JARRAITU JARRAIBIDEEI

LEHEN LAGUNTZAK

((112)) SOS DEIAK

BIHOTZEKOA

PRESIOA BULARRAREN ERDIAN, ezkerreko besora, urdailera edota lepora zabaltzen dena. Zurbiltasuna eta izerdia

Saihestu esfortzuak, egon atseden hartuz posizio erosoenean eta itxaron laguntza iritsi arte.

Deitu 112 zenbakira.

EZTARRIA TRABATZEA

ARNASA HARTZEKO ZAILTASUNA EDO EZINTASUNA

Arnasa hartzen badu, bultza eztul egitera.

Arnasa hartzen ez badu, 5 kolpe bizkarrean, eta eraginik ez badu, **Heimlich maniobra.**

Konorterik ez badu, **BBB maniobrak**.

Deitu 112 zenbakira.

IKTUSA

AURPEGIKO ASIMETRIA (ahoaren desbiderapena), GORPUTZ-ADARRETAN INDARRA GALTZEA, HITZ EGITEKO EDO IBILTZEKO ZAILTASUNA

Lagundu pazienteari eta itxaron laguntza iritsi arte.

Deitu 112 zenbakira.

KRISI EPILEPTIKOA-KONBULTSIOA

BAT-BATEKO MUGIMENDU ERREPIKAKORRAK GORPUTZ OSOAN EDO GORPUTZ-ADARRETAN, INGURUA ADITZEARI UTZIZ

Utzi konbultsioak egiten, kendu ingurutik objektuak, kolperik har ez dezan. Konbultsioak amaitutakoan, **SAJ** jarri laguntza iritsi arte. Ez du minutu bat baino gehiago irauten. EZ SARTU SEKULA objekturik ahoan.

Deitu 112 zenbakira.

Erredurak

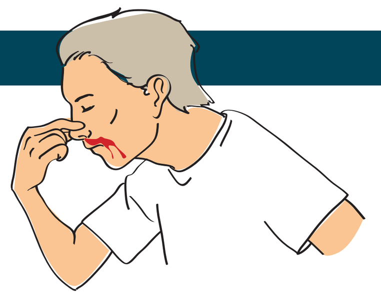
Garretatik urrundu eremu seguru batera, pazientea berotik aldendu, eta hoztu erretako zatia: ur hotza, trapu garbiak garrak itzaltzeko.

Ez sartu segurua ez den toki batean. Ez kendu erretako arroparik gorputzetik. Ez lehertu larruazaleko babarik. **Ez eman kremarik, medikuak agindurik ez bada.**

Sudurreko odoljarioa

Burua aurrerantz jarri. Estutu 10 minutuz, irudian erakusten den moduan. Itxi sudur-hobiak eta lasaitu pazientea.

Odoljarioa ez bada eteten, joan medikoarengana.

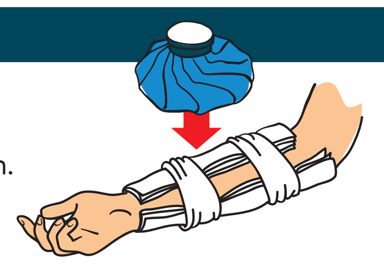


Bihurrituak

Heldu erasandako gorputz-adarrari posizio erosoan jartzeko, eta jarri hotza kaltetutako tokian. Ez da bendaz estu lotu behar.

Hausturak (hezur hautsia)

Mina, ezintasun funtzionala eta itxuragabetasuna. Pazientea jarri posizio eroso batean, immobilizatu gorputz-adarra eta jarri hotza min hartutako lekuan. Zauri irekirik bada, estutu zauria gazarekin edo trapu garbi batekin.



Elektrokuzioa

KENDU ARGINDARRA. Min hartutakoa apartatu BETI objektu edo arropa isolatzailearekin.

Konorterik gabe eta arnasa hartuz: **SAJ**.

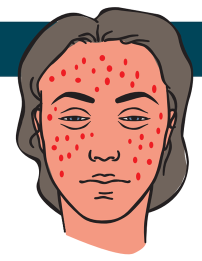
Arnasarik ez badu: **BBB** maniobrak.

Erreakzio alergikoa

Larruazaleko erupzioa, hantura (larrua, mingaina, betazalak...), goragalea, sabeleko mina...

Kasu larrietan (**ANAFILAXIA**) arnasa hartzeko zailtasuna, zorabioa eta baita konortea galtzea ere.

Egon pazienteari lagunduz jarraibideei kasu eginez edo laguntza iritsi arte. Konorterik ez badu, **SAJ**.



Zauriak

Garbitu urarekin eta xaboiarekin, jarri zaurian gazak edo trapu garbia. Zauria gorpuz-adarrean bada, goratu hori.

Ez erabili kremarik edo kotoirik, ezta ere erabili eta botatzeko zelulosazko musuzapirik.

Izoztea

Min handitik sortasuna izateraino. Erasandako larruazala zurbil eta beltzera bitartean. Konortea galtzera irits daiteke.

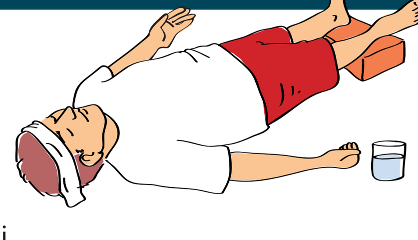
Berotu mantekin tapatuz eta/edo bero-iturriarekin. Ez lehertu larruazaleko babarik.

Eguzki-kolpea

HAUR eta ADINEKOENGAN zaindu ondo eguzki-babesa eta saihestu eguzkia udako egunaren erdialdeko orduetan.

Buruko mina, jokabide-nahasmendua, takikardia, larruazal beroa, are sinkopea.

Eguzkitik aldendu, itzalean jarri. Trapu hotzak jarri, ura edan konorterik badu.



Begiko lesioak

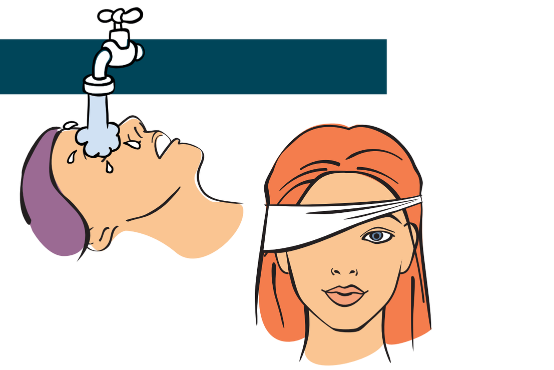
Produktu kimikoek eraginda

Garbitu begia ur askorekin, estali gero eta joan **medikoarengana**. Eraman lesioa eragin duen produktuaren lagina.

Zauriak

Estali begia eta joan **medikuarengana**.

Begian gorputz arrotz bat sartu bada, **EZ** atera.



Hipogluzemia

Diabetikoengan

Jokabide-nahasmendua, zurbiltasuna, izerditzea, konortea galtzea.

Konortearekin eta zerbait irensteko moduan bada: eman zukuak, fruta edo gaileta.

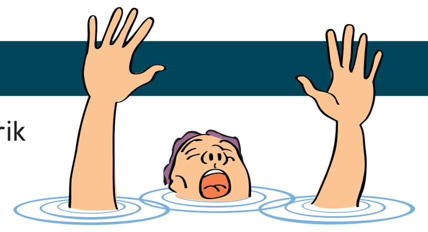
Konorterik gabe bada: **deitu 112 zenbakira, SAJ** eta jarraitu jarraibideak.

Itotzea

Ez jan asko eta ez hartu alkohol edo estupefazienterik bainatu aurretik.

Konorterik gabe eta arnasa hartuz: **SAJ**, tapatu.

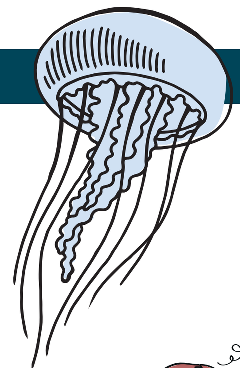
Arnasa hartzen ez badu: **BBB** maniobrak.



Itsasoko ziztadak

Mina ziztatutako tokian, azkura, gorritzea eta hantura.

Garbitu itsasoko urarekin eta joan sorospen-postura.



Intsektuen ziztada

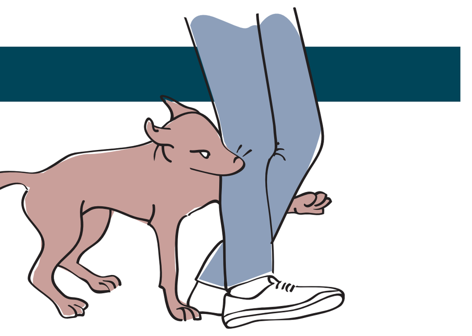
KASU ARINAK: azkura eta hantura ziztatutako inguruan. Jarri hotza, garbitu zauria eta atera eztena.

KASU LARRIAK: erreakzio alergiko larria (ANAFILAXIA), arnasa hartzeko zailtasunarekin eta zorabioarekin, konortea galtzeraino. Arnasa hartzen ez badu: **BBB** maniobrak.

Hozkada

Garbitu eta estali zauria. Ahal bada, bildu animaliari buruzko dokumentazioa.

Medikuarengana jo TETANOAREN AURKAKO TXERTOA behar den aztertzeko.



Alkohol-intoxikazioa

Horditzea

Baloratu kontzientzia egoera eta estimuluei dien erantzuna. Arropaz babestu.

Adingabea bada, abisatu gurasoei.

Pazientea EZ UTZI SEKULA bakarrik.

Botika-intoxikazioa

Kontzientzia mailaren nahasmendua (lokartzetik konortea galtzeraino), goragaleak eta gorakoak.

Intoxikazioa eragin duen botikaren lagina jaso. EZ EMAN janaririk edo edaririk.

Konorterik ez badu, **SAJ.**

Gas-intoxikazioa

Buruko nahasmendua, zorabioa, goragalea, konortea galdu edo bihotz-biriketako geldialdia izateraino. Baliteke gas usaina egotea, baina baita usainik EZ EGOTEA ere.

Ireki leihoak, itxi gas-giltza eta kendu argindarra. **Ez sortu txinpartarik**.

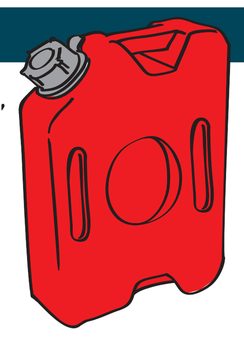
Ahal izanez gero, atera pazientea eremu toxikotik. Ez gelditu eremu ez ziurrean.

Petrolio eratorriengatiko intoxikazioa

Goragaleak eta gorakoak, izerditzea, jokabide-nahasmendua, konortea galtzeraino. Konbultsioak. Erredurak ahoan. Zurbiltasuna. Narritadura eta malko-jarioa begietan.

Aldendu intoxikazio iturritik eta kendu bustitako arropa. Zaindu, tapatu eta itxaron laguntza. Ez eman janaririk edo edaririk. Ez behartu botaka egitera.

Konorterik ez badu, **SAJ.**



Trafiko-istripua

Geratu toki seguruan, seinaleztatu istripua (triangeluak, txalekoak, argiak...). Tokian jada jenderik bada, ez geratu. **Deitu 112 zenbakira** eta jarraitu jarraibideak.

Konortearekin bada, lasaitu eta odoljarioa tapatu.

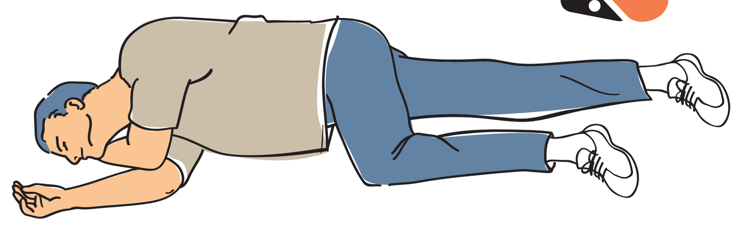
Konorterik gabe bada, itxaron laguntza iritsi arte.

Arnasarik ez badu hartzen, atera AHAL BADA autotik eta **BBB**.

BBB (Bihotz-biriketako Bizkortzea)

Egiaztatu arnasarik duen

Arnasarik BADU, jarri SAJ eta deitu

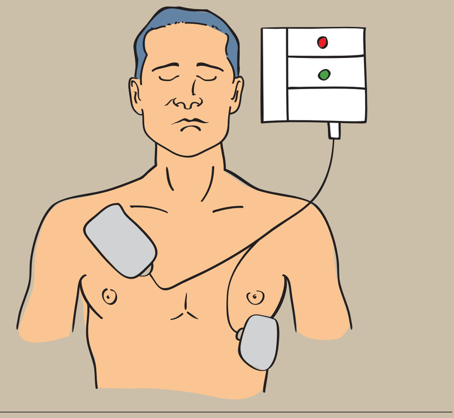


Arnasarik EZ BADU, deitu jarraitu jarraibideak, eskatu DESFIBRILADOREA eta hasi BBB maniobrak

Egin torax konpresioak BULARRAREN ERDIAN, 5 cm hondoratuz, minutuko 100 konpresio.

JAKINEZ GERO, txandatu konpresioak ahoz ahoko putzaldiarekin, 2 putzaldi eginez 30 konpresioren saio bakoitzeko.

KEDSA (Kanpo-erabilerarako Desfibriladore Semiautomatikoa) dugunean, zabaldu eta piztu tresna, eta jarraitu jarraibideei.



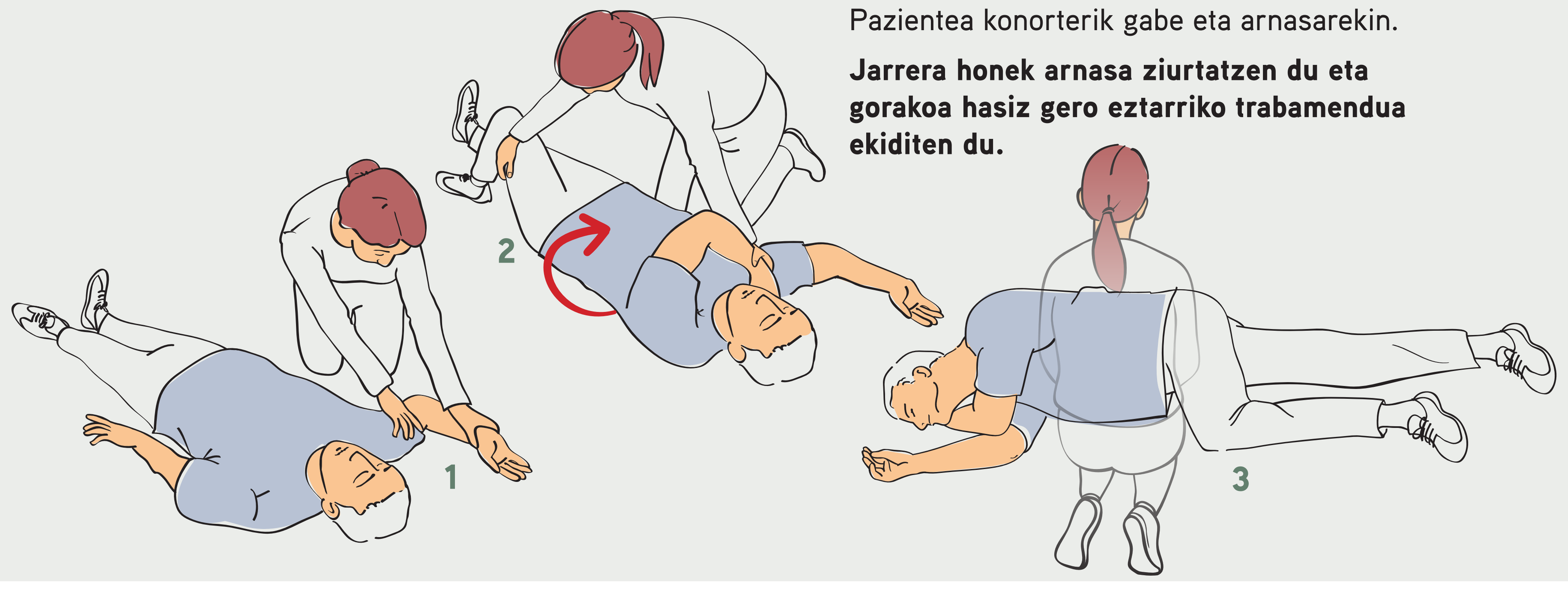
Jaitsi BIHOTZ GELDIALDIAN LAGUNTZEKO app-a (BBBrako jarraibideak, KEDSA bilatzaileak...)

Play Store Apple Store

SAJ (Segurtasuneko Albo-jarrera)

Pazientea konorterik gabe eta arnasarekin.

Jarrera honek arnasa ziurtatzen du eta gorakoa hasiz gero eztarriko trabamendua ekiditen du.



Heimlich Maniobra

Jarri ukabil nagusia bularrezurraren behealdean, saihets azpitik.

Heldu beste eskuarekin ukabilari eta estutu indarrez eta behin eta berriz, objektua kanporatu arte edo pazientea konorterik gabe geratu arte.

LARRIALDIAK EMERGENCIAS

EUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO

SEGURTASUN SAILA DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD

Osakidetza Emergentziak

Jaitsi SOS DEIAK-en app-a

((112)) SOS DEIAK

Play Store Apple Store