

## ΘΕΣΗ ΑΝΑΝΗΨΗΣ

Εφόσον το θύμα αναπνέει και έχει κυκλοφορία, η θέση ανάνηψης επιτρέπει:

- Διατήρηση ανοιχτού αεραγωγού και διευκόλυνση της αναπνοής.
- Ελαχιστοποίηση κινδύνου εισρόφησης γαστρικού περιεχομένου.
- Διευκόλυνση της αποβολής των εκκρίσεων.



## ΚΑΑ

Καρδιοαναπνευστική  
αναζωογόνηση  
(πρώην ΚΑΡΤΑ)

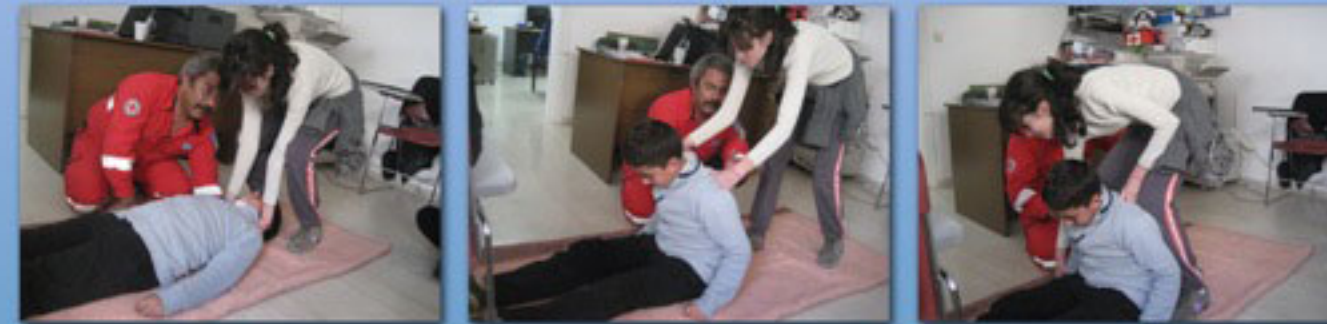


European Resuscitation Council	
<p>Βασική Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση</p>	
<p>→ Ελέγξτε αν ανταποκρίνεται</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Παρακολουθείτε ελαφρά</li> <li>• Φωνάζετε δυνατά</li> </ul>	<p>Εάν ανταποκρίνεται</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Παρατηρήστε</li> <li>• Καλύψτε βουβήλα εάν είναι απαραίτητο</li> </ul>
<p>→ Εάν ΔΕΝ ανταποκρίνεται</p> <p>Απελευθερώστε τον αεραγωγό</p> <p>Ελέγξτε για αναπνοή</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Γέρντε το κεφάλι προς το πίσω και ανεστρέψτε το τσέλι</li> <li>• Κινώστε</li> <li>• Λαλίστε</li> <li>• Λιθοβολήστε</li> <li>• Οχι περισσότερο από 10 δευτερόλεπτα</li> </ul>	<p>Εάν η αναπνοή είναι φυσολογική</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Συνεχίστε αν θέτε συντήρηση</li> <li>• Καλύψτε βουβήλα</li> <li>• Ελέγξτε ξανά την αναπνοή</li> </ul>
<p>→ Εάν Δεν Αναπνέει</p> <p>Δώστε 30 θωρακικές συμπιέσεις</p> <p>Τυπώστε το χέρι σας στο κέντρο του θώρακα</p>	<p>Εάν η αναπνοή είναι φυσολογική</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Συνεχίστε αν θέτε συντήρηση</li> <li>• Καλύψτε βουβήλα</li> <li>• Ελέγξτε ξανά την αναπνοή</li> </ul>
<p>Δώστε 2 εμφυσήσεις διάσωσης</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Σηρακώστε τα χέρια σας γύρω από το στήθος</li> <li>• Φωνάζτε σταθερά έως ότου αναπνεύσει ο θύμα</li> <li>• Λιπίστε την επόμενη αναπνοή όταν επιστρέψουν ο θώρακας</li> </ul>	<p>Εάν η αναπνοή είναι φυσολογική</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Συνεχίστε αν θέτε συντήρηση</li> <li>• Καλύψτε βουβήλα</li> <li>• Ελέγξτε ξανά την αναπνοή</li> </ul>
<p>→ Συνεχίστε Καρδιοαναπνευστική Αναζωογόνηση (ΚΑΡΤΑ) 30:2 έως ότου φθάσει εξειδικευμένη βοήθεια</p>	<p>Εάν η αναπνοή είναι φυσολογική</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Συνεχίστε αν θέτε συντήρηση</li> <li>• Καλύψτε βουβήλα</li> <li>• Ελέγξτε ξανά την αναπνοή</li> </ul>

## ΛΑΒΗ ΔΙΑΣΩΣΗΣ ΡΑΥΤΕΚ

Η πιο συχνά χρησιμοποιούμενη τεχνική διάσωσης από άμεσο κίνδυνο.

- Το θύμα τοποθετείται σε ύπτια θέση, με τα χέρια κατά μήκος του σώματος.
- Ο διασώστης στέκεται όρθιος πάνω από το κεφάλι του θύματος, με τα πόδια του ακριβώς πίσω από τους ώμους του θύματος.
- Ο διασώστης τοποθετεί τα χέρια του κάτω απ' τον αυχένα του θύματος σαν «φτυάρι», έχοντας τους αντίχειρές του πάνω από τις κλειδές του θύματος.
- Ανασηκώνει το θύμα με μία κίνηση και ταυτόχρονα κάνει μισό βήμα μπροστά, ώστε το γόνατό του να ακουμπήσει πάνω στην πλάτη του θύματος σαν προσωρινή σταθεροποίηση.
- Σταθεροποιεί τον κορμό του θύματος με τα δύο του γόνατα και φέρνει το ένα χέρι του θύματος μπροστά στην κοιλιά του τελευταίου.
- Τα χέρια του διασώστη περνούν κάτω από τις μασχάλες του θύματος. Με το ένα χέρι του, ο διασώστης πιάνει το χέρι αυτό του θύματος στο αντιβράχιο ακριβώς δίπλα από τον καρπό και με το άλλο του χέρι πιάνει το ίδιο χέρι του θύματος στο αντιβράχιο, ακριβώς δίπλα από τον αγκώνα.
- Ανασηκώνει το θύμα και το μεταφέρει στο στήθος του. Το θύμα μεταφέρεται πιο εύκολα, όσο πιο κοντά είναι στο στήθος του διασώστη. Με τη μέθοδο αυτή μπορεί να μεταφερθεί ένας άνθρωπος αρκετά μέτρα, ώστε να απομακρυνθεί από τον κίνδυνο.



## ΕΠΕΙΓΩΝ ΑΠΕΓΚΛΩΒΙΣΜΟΣ

Ο επείγων απεγκλωβισμός εφαρμόζεται μόνο σε περιπτώσεις όπου το θύμα είναι σε άμεσο κίνδυνο εξαιτίας της θέσης ή της κατάστασης του οχήματος, π.χ σε περίπτωση όπου το αυτοκίνητο έχει πιάσει φωτιά. Δεν θα χρησιμοποιηθεί όταν ο τραυματίας φέρει άμεσα απειλητικούς για τη ζωή του τραυματισμούς και ο χώρος του ατυχήματος είναι ασφαλής.

Τεχνική:

- Το αυτοκίνητο θεωρείται σταθεροποιημένο, ώστε να μην μπορεί να μετακινηθεί απότομα παρασύροντας τον διασώστη.
- Ο διασώστης ανοίγει την πόρτα του αυτοκινήτου, λύνει ή κόβει τη ζώνη ασφαλείας και απεγκλωβίζει τα πόδια του θύματος από τα πεντάλ.
- Περιστρέφει το θύμα από τη μέση, ώστε η πλάτη του θύματος να βλέπει το άνοιγμα της πόρτας του οχήματος και γέρνει το θύμα προς τα πίσω, ώστε η πλάτη του να ακουμπήσει στο θώρακα του διασώστη.
- Πιάνει το θύμα με τη λαβή Rautek και το απομακρύνει από το όχημα.

