamentus u.c.);

14.2. palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam ir krampji:

14.2.1. nefiksēt cietušo un pasargāt no iespējamām traumām;

14.2.2. nemēģināt atvērt sakostos zobus;

14.2.3. neko nelikt mutē;

14.2.4. izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams;

14.2.5. pēc lēkmes tūrīt mutes dobumu;

14.2.6. nepieciešamības gadījumā rīkoties pēc ABC algoritma.

14.3. palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam ir sāpes krūtīs vai elpas trūkums:

14.3.1. nodrošināt mieru un svaigu gaisu;

14.3.2. palīdzēt cietušajam ieņemt visērtāko ķermeņa stāvokli;

14.3.3. palīdzēt cietušajam iedzert ārsta izrakstītus medikamentus, ja tādi ir cietušā rīcībā;

14.3.4. nepieciešamības gadījumā rīkoties pēc ABC algoritma;

14.3.5. izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.

14.4. palīdzības sniedzēja rīcība, ja cietušajam ir vēdera sāpes:

14.4.1. nedod ēst un/vai dzert;

14.4.2. nedod pretsāpju medikamentus;

14.4.3. nesildīt vēderu;

14.4.4. palīdzēt ieņemt cietušajam visērtāko ķermeņa stāvokli;

14.4.5. izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.

14.5. palīdzības sniedzēja rīcība cukura diabēta slimniekam:

14.6. ja slimnieks sāk justies slikti, dod cukuru saturošus dzērienus vai ēdienus;

14.7. izsaukt neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestu, ja nepieciešams.

<b>Sastādīja:</b>	<b>Paraksts:</b>	<b>Datums:</b>
Arodslimību ārsts <b>Alla Dobroserdova</b>		20.05.2017.
Darba aizsardzības instrukcija ir pārskatīta	<b>Paraksts:</b>	<b>Datums:</b>



Pieauguša cilvēka atdzīvināšanas algoritms

