

PLAN ALARMOWY

14-16.10.2011 Łagów
NAUTIKA
KLUB NURKOWY POZNAŃ
Zakończenie Letniego
Sezonu Nurkowego

sprawdź, czy poszkodowany reaguje

Delikatnie potrząśnij za ramię i spytaj „Wszystko w porządku”

udroźnij drogi oddechowe

Stosując odgięcie głowy i uniesienie żuchwy nad górną szczęką

sprawdź czy poszkodowany oddycha prawidłowo

Wzrokowo, słuchowo, dotykowo – przez 10 sekund



NIE

TAK

nie oddycha prawidłowo wezwiź służby medyczne telefon 112 lub 999

Należy podać:

1. imię i nazwisko swoje
2. telefon kontaktowy
3. co się stało: „wypadek nurkowy”
4. ilu jest poszkodowanych: np. 1, 2, 3
5. w jakim poszkodowany jest stanie: oddycha/nie oddycha, przytomny nieprzytomny, inne objawy
6. jaka pomoc jest udzielana: np. CPR, podano tlen
7. gdzie się znajdujesz: dokładny adres i sposób dojazdu
8. Jeżeli konieczne wystać jedną osobę, aby pomogła karetos trafić do miejsca, gdzie leży poszkodowany (osoba taka powinna być łatwa do rozpoznania, niech trzyma w ręce maskę z fajką albo płetwę, może być również ubrana w skafander mokry lub słuchy – powiadommy o tym pogotowie).

Podaj tlen

1. Zestaw tlenowy znajduje się u Kamila Kaczmarska
 2. Połóż poszkodowanego w pozycji bocznej ustalonej.
 3. Podaj tlen przez system na zadanie lub przepływu ciągłego
 4. Jeżeli przytomny podać niegazowaną wodę (1 litr).
 5. Zapewnić komfort ciepły.
 6. Monitorować stan poszkodowanego..
 7. Powiadomić Komorę dekompresyjną
- Telefon (58) 622-51-63**

podaj 2 oddechy ratownicze

Obserwuj czy podnosi się klatka piersiowa poszkodowanego

30 uciśnień klatki piersiowej

Głębokość: 4-5cm, częstotliwość 100/min

2 oddechy ratownicze i 30 uciśnień klatki piersiowej

Powtarzać czynność do przyjazdu służb medycznych lub powrotu prawidłowego oddechu.

Zestawy tlenowe

Sprawdź czy butla z tlenem jest odkręcona, sprawdź ciśnienie w butli.

Osoba przytomna – zestaw na żądanie

Osoba nieprzytomna – zestaw o przepływie ciągłym minimalny przepływ 15l/min

Najbliższy szpital

Adres Świebodzin, ul. Młyńska 6, tel: 684564001

Mapka dojazdowa znajduje się z tyłu planu

Opis dojazdu Z Łagowa jechać na Wilkowo, Świebodzin

W Świebodzinie skręcić na rondzie w prawo w ul. Wojska Polskiego, dalej Żymińskiego i skręcić w lewo w Młyńską

Pozycja boczna ustalona

ukłękni przy poszkodowanym na wysokości jego brzucha, rękę bliższą sobie ułóż pod kątem prostym w stosunku do ciała, a następnie zegnij w łokciu pod kątem prostym tak, aby dłoń ręki była skierowana do góry,

dalszą rękę przelóż w poprzek klatki piersiowej i przytrzymaj stroną grzbietową przy bliższym sobie policzku ratowanego,

- drugą swoją ręką złap za dalszą kończynę dolną tuż powyżej kolana i podciągnij ją ku górze, nie odrywając stopy od podłoża,
- przytrzymując dłoń dociśniętą do policzka, pociągnij za dalszą kończynę dolną tak, by ratowany obrócił się na bok w twój kierunku,
- ułóż kończynę, za którą przetaczałeś poszkodowanego w ten sposób, zarówno staw kolanowy jak i biodrowy były zgięte pod kątem prostym.

