

3.pielikums

Liepājas 8.vidusskolas 23.09.2014.

iekšējiem noteikumiem

„Izglītojamo drošības noteikumi”

## KĀRTĪBA PAR PIRMĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANU

*Izdotas saskaņā ar Ministru kabineta 2009. gada 24.novembra noteikumiem Nr. 1338 “Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos” 7.4.punktu.*

- 1. Rīcības plāns nosaka kārtību, kādā nodrošināma pirmā palīdzības pieejamība izglītības iestādē.**
  - 1.1. Ja izglītojamais guvis nelielu sadzīves traumu un nav apdraudēta viņa veselība un dzīvība, pirmo palīdzību izglītojamam sniedz izglītības iestādē.
  - 1.2. Ja izglītojamam ir smaga trauma vai saslimšana, izsauc neatliekamās medicīniskās palīdzības brigādi, un izglītības iestāde nodrošina pirmās palīdzības sniegšanu izglītojamam līdz brīdim, kamēr ierodas neatliekamās palīdzības brigāde.
  - 1.3. Pirmo palīdzību izglītības iestādē sniedz traumas gūšanas vietā, vai izglītības iestādes veselības punktā.
  - 1.4. Izglītības iestādē pirmo palīdzību sniedz ārstniecības persona- skolas medicīnas māsa, vai izglītības iestādes darbinieks, kurš apmācīts pirmās palīdzības sniegšanā.
  - 1.5. Ja izglītojamam ir smaga trauma vai saslimšana, pirmo palīdzību atbilstoši savām zināšanām un iespējām sniedz persona ar kvalifikāciju medicīnā vai bez tās neatkarīgi no sagatavotības un ekipējuma.
  - 1.6. Traumu un nopietnu saslimšanu gadījumā jāinformē vecāki (likumiskie pārstāvji).
  - 1.7. Ja izglītojamo jātransportē uz ārstniecības iestādi (slimnīcu), viņu pavada vecāki vai skolotājs (ja ar vecākiem nav iespējams sazināties, vai ja viņi nevar ierasties).
  - 1.8. Traumu gadījumi ir jādokumentē un jāziņo izglītības iestādes vadītājam.
  - 1.9. Klašu audzinātājiem ir jāinstruē izglītojamie par bīstamām situācijām, kuras var radīt traumas un drošību dažādās situācijās.
  - 1.10. Izglītības iestādē ir jābūt pirmās palīdzības aptieciņām un personālām jābūt informētam par to pieejamību.
  - 1.11. Bez vecāku piekrišanas nevienas zāles izglītojamam nedrīkst dot.
- 2. Pirmās palīdzības sniegšanas organizēšana.**
  - 2.1. Skolas medicīnas kabinets
  - 2.2. Nopietnu traumu un saslimšanas gadījumos -113, 03 – bezmaksas diennakts Neatliekamās medicīniskās palīdzības tālrunis
  - 2.3. (zvanīt, lai izsauktu Ātro medicīnisko palīdzību)
  - 2.4. vairāku vai viena dienesta operatīvai piesaistīšanai - 112- bezmaksas diennakts Operatīvo dienestu tālrunis (zvanot var izsaukt Ātro palīdzību, policiju, ugunsdzēsējus, gāzes dienestu, glābšanas dienestu)
  - 2.5. Zāļu un saindēšanās informatīvā centra tālrunis 67042473. Sniedz informāciju par rīcību ķīmisko vielu izraisītos nelaimes gadījumos.
- 3. Ātrās palīdzības izsaukšanas, ziņošanas secība.**
  - 3.1. Kur noticis negadījums;
  - 3.2. Kas noticis

3.3. Cik cietušo vai saslīmušo

3.4. Nepārtrauc sarunu, pirms to nav izdarījis dispečers.

#### 4. RĪCĪBAS SECĪBA NEGADĪJUMA VIETĀ

##### Kā rīkoties?

- Saglabā mieru! Neradi paniku!
- Novērtē situāciju, tai skaitā esošās un draudošās briesmas!
- Rīkojies ātri, droši, bet mērķtiecīgi!
- Nebaidies no kļūdām!
- Sargā sevi!

##### Glābšanas pamatprincipi

1. tūlītējie pasākumi – briesmu avota novēršana (liesmu nodzēšana, elektrības atslēgšana, u.c.);
2. dzīvības glābšanas pasākumi- asiņošanas apturēšana, elpināšana, sirds masāža;
3. palīdzības izsaukšana- sauc pēc apkārtējo palīdzības, palūdz izsaukt Ātro palīdzību

## INSTRUKCIJA PIRMĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANĀ

1. **Uzrunā cietušo, ja tas neatbild – mēģini pamodināt, ja neizdodas – rīkojies pēc ABC shēmas!**

### 2. ABC SHĒMA:

2.1. ABC shēma (turpmāk tekstā – ABC) stājas spēkā tad, ja cietušais zaudē samaņu. Katra sekunde ir svarīga cietušā glābšanai,

2.2. jo 4 līdz 5 minūtēs bez skābekļa smadzenēs rodas neatgriezeniski bojājumi.

- Mēģini nodibināt kontaktu ar cietušo. Ja cietušais uzrunājot – neatbild, papurinot – nereaģē, tad viņš ir bez samaņas

2.3. un turpmāk jārīkojas pēc ABC shēmas principiem.

- Tūlīt sauc palīgā apkārtējos. Liec kādam izsaukt ātro palīdzību, informējot par bezsamaņu. Piekodini viņam nākt atpakaļ.

**Izsauc Neatliekamās medicīnas dienestu** (turpmāk tekstā – Ātrā palīdzība) – izmantojot:

- **STACIONĀRO TELEFONU 03;**

- **MOBILO TELEFONU Nr. 113, 112;**

- **Sūti kādu pēc Pirmās palīdzības aptiecinās!**

3. Novieto cietušo uz muguras, uz cieta pamata – tas būs nepieciešams turpmākai palīdzības sniegšanai.

4. Atbrīvo elpceļus, atgāžot cietušā galvu.

5. Kontrolē elpošanu redzot, dzirdot un jūtot – 10 sekundes.

6. Ja cietušais elpo – novieto viņu stabilā sānu pozīcijā.

7. Ja cietušais neelpo:

7.1. Sagatavojies sirds masāžai – masāžas vietas atrašana, pareiza roku pozīcija, pareizs ķermeņa stāvoklis.

7.2. Uzsāc sirds masāžu – 30 reizes masē stingri vertikāli 4-5 cm dziļi ar frekvenci 90-110 reizes minūtē.

7.3. Uzsāc mākslīgo elpināšanu – atgāz cietušā galvu, aizspied cietušā degunu, ar lūpām apņem cietušā muti un izdari 2 elpināšanas no mutēs mutē, sagaidot cietušā pasīvo izelpu **IZMANTO PIRMĀS PALĪDZĪBAS APTIECIŅAS ELPINĀMO MASKU**. Vienas Tavas izelpas apjoms – apmēram 0,5 l gaisa, izelpa jāveic apmēram sekundes laikā.

7.4. Atdzīvināšanas pasākumus turpini, līdz:

7.4.1. atdzīvināšanu pārņem profesionāļi;

7.4.2. zūd tavi spēki;

7.4.3. ja Tev šķiet, ka cietušajam atjaunojas dzīvības pazīmes (kustības, klepošana, elpošana), pārtrauc elpināšanu un

netiešo sirds masāžu un 10 sekunžu laikā novērtē elpošanu;

- 7.4.4. ja nav elpošanas pazīmes – turpini elpināšanu un sirds masāžu;
- 7.4.5. ja nevari veikt elpināšanu, uzsāc netiešo sirds masāžu, tomēr tā būs maz efektīva;
- 7.4.6. ja elpošana ir – novieto cietušo stabilā sānu pozā un periodiski pārbaudi.
- 8. Ja atjaunojas samaņa – aprūpē cietušo un periodiski kontrolē samaņu.
- 9. Ja cietušais runā – noskaidro apstākļus un cietušā sūdzības.

# **Uzrunā cietušo, ja tas atbild – mēģini noskaidrot situāciju un sniegt adekvātu palīdzību!**

## **IZMANTO PIRMĀS PALĪDZĪBAS APTIECIŅAS GUMIJAS CIMDUS.**

### **DZĪVĪBAI BĪSTAMA ASIŅOŠANA**

#### **1. JA BRŪCE IR ROKĀ VAI KĀJĀ:**

- aizspied brūci ar plaukstu, pacel ekstremitāti uz augšu; novieto cietušo guļus;
  - uzliec spiedošu pārsēju, pārliecinies vai asiņošana neturpinās;
  - ja tā turpinās, papildini spiedošā pārsēja konstrukciju ar vēl vienu spiedošu priekšmetu.
2. Ja brūce ir ķermenī, kaklā, galvā:
- aizspied brūci ar pirkstu, plaukstu, dūri un turi līdz ātrās palīdzības atbraukšanai; ja iespējams, brūces nospiešanai izmanto
  - marli vai tīru audumu. Žņaugis ir galējs līdzeklis – to izveido, izmantojot lakatiņu, ja dzīvībai bīstamu asiņošanu nav
  - izdevies apturēt ar citām metodēm.

### **TERMISKIE BOJĀJUMI**

3. Apdegumi. Pazīmes – sāpes, ādas apsārtums, pūšļi, smagāks apdegums var radīt brūci.
- Nodzēs degošo apģērbu; pēc iespējas ātrāk apdegušo vietu vismaz 10 min. dzesē ar aukstu ūdeni, ja iespējams lej ūdeni
  - starp apģērbu un ādu; novieto cietušo siltā vietā, neļaujot atdzist organismam; cietušo apģērbu uzmanīgi novelc, neplēs
  - nost no ķermeņa piedegušos apģērba gabalus, taču, ja iespējams, novelc apavus, gredzenus; neatver pūšļus; ABC, ja
  - nepieciešams. Ja apdegums lielāks par cietušā plaukstu, ved to pie ārsta. Īpašs gadījums: elpceļu apdegums – vienmēr
  - izsauc ātro palīdzību, jo draud smakšana.

### **ĶĪMISKIE APDEGUMI**

4. Ja bojāta āda:
- sausu vielu nopurini; skalo cietušo vietu ar tekošu ūdeni; pārsien ar tīru pārsēju.
5. Ja bojāta acs:
- skalo ar tekošu ūdeni 20 minūtes; skalo tā, lai ūdens netecētu uz veselo aci; neberzē; pārsien ar sausu pārsēju abas acis;
  - nodrošini ārsta palīdzību.
6. Ja bojāts gremošanas trakts:
- neizsauc vemšanu! nedod neko citu kā vēsu ūdeni, ne vairāk kā 200 ml.
7. Ja bojāti elpceļi:
- pārvieto uz citu telpu; nodrošini svaigu gaisu; nomierini.

### **ELEKTROTRAUMA**

- Zemspriegums (līdz 1000 V): sargi sevi! atslēdz strāvu! ABC, ja nepieciešams; izsauc ātro palīdzību!
- Augstspriegums (virs 1000 V): neglāb, iesi bojā pats! izsauc ātro palīdzību, informējot par augstspriegumu.

## MEHĀNI SKAS TRAUMAS

- Brūces – izmanto tikai sausus, vēlams sterilus pārsējus, nelieto ziedes, pūderus, dezinfekcijas līdzekļus.
  - Ekstremitāšu traumas – sāpes, deformācija, nespēja kustināt locekli, pietūkums. Neliec šinu, ja palīdzību tūlīt sniegs
  - profesionāļi!
- 8. JA TRAUMĒTS AUGŠDELMS VAI KĀJA:**
- nekustini, nepārvieto; izsauc ātro palīdzību.
9. Ja traumēts apakšdelms:
- imobilizē roku, piemēram, ar diviem lakatiņiem, un vari transportēt cietušo pats; imobilizējot – saglabā traumas radīto deformāciju,
  - padari nekustīgu vismaz vienu locītavu virs un vienu zem lūzuma vietas.
- 10. MUGURKAULA TRAUMAS:**
- nekustini, nepārvieto! pārvieto tikai tad, ja draud briesmas dzīvībai; pārvietojot saudzē mugurkaulu; ABC, ja nepieciešams;
  - izsauc ātro palīdzību.
- 11. VĒDERA TRAUMAS:**
- necenties atlikt izkritušos orgānus atpakaļ vēderā; pārsien ar sterilu pārsēju; nedod ēst, nedod dzert, nedod medikamentus;
  - novieto guļus ar valnīti zem ceļiem, vai saglabā cietušā saudzējošo pozu; izsauc ātro palīdzību.
12. Slēgtas krūšu kurvja traumas:
- novieto sēdus pussēdus stāvoklī vai noguldi slīpi, uz bojātās krūšu kurvja puses; izsauc ātro palīdzību.
13. Galvas traumas – slimnieku noguldi ar paceltu ķermeņa augšdaļu.

## SLIMĪBAS

### 14. KRAMPJI:

#### Lēkmes laikā:

- sargā no iespējamām traumām;
- pasargā cietušā galvu;
- izsauc Ātro palīdzību.

Tikai pēc lēkmes veic atdzīvināšanas pasākumus, ja nepieciešams

### 15. ŽŅAUDZOŠA SAJŪTA KRŪTĪS:

- nodrošini mieru,
- palīdzi slimniekam ieņemt visērtāko ķermeņa stāvokli,
- palīdzi slimniekam ieņemt viņa paša jau zināmās zāles,
- ABC, ja nepieciešams,
- izsauc ātro palīdzību.

### 16. SĀPES VĒDERĀ:

- nedod ēst, nedod dzert; nedod pretsāpju medikamentus, nesildi; palīdzi slimniekam novietoties visērtākā stāvoklī; izsauc
- ātro palīdzību.

### 17. ELPAS TRŪKUMS:

- nodrošini slimniekam mieru un svaigu gaisu; ļauj izvēlēties slimniekam visērtāko pozu; dod slimniekam viņa paša jau
- zināmās zāles; izsauc ātro palīdzību.

### 18. PSIHISKS UZBUDINĀJUMS:

- saglabā mieru; iejaucies tikai tad, ja tas apdraud pašu slimnieku vai citus.

### 19. CUKURA DIABĒTS:

- ja slimnieks ir samaņā – dod cukuru saturošus dzērienus vai ēdienus; ABC, ja nepieciešams;
- izsauc ātro palīdzību.

## Izglītojamo rīcība pirmās palīdzības sniegšanā

**Redzi cietušo, vai kādam slikti** → **Apstājies!**  
**Uzrunā! Kā tevi sauc?**  
**Kas tev kaiš?**  
**Vai tev kas sāp?**  
**Kā varu tev palīdzēt?**

Ja Atbild → centies noskaidrot traumas iemeslu.

Ja trauma nav nopietna- sasities, paklupis, noskrāpējies → palīdzi cietušam nokļūt līdz pieaugušam (skolotāja, darbinieks, skolas māsiņa)

**Redzi cietušo, vai kādam slikti,**  
**Guļ**

→ **Apstājies!**  
**Uzrunā!**  
**Papurini aiz pleca!**

↓  
Neatbild → **Sauc pēc palīdzības** → jebkurš tuvumā esošais, lai skrien pēc palīdzības pie tuvākā pieaugušā (skolotāja, darbinieks, skolas māsiņa )

Pats paliec pie cietušā, lai esi drošs, ka palīdzība būs.

**Redzi cietušo, kurš stipri asiņo**

→ **Apstājies!**

Palūdz lai aizspiež pats savu brūci!

Sauc pēc palīdzības! → jebkurš tuvumā esošais, lai skrien

pēc palīdzības pie tuvākā pieaugušā (skolotāja, darbinieks, skolas māsiņa )

Pats paliec pie cietušā, lai esi drošs, ka palīdzība būs. Mierini cietušo.

Redzi cietušo, kurš varbūt ir kritis  
**pa kāpnēm,**  
**no augstuma,**

→ **Apstājies!**

**Uzrunā!**

**Kas tev kaiš?**

**Vai tev kas sāp?**

**Kā varu tev palīdzēt?**

**Guvis muguras, galvas,**

**vai ekstremitāšu traumu.**

**Palūdz nekustēties no vietas.**

**Sauc pēc palīdzības!** → jebkurš tuvumā esošais, lai skrien pēc palīdzības pie tuvākā pieaugušā (skolotāja, darbinieks, skolas māsiņa )

Pats paliec pie cietušā, lai esi drošs, ka palīdzība būs. Mierini cietušo.

Sagatavoja direktores vietnieks informātikas jautājumos

A.Juzups

Medmāsa

R.Šēle