

Δρ. Δημήτριος Ν. Γκέλης - MD, ORL, DDS, PhD, Medical Life Coach

ΤΡΟΧΑΙΑ

ατυχήματα

Βασικές
πρωτες
βοηθειες

στο δρόμο από

μη ΓΙΑΤΡΟΥΣ

Τι θα κάνεις
και τι δεν θα κάνεις,
αν φτάσεις πρώτος
στο σημείο
ενός ατυχήματος;

Βασικές πρώτες βοήθειες στο δρόμο από μη γιατρούς

Υπό του Δρ. Δημητρίου Ν. Γκέλη - MD, ORL, DDS, PhD, Medical Life Coach

Το πρώτο πράγμα που κάνει κανείς ενστικτώδως είναι να πλησιάσει στο αυτοκίνητο που έχει υποστεί το ατύχημα και να αρχίσει να βγάζει έξω τα θύματα. Συγκρατηθείτε και μην κάνετε την παραπάνω ενέργεια βιαστικά και απερίσκεπτα. Εμπειρότατοι γιατροί και νοσηλεύτριες, που έχουν ξοδέψει πολύ χρόνο από τη ζωή τους, αντιμετωπίζοντας τροχαία ατυχήματα λένε ότι: Ένα μεγάλο ποσοστό ανθρώπων που τραυματίστηκαν μέσα σε αυτοκίνητο και τραβήχτηκαν απερίσκεπτα από καλόκαρδους, φιλότιμους, ανθρωπόφιλους περαστικούς, επιδεινώθηκε η κατάστασή τους ή και σκοτώθηκαν, ενώ θα μπορούσαν να είχαν διασωθεί, αν αυτοί που θα τους χορηγούσαν τις πρώτες βοήθειες ήταν εκπαιδευμένοι κατάλληλα.

Πως θα σώσετε αυτούς που πάθανε τροχαίο ατύχημα

Κάποιος, που δεν είναι γιατρός, έχει πολλές πιθανότητες να αντιμετωπίσει ανθρώπους, που τραυματίστηκαν μετά από τροχαίο ατύχημα, σε κάποιον Ελληνικό δρόμο. Επειδή το να είναι κανείς θύμα ή θύτης τροχαίου ατυχήματος δεν είναι ασύνηθες, οφείλουμε να έχουμε πάντοτε προετοιμαστεί πνευματικά και ψυχολογικά, ώστε να βρισκόμαστε σε ε-

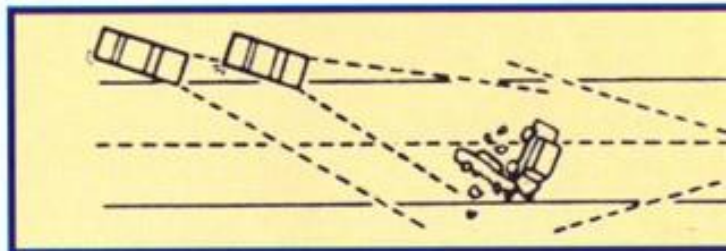
τοιμότητα να συμπαρασταθούμε και να βοηθήσουμε τους συνανθρώπους μας, οποιαδήποτε στιγμή. Για να γίνει κανείς αποτελεσματικός χορηγός πρώτων βοηθειών σε κάποιο τροχαίο πρέπει να ακολουθήσει τα ακόλουθα.

A ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΠΡΩΤΟ

1. Παρκάρετε ασφαλώς, το αυτοκίνητο σας

Φροντίστε να μην είστε εσείς το επόμενο θύμα του τροχαίου ατυχήματος. Διατηρείστε απόσταση, παρκάροντας αρκετά μέτρα από το σημείο του ατυχήματος. Αυτό επιτρέπει την άνετη διέλευση των οχημάτων της αστυνομίας της πυροσβεστικής και των ασθενοφόρων, που θα πρέπει να καταφθάσουν.

Βεβαιωθείτε ότι το αυτοκίνητο σας είναι ορατό από απόσταση 400-500 μέτρων και δεν το κρύβουν στρόφες, από τους οδηγούς, που έρχονται από πίσω σας. Ανάψτε τα φώτα στάσης. Αν είναι νύχτα ανάψτε του προβολείς σας και φωτίστε το σημείο του ατυχήματος, φροντίζοντας να μη τυφλώνετε τους διερχόμενους από το αντίθετο ρεύμα. (εικ. 1.)



εικ. 1. Προστατευτική στάθμευση αυτοκινήτων γύρω από το ατύχημα

2. Αν τα θύματα του τροχαίου έχουν τραυματιστεί, αλλά δεν αιμορραγούν και αδυνατούν να μετακινηθούν μόνα τους, για να εξέλθουν από το αυτοκίνητο, **μην τα ακουμπάτε**. Αφήστε να φθάσουν εκπαιδευμένοι άνθρωποι, που θα κάνουν αυτή την εργασία. Βεβαιωθείτε όμως ότι τα θύματα αναπνέουν. Μην τα περιστρέφετε, μη τα στριφογυρίζετε και μη μετακινείτε τα εγκλωβισμένα άτομα σε ένα τρακαρισμένο αυτοκίνητο. Αν οι τραυματίες έχουν πεταχτεί στο οδόστρωμα, αφήστε τους εκεί, όπως είναι, σκεπάστε τους με ένα παλτό ή πανωφόρι ή κουβέρτα, λάβετε μέτρα προστασίας της περιοχής, ώστε να προλάβετε νέο ατύχημα από τα διερχόμενα άλλα αυτοκίνητα. Μια κοινή εμπειρία πολλών γιατρών είναι η ακόλουθη: «Έχουμε δει ανθρώπους που πέθαναν, ενώ θα μπορούσαν να είχαν διασωθεί, αν δεν είχαν μετακινηθεί από το σημείο του ατυχήματος από άπειρους καλοπροαίρετους εθελοντές». Ακόμη και κάποιο θύμα με σπασμένη την σπονδυλική στήλη θα μπορούσε να σωθεί, αν το είχαν αφήσει ακίνητο. Κάποιοι όμως, χωρίς γνώσεις άνθρωποι, τους σήκωσαν από το έδαφος ή τους τράβηξαν αδέξια από το αυτοκίνητο και τους έβαλαν όπως, όπως στο πίσω κάθισμα ενός άλλου αυτοκινήτου και τους πήγαν βιαστικά στο εφημερεύον νοσοκομείο, με σοβαρότατα επακόλουθα αναπηρίας ή και θανάτου

B Δώστε ακριβείς πληροφορίες για το ατύχημα, επικοινωνώντας τηλεφωνικά με την αστυνομία

Αν έχετε κινητό τηλέφωνο δώστε στην αστυνομία τις ακόλουθες πληροφορίες

α/ Που ακριβώς συνέβη το ατύχημα, αν το αυτοκίνητο είναι αναποδογυρισμένο και έχουν παγιδευτεί

μέσα οι επιβάτες του. Τι συνθήκες επικρατούν στον τόπο του ατυχήματος.

β/ Αναφέρατε τον αριθμό των ατόμων, που έπαθαν το ατύχημα

γ/ Αν κάποιος έχει χάσει τις αισθήσεις του

δ/ Αν κάποιος έχει παγιδευτεί μέσα στο αυτοκίνητο

ε/ Αν κάποιος πιθανόν έχει σπάσει κόκαλο ή κόκαλα, αν έχει πάθει εγκαύματα, κακώσεις στην κοιλιακή χώρα, να φαίνεται σοβαρή η κατάσταση

στ/ Αναφέρατε αν πρέπει να καταφθάσει ασθενοφόρο, γιατρός, πυροσβεστική, αστυνομία γερανός, ελικόπτερο

ζ/ Ώρα που δόθηκε το μήνυμα

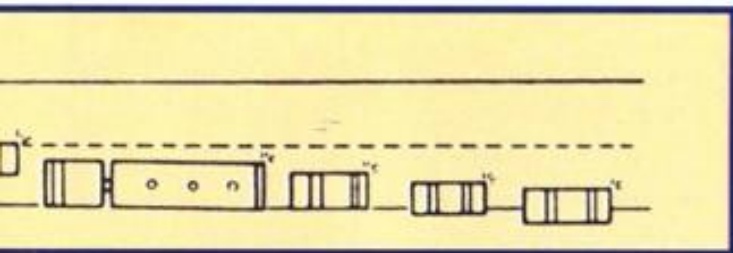
Αν δεν έχετε κινητό τηλέφωνο, στείλτε τον οδηγό του πρώτου αυτοκινήτου, που θα φθάσει μετά από σας στο κοντινότερο τηλέφωνο, για να στείλει το μήνυμα βοήθειας, ή σταματάτε τα διερχόμενα αυτοκίνητα και ρωτάτε τους οδηγούς αν έχουν κινητό τηλέφωνο ή ρωτάτε τους, αν κάποιος είναι γιατρός, νοσηλεύτης ή νοσηλεύτρια ή κάποιος εκπαιδευμένος στις πρώτες βοήθειες.

Γ Δώστε προσοχή στα θύματα, που έχουν χάσει τις αισθήσεις τους και όσους αιμορραγούν

Πρώτα όμως κάντε τα ακόλουθα

1. ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΑΤΕ ΤΟΝ ΚΙΝΔΥΝΟ

Σβήστε τη μηχανή και τα φώτα ενός αυτοκινήτου που έχει συγκρουστεί. Μη καπνίζετε στο χώρο του ατυχήματος. Με τη βοήθεια άλλων οδηγών βάλτε εμπόδια στο δρόμο (τρίγωνα κ.λ.π.) σε απόσταση 300-400 μέτρων και από τις δυο κατευθύνσεις του δρόμου, όσο το δυνατό γρηγορότερα. Τα εμπόδια πρέπει να είναι ευδιάκριτα τη νύχτα. Γι' αυτό βάλτε επάνω τους κάτι άσπρο π.χ. εφημερίδες ή φύλλα από αλουμινοχαρτό. Βάλτε στο οδόστρωμα μικρά κλαδιά, αν υπάρχουν διαθέσιμα. Αν έχετε χρόνο απομακρύνετε από το δρόμο τα θραύσματα και τα σκουπίδια της σύγκρουσης. Βάλτε σε ετοιμότητα τον πυροσβεστήρα σας και ζητήστε και από άλλους οδηγούς να κάνουν το ίδιο.



2. ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΑΤΕ ΤΟΝ ΚΙΝΔΥΝΟ: Ασφαλής απομάκρυνση τραυματιών

Όταν τα θύματα του τροχαίου βρίσκονται σε κίνδυνο ή έχουν εγκλωβιστεί ή πατηθεί από όχημα θα πρέπει να απομακρυνθούν μερικά μέτρα μακρύτερα από το σημείο του ατυχήματος για λόγους ασφάλειας. Να τους μεταφέρετε με τη βοήθεια των ενδυμάτων τους, εφ' όσον κάποιος φροντίσει κατά τη μεταφορά να παραμείνει σταθερά ακίνητος ο αυχένας του θύματος (Εικ. 2). Αν το θύμα μετακινηθεί με το πρόσωπο προς τα κάτω, κάποιος πρέπει να του υποστηρίξει το κεφάλι



Εικ. 2 Ασφαλής μεταφορά τραυματία. Το σώμα συγκρατείται από τα ενδύματα. Αυτός που βρίσκεται μπροστά συγκρατεί σταθερά τον αυχένα, αποφεύγοντας τη συστολή ή κάμψη ή έκταση της κεφαλής του τραυματία

Δ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΡΑΥΜΑΤΙΩΝ, ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΧΑΣΕΙ ΤΙΣ ΑΙΣΘΗΣΕΙΣ ΤΟΥΣ

Κάποιος έχει χάσει τις αισθήσεις του όταν :

1) Δεν απαντάει όταν τον ρωτάμε, 2) Δεν κινείται όταν το τσιμπάμε, 3) Έχει απλανές βλέμμα και χαλαρά άκρα με κρεμασμένη και ανοιχτή την κάτω γνάθο (βαθιά αναισθησία)

ΑΝ ΤΟ ΘΥΜΑ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ ΤΟΥ

α) Γυρίζουμε το θύμα στο πλευρό, ώστε να μην πνιγεί σε περίπτωση που κάνει εμετό ή έχει αιμορραγία (εικ. 3)

β) Αφαιρούμε της οδοντοστοιχίες, καθαρίζουμε με ένα μαντίλι ή το δάχτυλο ρύπους, εμέσματα ή κολώδη υγρά από το στόμα του, καθώς βρίσκεται



Εικ. 3 Τρόποι τοποθέτησης του τραυματία σε πλάγια στάση Α: Τοποθέτηση του τραυματία με τα δύο χέρια προς τα εμπρός (απόφυγε να του κάμψεις τον αυχένα). Β: Κλασική στάση ημιπρινής. Δεν χρησιμοποιείται μαξιλάρι κάτω από το κεφάλι του τραυματία. Μια διπλωμένη πετσέτα προλαβαίνει την πλάγια κάμψη της κεφαλής.

στην πλάγια θέση

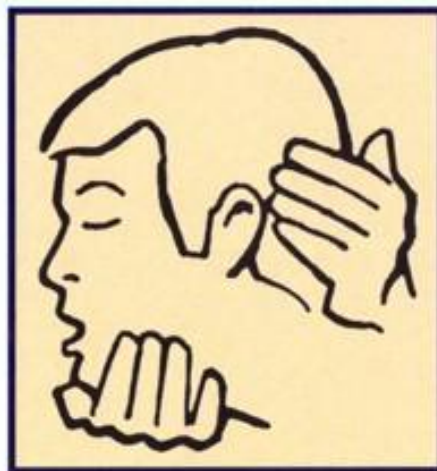
γ) Χαλαρώνουμε σιδήποτε σφίγγει το θύμα (ζώνη, γραβάτα κ.λ.π)

Αναπνέει το θύμα;

Παρατήρησε αν το θύμα αναπνέει. Κινείται ο θώρακός του; Ακούμπησε την παλάμη του χεριού σας στο στήθος του θύματος, για να καταλάβετε αν αναπνέει, από το αν κινείται. Βεβαιώσου αν ο αεραγωγός του είναι καθαρός και δεν φράσσεται ο φάρυγγας του από ακαθαρσίες ή οδοντοστοιχίες ή εμέσματα ή αίματα. Αν δεν αναπνέει αρχίστε τεχνητή αναπνοή με τον τεχνητό πλαστικό αεραγωγό, στόμα με στόμα. Αν δεν έχεις αεραγωγό κάνεις τεχνητή αναπνοή στόμα με στόμα.

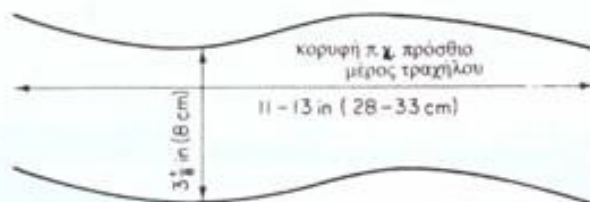
ΑΝ ΤΟ ΘΥΜΑ ΕΙΝΑΙ ΚΑΘΙΣΜΕΝΟ ΣΤΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ ΚΑΙ ΜΕ ΤΟ ΚΕΦΑΛΙ ΚΡΕΜΑΣΜΕΝΟ ΕΜΠΡΟΣ

Αφαίρεσε του τις οδοντοστοιχίες και καθάρισέ του το στόμα με το δάχτυλο. Υποστήριξε το πίσω μέρος



Εικ. 4 Η κεφαλή συγκρατείται με τις δύο παλάμες, κατά τρόπον, ώστε να αποφεύγεται η κάμψη, υπερέκταση συστολή και προς τα πλάγια κλίση της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης

της κεφαλής του θύματος με ένα χέρι και συγκράτησε το σαγόνι του με άλλο. Συγκράτησε το κεφάλι του στη θέση «κεφαλή προς τα πίσω» (εικ. 4). Η κεφαλή μπορεί να σταθεροποιηθεί σ' αυτή τη θέση, η οποία διατηρεί ανοιχτό τον αεραγωγό, με τη βοήθεια χαρτονένιου κολάρου ή ενός κολάρου που φτιάχνετε επί τόπου από δίπλωμα εφημερίδων. Το φάρδος του χαρτονιού ή των διπλωμένων εφημερίδων να είναι 10-12 εκατοστόμετρα και το μήκος ένα μέτρο περίπου. Το κολάρο αυτό συγκρατείται με έ-



Εικ. 5 Σε όλες τις περιπτώσεις που υπάρχει υποψία μεγάλης κάκωσης της αυχενικής ή της θωρακικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης πρέπει να τοποθετείται γύρω από το λαιμό του τραυματία ένα κολάρο. Το κολάρο αυτό ή το αγοράζει κανείς έτοιμο από τα καταστήματα παραϊατρικών προϊόντων ή τα φαρμακεία ή το κατασκευάζει επί τόπου από ένα φύλλο χαρτονιού μήκους 120-150 cm και πλάτους 12-15 cm. Το τμήμα που αντιστοιχεί στο τις γωνίες του σαγονιού και στο ινίο του αυχένα κόβεται σχηματίζοντας αμβλεία γωνία μεγάλου ανοίγματος. Έτσι εμποδίζεται η υπερέκταση της κεφαλής. Το κολάρο εμποδίζει την προς τα εμπρός κλίση της κεφαλής και έτσι προλαβαίνεται η απόφραξη του φάρυγγα από την οπισθολήση της γλώσσας, στους τραυματίες που έχουν χάσει τις αισθήσεις τους



Εικ. 6 Τοποθέτηση κολάρου σε τραυματία πριν από την απόμακρυνσή του από το αυτοκίνητο

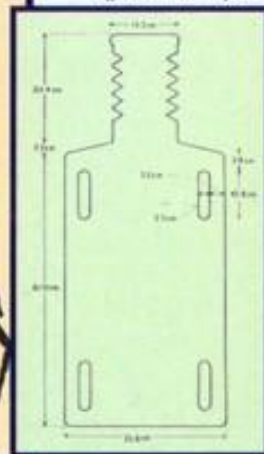
να μαντήλι ή ένα τριγωνικό ύφασμα, που περιτυλίσσεται γύρω από το λαιμό. (εικ. 5 & 6)
Αν το θύμα ταυτόχρονα αιμορραγεί από τη μύτη ή το στόμα ή το λαιμό ή αναπνοή είναι θορυβώδης πρέπει να τοποθετηθεί σε πλαγία θέση, μέσα ή έξω από το αυτοκίνητο, διότι μπορεί εύκολα και γρήγορα να πνιγεί, εισροφώντας τα υγρά.

Ε Σταμάτησε την αιμορραγία ασκώντας πίεση

Το σημείο μιας αιμορραγίας πιέζεται μ' ένα μαντήλι, επίδεσμο, καθαρό ύφασμα. Αν η κίνηση αυτή δεν σταματήσει την αιμορραγία, δέσε μια επίπεδη



Εικ. 7 & 8 Επίδειξη τοποθετημένης σανίδας υποστήριξης της σπονδυλικής στήλης και τοποθετημένου κολάρου



πέτρα, ένα σπιρτόκουτο, ή ένα μικρό κομμάτι ξύλο ή έναν επίπεδο αναπητήρα πάνω από το ύφασμα, ώστε να ασκηθεί περισσότερη πίεση ολόγυρα από το τραύμα και όχι μέσα στο τραύμα

ΣΤ Μόνο σε περίπτωση πυρκαϊάς θα πρέπει το θύμα να απομακρύνεται από ένα αυτοκίνητο από μη εκπαιδευμένο στις πρώτες βοήθειες άτομο. Είναι δύσκολο να απομακρύνεις κάποιον μέσα από ένα αυτοκίνητο χωρίς να υπάρχει διαθέσιμη κατάλ-

ληλη υποστηρικτική σανίδα της σπονδυλικής στήλης, διότι ακόμη και με την πιο επιδέξια μετακίνηση του ασθενούς μπορεί να προκληθεί μόνιμη βλάβη σε μια ήδη τραυματισμένη σπονδυλική στήλη.

Z Πρόσεξε αν υπάρχουν σπασμένα οστά, εγκαύματα και εσωτερικές κακώσεις

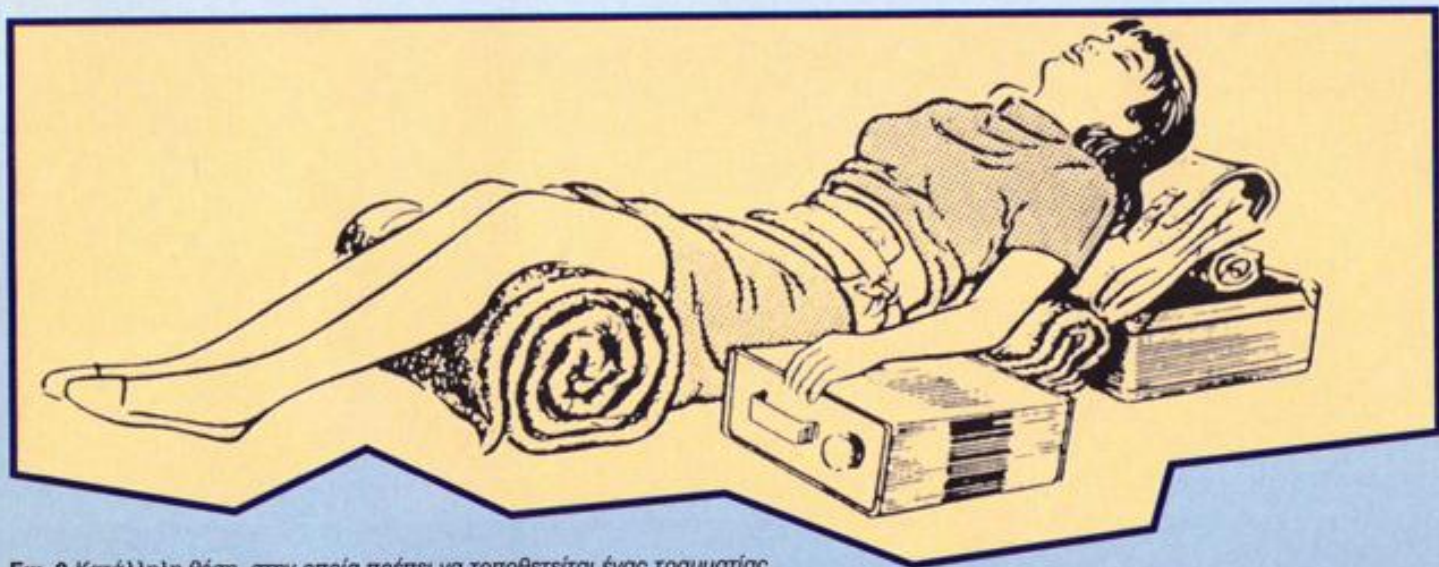
Έχοντας εξασφαλίσει την αναπνοή και έχοντας τοποθετήσει σε πλάγια θέση όλα τα θύματα που έχουν χάσει τις αισθήσεις τους και βάζοντας την αιμορραγία υπό έλεγχο, ερεύνησε τώρα αν υπάρχουν θύματα με σπασμένα οστά, ή εγκαύματα, ή κρυφές κακώσεις, που αισθάνονται κρυάδες ή ρίγη και αρχίζουν να γίνονται με χλωμό ή σταχτοκίτρινο δέρμα. Τα άτομα αυτά οδηγούνται στο λεγόμενο τραυματικό shock. Υποψιάσου εσωτερικές κοιλιακές κακώσεις, όταν η σύγκρουση έγινε με πολύ δύναμη ή βρέθηκαν σπασμένου ιμάντες της ζώνης ασφαλείας. Τα ύποπτα άτομα για εσωτερικές κοιλιακές κακώσεις θα πρέπει να τοποθετούνται σε κατάλληλη θέση, όπως φαίνεται στη (εικ. 9).

Υποστήριξε και σταθεροποίησε τα σπασμένα οστά σε μια τέτοια θέση, που προκαλείται ο λιγότερος πόνος. Αν όμως υποψιάζεσαι την παρουσία τραυματικού shock βάλε το θύμα, σε επίπεδη ύπτια θέση και με ελαφρώς υπερυψωμένα τα πόδια, αν είναι, δυνατόν. Καθησύχασε όλα τα θύματα, ότι κα-

ταφθάνει ιατρική ή άλλη βοήθεια. Βάλτε κάποιον να μιλήσει σ' όποιον έχει οξεία ψυχολογική αντίδραση και ποτέ να μη δίνεις σε κάποιο θύμα οινοπνευματώδες ποτό.

H Απομάκρυνση του θύματος από το αυτοκίνητο χωρίς να υπάρχει διαθέσιμη σανίδα υποστήριξης της σπονδυλικής στήλης. (εικ. 7 & 8)

- 1 Γυρίστε τη ράχη του καθίσματος, όσο γίνεται πιο πίσω
- 2 Στρώστε μια κουβέρτα στο έδαφος, μπροστά από την πόρτα του αυτοκινήτου
- 3 Ένας πρώτος βοηθός σταθεροποιεί την κεφαλή του θύματος στη θέση προς τα πάνω και πίσω (εικ. 4), υποστηρίζοντας το πίσω μέρος της κεφαλής με τη μία του παλάμη και το σαγόνι με την άλλη. Ο μεταφορέας αυτός φροντίζει να παραμείνει η κεφαλή και ο αυχένας του θύματος ακίνητα, καθώς θα μεταφέρεται έξω από το αυτοκίνητο το θύμα. Αν δεν υπάρχει ένα άτομο να σε βοηθήσει, τότε φτιάξε κολάρο, με οποιοδήποτε τρόπο (χαρτόνι, εφημερίδα) και σταθεροποίησε πρώτα την κεφαλή του θύματος.
- 4 Ένας δεύτερος βοηθός περνάει τα χέρια πίσω από την πλάτη του θύματος και του συλλαμβάνει τον ένα ή τους δύο πήχεις και κάμπτοντας τους αγκώνες του θύματος. Ο θώρακας αυτού του βοηθού



Εικ. 9 Κατάλληλη θέση, στην οποία πρέπει να τοποθετείται ένας τραυματίας, που είναι ύποπτος για σοβαρή εσωτερική κάκωση της κοιλιάς

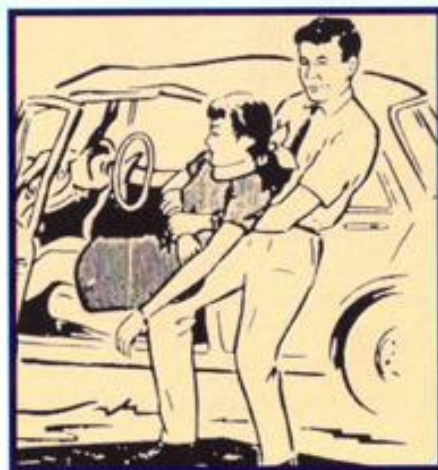


Εικ. 10 Απομάκρυνση από τρακαρισμένο αυτοκίνητο με τη βοήθεια τριών ατόμων

χρησιμεύει ως σανίδα υποστήριξης της σπονδυλικής στήλης, καθώς σε συντονισμό με τους άλλους δύο βοηθούς θα τραβήξουν τον τραυματία έξω από το αυτοκίνητο. (εικ. 10)

5 Ένας τρίτος βοηθός σηκώνει το βάρος των ποδιών του θύματος, με βεβαιότητα ότι κατ' αυτή τη διαδικασία διευκολύνει το θύμα, καθώς θα βγαίνει από το αυτοκίνητο να μη τραβηχτούν τα κάτω άκρα με δύναμη από το υπόλοιπο σώμα κι ούτε να περιστραφεί η λεκάνη, προς οποιαδήποτε κατεύθυνση, σε σχέση με τον θώρακα.

6 Ο δεύτερος βοηθός σηκώνει το θύμα έλκοντας προς τα πλάγια και συγκρατώντας τον κορμό σε κάθετη θέση, κατά τρόπον ώστε το στήθος του να συμπεριφέρεται σαν μια σανίδα.

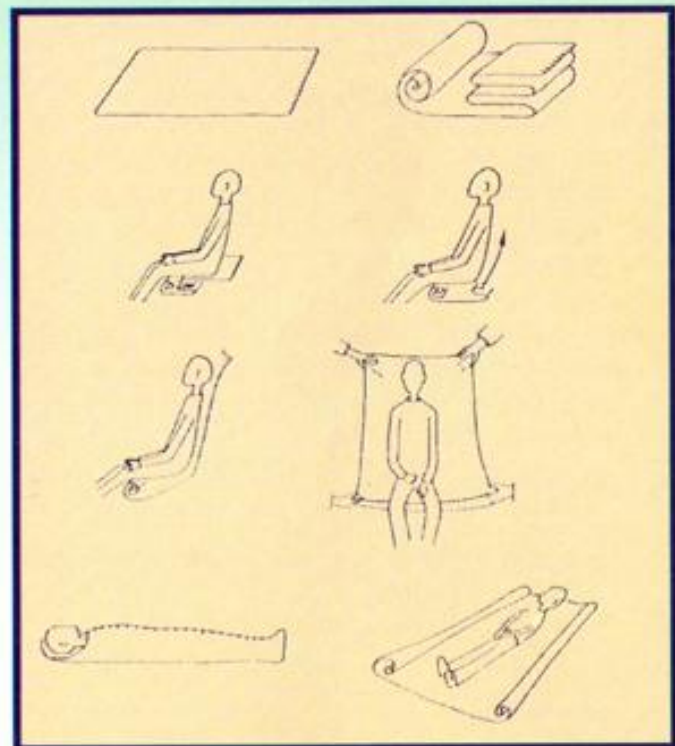


Εικ. 11 Απομάκρυνση τραυματία από τρακαρισμένο αυτοκίνητο με τη βοήθεια ενός ατόμου

7 Ένας από τους τρεις βοηθούς δίδει τις εντολές συντονισμού των κινήσεων, που απαιτούνται για την απομάκρυνση του θύματος από το αυτοκίνητο. Μια εναλλακτική μορφή μεταφοράς είναι αυτή που επιτυγχάνεται με τη χρησιμοποίηση κουβέρτας, όπως φαίνεται στην (εικ. 12). Το μεγάλο πρόβλημα της μεταφοράς με κουβέρτα είναι ότι υπάρχει ο κίνδυνος κάμψης της σπονδυλικής στήλης του θύματος.

Σε περίπτωση που υπάρχει σανίδα υποστήριξης της σπονδυλικής στήλης αυτή τοποθετείται και δένετε στη ράχη του θύματος με επιδέσμους, σε κάθετη θέση. Η κατασκευή μιας τέτοιας σανίδας είναι εύκολη και μπορεί να υπάρχει σε κάθε οικογενειακό αυτοκίνητο (εικ. 7, 8).

8 Αν κάποιος αναγκαστεί να βγάλει μόνος του κάποιον τραυματία από αυτοκίνητο θα φροντίσει να συγκρατήσει τον τραυματία, χρησιμοποιώντας το θώρακά του, σαν σανίδα υποστήριξης της σπονδυλικής στήλης (εικ. 11).



Εικ. 12 Τεχνική απομάκρυνσης και μεταφοράς ασθενούς με τη βοήθεια κουβέρτας

Εφόδια του κουτιού πρώτων βοηθειών ενός οικογενειακού αυτοκινήτου



Εικ. 13 Ο στοματοφαρυγγικός σωλήνας και η τεχνική της εισαγωγής του, προκειμένου να γίνει τεχνική αναπνοή.

1. Πλαστικός αεραγωγός (έτσι αποφεύγεται η τεχνητή αναπνοή στόμα με στόμα)

Εικ. 13.

2. Γάντια μιας χρήσεως

3. 5 ξύλινα γλωσσοπίεστρα (μπορεί να τοποθετηθούν ανάμεσα στις οδοντοστοιχίες και να γίνει καθαρισμός του στόματος του θύματος, χωρίς κίνδυνο να δαγκώσει το δάχτυλο, εκείνου που καθαρίζει το στόμα).

4. Τέσσερις τριγωνικοί επίδεσμοι και παραμάνες.

5. Ένα κομμάτι ξύλο 2 χ 4 χ 4 με αποστρογκυλωμένα χείλη, ώστε να χρησιμεύσει ως πιεστική επιφάνεια σε μια αιμορραγία ή να τοποθετηθεί πάνω από ένα σημείο που αιμορραγεί.

6. Εφημερίδες, κομμένες έτοιμες ώστε να φτιαχτεί κολάρο της αυχενικής μοίρας της σπονδυλικής στήλης.

7. Ένα - δυο χαρτόνια μήκους 1,20 και φάρδους 10-12 εκατοστόμετρα που θα χρησιμεύσουν ως κολάρα αυχένος.

8. Ψαλίδι για να κόβονται υφάσματα και να αποκαλύπτονται κατάγματα ή τραύματα που σκεπάζονται με ενδύματα.

9. Ένα καλά σφραγισμένο μεταλλικό ή πλαστικό κουτί με αποστειρωμένες μεγάλες γάζες.

10. Λευκοπλάστ φαρδύ

11. Δυνατός φακός ή φανάρι.

12. Αλουμινόχαρτο (για να σκεπάζονται τα θύματα στο δρόμο, ή για να τοποθετείται στα εμπόδια του δρόμου που βάζουμε, για να βλέπουν καλύτερα οι προσερχόμενοι οδηγοί.

13. Δυο μολύβια και δυο στυλό διαρκείας.

14. Μια γερή κουβέρτα μεγάλων διαστάσεων.

Βιβλιογραφία: Ken Easton, Rescue Emergency Care,

William Heineman, Medical books LTD, London 1977

N.C. Caroline, Emergency Care in the streets

Little Brown and Co, Boston 1979.

τροχαία

ατυχήματα