

## **T: Pomoc osobie nieprzytomnej**

**Omdlenie** - to przejściowe, najczęściej szybko ustępująca utrata przytomności i napięcia mięśniowego, która może spowodować upadek lub usunięcie się na podłogę. Wynika głównie z chwilowego niedotlenienia mózgu.

Objawy zwiastujące omdlenie:

- szum w uszach
- uczucie słodkości w ustach
- obfite pocenie się
- Zaburzenie widzenia
- duszność
- zawroty głowy,
- kołatanie serca,
- poczucie gwałtownej utraty sił,
- błądliwość skóry,
- mrowienie,

**Jeśli zauważysz u kogoś objawy zwiastujące omdlenie, pomóż mu się położyć i przewietrz pomieszczenie.**

**Główne przyczyny omdleń:**

- **Długie przebywanie w pozycji stojącej,**
- **Nadmierny wysiłek fizyczny**
- **Sytuacja stresowa**
- **Zaburzenie rytmu serca**
- **Dłuższe przebywanie w zatłoczonych pomieszczeniach**
- **Zaburzenia psychiczne**
- **Zatrucia**
- **Niektóre choroby (cukrzyca, padaczka)**

**Postępowanie w przypadku omdlenia:**

- oceń stan poszkodowanego wg schematu ABC (A – udrożnienie dróg oddechowych, B – sprawdzenie oddechu, C-ocena oznak krążenia)
  - jeśli poszkodowany nie oddycha wezwij pogotowie ratunkowe i rozpocznij RKO
  - jeśli poszkodowany oddycha, ale nie odzyskał przytomności, ułóż go w pozycji bezpiecznej i wezwij pogotowie ratunkowe
  - jeśli poszkodowany odzyskał przytomność, ułóż go na wznak z nogami uniesionymi i każ mu pozostać w tej pozycji przez pewien czas, rozluźnij jego krawat, kołnierzyk, pasek
- Jeżeli po chwili osoba poszkodowana nie odzyskuje przytomności, należy ułożyć ją w pozycji bezpiecznej i wezwać pogotowie

Linki do filmów:

<https://www.youtube.com/watch?v=gRou7MRkA0A>

<https://www.youtube.com/watch?v=hi3N-RlhZD8>

Proszę abyście utrwaliли sobie SAMPLE z poprzedniej lekcji.