

Πρώτες Βοήθειες



ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ
ΚΑΙ ΟΙ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΤΟΥ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ
ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ



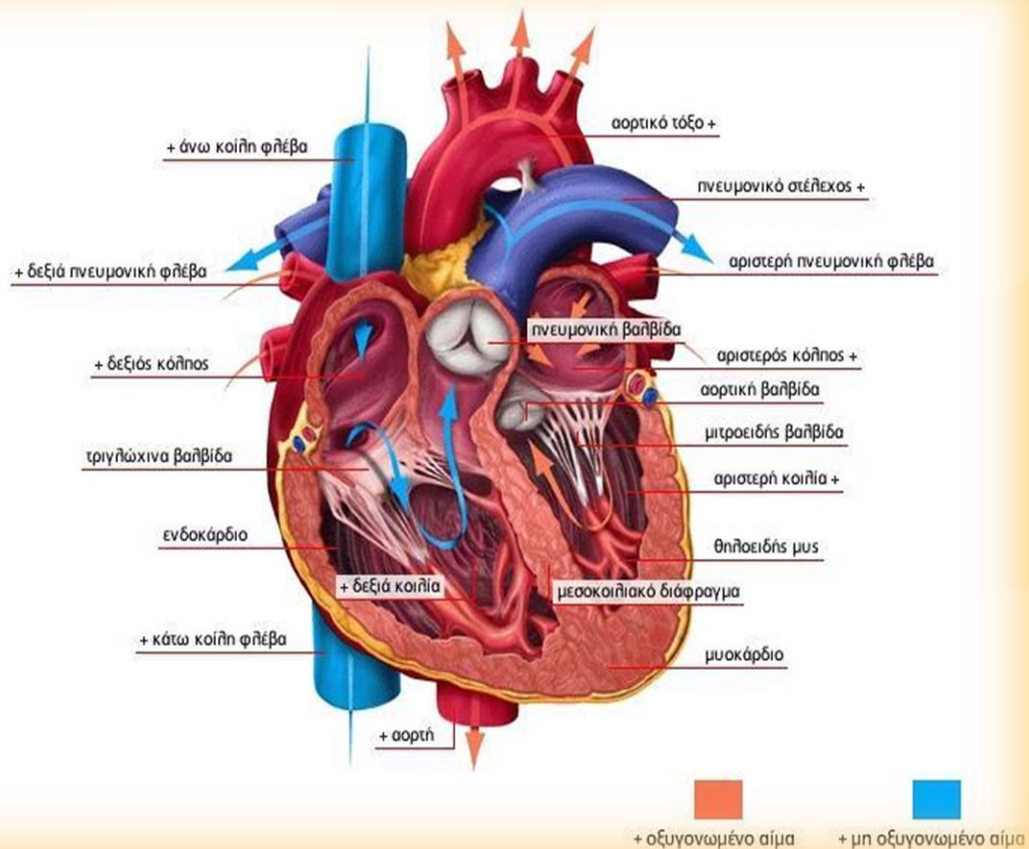
ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ

- Η καρδιά και το δίκτυο των αιμοφόρων αγγείων, γνωστά ως το κυκλοφορικό σύστημα (καρδιαγγειακό σύστημα), τροφοδοτούν το σώμα με αίμα, το οποίο μεταφέρει οξυγόνο και θρεπτικά συστατικά.
- Το αίμα κυκλοφορεί στο σώμα με ρυθμικές συσπάσεις του καρδιακού μυός. Το αίμα κυκλοφορεί μέσω των αγγείων, που χωρίζονται σε τρεις τύπους, τις αρτηρίες, τις φλέβες και τα τριχοειδή. Η δύναμη που ασκείται από τη ροή αίματος λέγεται πίεση του αίματος.



ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ

Με κάθε παλμό της καρδιάς το αποξυγονωμένο αίμα από τις φλέβες εισέρχεται στον δεξιό κόλπο και ρέει προς τη δεξιά κοιλία. Μετά, η κοιλία αυτή συσπάται και εξωθεί το αίμα διαμέσου της πνευμονικής αρτηρίας προς τους πνεύμονες. Στον ίδιο χρόνο, οξυγονωμένο αίμα επιστρέφει από τους πνεύμονες, διαμέσου των πνευμονικών φλεβών, προς τον αριστερό κόλπο. Στη συνέχεια, διέρχεται προς την αριστερή κοιλία, για να εξωθηθεί προς το σώμα δια μέσου της αορτής.





ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ

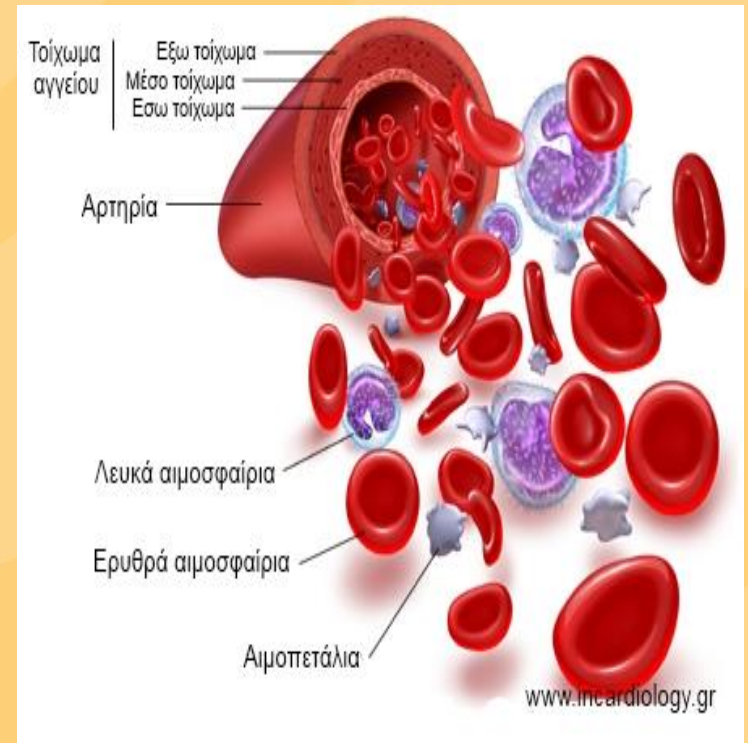
Η καρδιά αντλεί αίμα με μυϊκές συσπάσεις, που λέγονται κτύποι της καρδιάς (σφυγμός), οι οποίοι παράγονται από ηλεκτρικές ώσεις, που προέρχονται από εξειδικευμένα κύτταρα στην καρδιά. Κάθε κτύπος της καρδιάς έχει δύο φάσεις:

- ❖ τη σύσπαση των κόλπων, με ταυτόχρονη «χαλάρωση» των κοιλιών, που έχει ως αποτέλεσμα την προώθηση αίματος από τους κόλπους στις κοιλίες και
- ❖ τη «χαλάρωση» των κόλπων, με ταυτόχρονη σύσπαση των κοιλιών, που έχει ως αποτέλεσμα την προώθηση αίματος προς τους πνεύμονες (μικρή κυκλοφορία) και προς τα διάφορα όργανα (μεγάλη κυκλοφορία). Συγχρόνως, οι κόλποι ξαναγεμίζουν με αίμα.



Σύσταση του αίματος

- Το σώμα του μέσου ενήλικα περιέχει περίπου 6 λίτρα αίμα ή 1 λίτρο για κάθε 13 κιλά βάρους του σώματος ενός ενήλικα. Περίπου 55% του αίματος είναι καθαρό διαυγές κίτρινο υγρό (πλάσμα), μέσα στο οποίο αιωρούνται τα ερυθρά και τα λευκά αιμοσφαίρια, τα οποία αποτελούν το υπόλοιπο 45%.
- Τα ερυθρά αιμοσφαίρια περιέχουν αιμοσφαιρίνη, μια κόκκινη χρωστική ουσία, η οποία μπορεί να μεταφέρει οξυγόνο. Τα λευκά αιμοσφαίρια συμβάλλουν στην άμυνα του οργανισμού κατά των λοιμώξεων και τα αιμοπετάλια βοηθούν στην πήξη του αίματος.





ΚΑΤΑΠΛΗΞΙΑ (ΣΟΚ)

- Απειλητική για τη ζωή κατάσταση
- Αδυναμία της καρδιάς και συνολικά του καρδιαγγειακού συστήματος, να εξασφαλίσει επαρκή ροή αίματος και οξυγόνου για τα όργανα, με αποτέλεσμα ζωτικά όργανα, όπως ο εγκέφαλος, τα νεφρά και η καρδιά, να στερούνται το οξυγόνο.
- Χρειάζεται άμεση ιατρική βοήθεια.



ΚΑΤΑΠΛΗΞΙΑ (ΣΟΚ) – Πιθανές Αιτίες

- Η πιο κοινή αιτία είναι η σοβαρή απώλεια αίματος αν αυτή υπερβεί το 1.2 λ.
- Όταν υπάρχει αρκετή ποσότητα όγκου αίματος, αλλά η καρδιά δεν μπορεί να το στείλει στα υπόλοιπα μέρη του σώματος (π.χ. καρδιακή ανεπάρκεια, έμφραγμα του μυοκαρδίου, μυοκαρδιοπάθεια).
- Σε σοβαρές λοιμώξεις, σε έλλειψη ορισμένων ορμονών, η υπογλυκαιμία, η υποθερμία, η σοβαρή αλλεργική αντίδραση (αναφυλακτικό σοκ), η κατάχρηση ουσιών κ.λπ.



ΚΑΤΑΠΛΗΞΙΑ (ΣΟΚ) - Αναγνώριση

Αρχικά:

- Ταχύς σφυγμός
- Ωχρο, κρύο και ιδρωμένο δέρμα

Ενώ εξελίσσεται το σοκ:

- Ταχεία και επιπόλαιη αναπνοή.
- Αδύνατος σφυγμός. Όταν ο σφυγμός στον καρπό εξαφανιστεί, σχεδόν ο μισός όγκος του αίματος έχει χαθεί.
- Ωχρο, κυανωτικό δέρμα, ιδιαίτερα στα χείλη. Αν πιεστεί το νύχι ή το λοβίο του αυτιού, δεν επανακτούν αμέσως το χρώμα τους.
- Αδυναμία και ζαλάδα.
- Ναυτία και πιθανώς εμετός.
- Αίσθημα της δίψας.

Ενώ η αποκατάσταση της παροχής οξυγόνου στον εγκέφαλο δεν αποκαθίσταται, ο πάσχων γίνεται:

- Ανήσυχος και επιθετικός, χασμουριέται και αναζητά αέρα.
- Τελικά θα χάσει τις αισθήσεις του και η καρδιά θα σταματήσει.



ΚΑΤΑΠΛΗΞΙΑ (ΣΟΚ) - Αγωγή

- Περιποιηθείτε οποιαδήποτε εμφανή αιτία πχ. Αιμορραγία, έγκαυμα κ.λπ.
- Ενθαρρύνετε τον πάσχοντα.
- Βοηθήστε τον πάσχοντα να ξαπλώσει κάτω σε μια κουβέρτα
- Ανυψώστε και υποστηρίξτε τα πόδια πάνω από την καρδιά, για να βελτιωθεί η παροχή αίματος στα ζωτικά σημεία. Διατηρώντας την κεφαλή του χαμηλά, μπορεί να τον εμποδίσετε να χάσει τις αισθήσεις του. Σταματήστε τον από του να κάνει οποιεσδήποτε αχρείαστες κινήσεις.





ΚΑΤΑΠΛΗΞΙΑ (ΣΟΚ) - Αγωγή

- Χαλαρώστε τα σφικτά ρούχα στο λαιμό, τον θώρακα, τη μέση.
- Κρατήστε τον πάσχοντα ζεστό, σκεπάστε το σώμα και τα πόδια του με παλτό ή κουβέρτα. Καλέστε 112 ή 199 για ασθενοφόρο.
- Μη δώσετε τίποτε στον πάσχοντα να πει ή να φάει μέχρι την άφιξη του ασθενοφόρου.
- Ποτέ μην εγκαταλείπετε τον πάσχοντα μόνο του.
- Ελέγχετε και καταγράφετε ζωτικά σημεία ενώ περιμένετε βοήθεια.





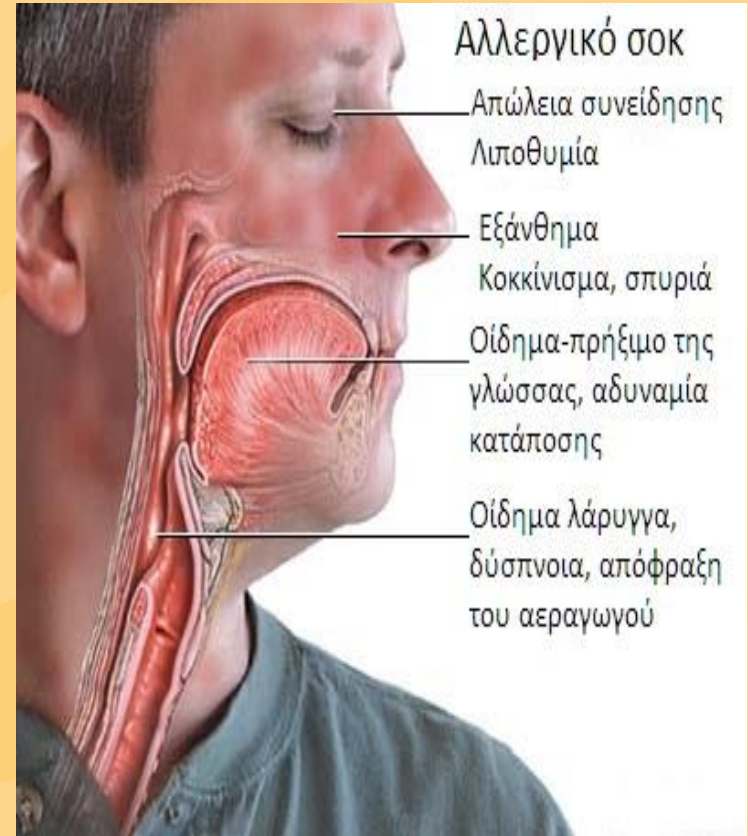
ΑΝΑΦΥΛΑΚΤΙΚΟ ΣΟΚ

- Η κατάσταση αυτή είναι μια σοβαρή αλλεργική αντίδραση, η οποία επηρεάζει όλο το σώμα. Σε ευαίσθητα άτομα μπορεί να αναπτυχθεί σε λίγα δευτερόλεπτα ή λεπτά, μετά από επαφή με αλλεργιογόνο παράγοντα και μπορεί να είναι θανατηφόρα.
- Πιθανά αλλεργιογόνα μπορεί να είναι:
- Γύρη, σκόνη, γρασίδι
- Φάρμακα
- Δήγματα (δαγκώματα) εντόμων, κάμπιες
- Τροφές όπως ξηροί καρποί, θαλασσινά, μανιτάρια κ.λπ.



ΑΝΑΦΥΛΑΚΤΙΚΟ ΣΟΚ

Σε μια αναφυλακτική αντίδραση, χημικές ουσίες απελευθερώνονται στο αίμα, διευρύνουν τα αγγεία και προκαλούν σπασμό του αεραγωγού (κυρίως βρογχόσπασμο, λαρυγγόσπασμο). Η πίεση του αίματος μειώνεται υπερβολικά και η αναπνοή παρεμποδίζεται. Η γλώσσα και ο λαιμός μπορεί να φουσκώσουν, αυξάνοντας τον κίνδυνο ασφυξίας. Η ποσότητα οξυγόνου που φτάνει τα ζωτικά σημεία μειώνεται πολύ. Χρειάζεται επείγουσα χορήγηση φαρμακευτικής αγωγής.





ΑΝΑΦΥΛΑΚΤΙΚΟ ΣΟΚ - Αναγνώριση

- Άγχος
- Διάχυτο κόκκινο, κνησμώδες (με φαγούρα) εξάνθημα ή επάρματα στο δέρμα
- Οίδημα (πρήξιμο) της γλώσσας, του λαιμού, των χεριών και των ποδιών
- Φούσκωμα και κοκκίνισμα των ματιών
- Διαταραγμένη αναπνοή από σφίξιμο στο στήθος, μέχρι σοβαρή δύσπνοια, συριγμό και αίσθημα έλλειψης αέρα
- Σημεία καταπληξίας





ΑΝΑΦΥΛΑΚΤΙΚΟ ΣΟΚ - Αγωγή

- Καλέστε ασθενοφόρο. Δώστε πληροφορίες για την αιτία, εάν την γνωρίζετε.
- Ελέγξτε αν ο πάσχων έχει μαζί του τα αναγκαία φάρμακα (μια σύριγγα ή ένεση επινεφρίνης). Βοηθήστε τον να την πάρει. Αν δεν μπορεί, δώστε την εσείς ΜΟΝΟ αν έχετε εκπαιδευτεί.
- Αν έχει τις αισθήσεις του, βοηθήστε τον να καθίσει σε μια θέση που νιώθει πιο άνετα και μπορεί να αναπνέει καλύτερα.
- Αν χάσει τις αισθήσεις του, ανοίξτε τον αεραγωγό, ελέγξτε την αναπνοή και να είστε έτοιμοι να δώσετε ΚΑΡΠΑ.
- Αν αναπνέει, τοποθετήστε τον στη θέση ανάνηψης.



ΑΝΑΘΥΜΙΑΣΕΙΣ

Οποιοδήποτε άτομο που έχει εγκλωβιστεί σε κλειστό χώρο κατά τη διάρκεια πυρκαγιάς και έχει εισπνεύσει καπνούς, μπορεί να παρουσιάσει προβλήματα με το αναπνευστικό του σύστημα. Καπνός από πλαστικά, σφουγγάρια και συνθετικά περιέχει δηλητηριώδη αέρια, τα οποία προκαλούν αναπνευστικά προβλήματα, εγκαύματα και δηλητηριάσεις. Οι πάσχοντες πρέπει, επίσης, να ελεγχθούν και για άλλες πιθανές κακώσεις που πιθανόν να προκληθούν.

Η εισπνοή μονοξειδίου του άνθρακα επηρεάζει άμεσα τα ερυθρά αιμοσφαίρια και τα εμποδίζει να μεταφέρουν το οξυγόνο στο σώμα. Το μονοξείδιο του άνθρακα είναι άοσμο και άγευστο και συγκαταλέγεται στα δηλητηριώδη αέρια. Αν το αέριο αυτό εισπνευσθεί σε μεγάλες ποσότητες, μπορεί γρήγορα να γίνει θανάσιμο. Επίσης, δηλητηρίαση μπορεί να επέλθει μετά από μικρή ή μεγάλη παραμονή κάποιου σε χώρο με αναθυμιάσεις από μονοξείδιο του άνθρακα.

Προσοχή, αν υποψιάζεστε κάποια διαρροή.



ΑΝΑΘΥΜΙΑΣΕΙΣ - Αγωγή

- Καλέστε για επείγουσα βοήθεια στο 112 ή 199.
- Ζητήστε ασθενοφόρο και την Πυροσβεστική Υπηρεσία. Αν τα ρούχα του πάσχοντα ακόμη καίγονται, προσπαθήστε να σβήσετε τις φλόγες.
- Αν πρέπει να απομακρυνθείτε από τον χώρο, μετακινήστε τον πάσχοντα σε μέρος με καθαρό αέρα, χρησιμοποιώντας τον ανάλογο τρόπο.
- Υποστηρίξτε τον πάσχοντα και ενθαρρύνετέ τον να αναπνέει κανονικά.
- Περιποιηθείτε οποιαδήποτε εγκαύματα ή τραύματα.
- Παραμείνετε μαζί του μέχρι να φτάσει το ασθενοφόρο.
- Ελέγχετε και καταγράφετε τα ζωτικά σημεία.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Αν χρειαστεί να μπείτε σε ένα γκαράζ γεμάτο με καπνούς από την εξάτμιση του αυτοκινήτου, ανοίξτε τις πόρτες και αφήστε το αέριο να φύγει προτού μπείτε μέσα.



ΛΙΠΟΘΥΜΙΑ

Είναι η σύντομη απώλεια των αισθήσεων. Προκαλείται από παροδική μείωση της παροχής του αίματος στον εγκέφαλο.

Μπορεί να οφείλεται σε πόνο, εξάντληση, έλλειψη τροφής ή συναισθηματική διαταραχή. Είναι συνηθέστερη, επίσης, μετά από μακρές περιόδους σωματικής αδράνειας, δηλαδή αν κάποιος στέκεται ή κάθεται χωρίς να κινείται. Αυτή η ακινησία προκαλεί λίμναση του αίματος στα κατώτερα τμήματα του σώματος, ελαττώνοντας το οξυγόνο που φτάνει στον εγκέφαλο.

Όταν ένα άτομο λιποθυμήσει, ο ρυθμός του σφυγμού γίνεται πολύ αργός. Γρήγορα όμως επανέρχεται στο κανονικό και το άτομο συνέρχεται γρήγορα.



ΛΙΠΟΘΥΜΙΑ

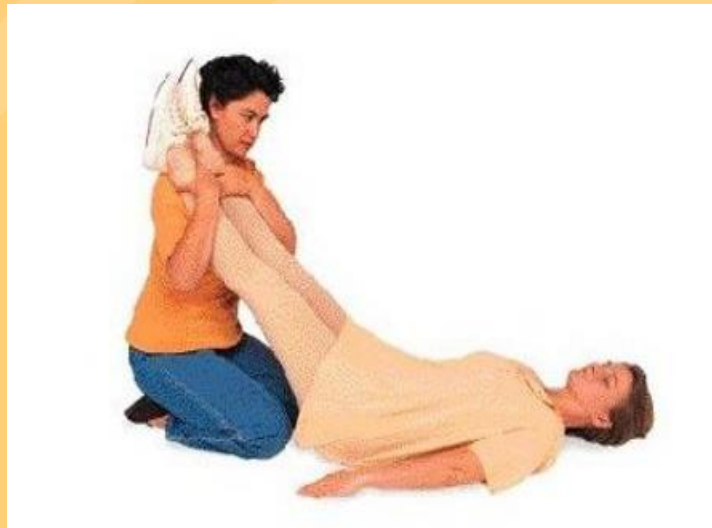
Σημεία και συμπτώματα:

- Σύντομη απώλεια των αισθήσεων
- Αργός σφυγμός
- Ωχρο, κρύο δέρμα και εφίδρωση



ΛΙΠΟΘΥΜΙΑ

Όταν ένα άτομο νιώθει ότι θα λιποθυμήσει, συμβουλευέστε τον να ξαπλώσει κάτω. Γονατίστε και ανυψώστε τα κάτω άκρα, στηρίξτε τους αστραγάλους στον ώμο σας ή σε κάποιο αντικείμενο. Αυτό βοηθά τη ροή του αίματος προς τον εγκέφαλο. Βεβαιωθείτε ότι υπάρχει αρκετός καθαρός αέρας, ζητήστε από κάποιον να ανοίξει ένα παράθυρο και απομακρύνετε τους παρευρισκομένους. Καθώς συνέρχεται, καθησυχάστε τον και βοηθήστε τον να καθίσει σιγά σιγά. Αν νιώθει ξανά λιποθυμικές τάσεις, συμβουλευέστε τον να ξαπλώσει ξανά κάτω και ανυψώστε τα πόδια μέχρι να συνέλθει τελείως.





ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ

Τα στεφανιαία αγγεία (στεφανιαίες αρτηρίες) είναι αυτά που τροφοδοτούν τον μυ της καρδίας (μυοκάρδιο) με αίμα. Τα στεφανιαία αγγεία μπορεί να παρουσιάσουν στένωση (που οφείλεται σε αθηρωματικές πλάκες, κατά κύριο λόγο) με αποτέλεσμα τη μειωμένη παροχή οξυγόνου στο μυοκάρδιο και, ως εκ τούτου, να μην μπορεί ο πάσχων να ανταποκριθεί στις ανάγκες σε οξυγόνο, όπως κατά τη διάρκεια άσκησης ή κόπωσης ή ακόμα και σε περιπτώσεις έντονης συναισθηματικής φόρτισης. Η κατάσταση αυτή περιγράφεται με τον όρο «στηθάγχη».



ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ

Οι περιπτώσεις που η ροή αίματος προς το μυοκάρδιο αποκόπτεται πλήρως λόγω απόφραξης των στεφανιαίων αγγείων (ρήξη αθηρωματικής πλάκας και ο σχηματισμός θρόμβου είναι η κύρια αιτία) περιγράφονται με τον όρο **«έμφραγμα του μυοκαρδίου»**. Παλιά περιγράφονταν με τον όρο «καρδιακή προσβολή». Η επίδραση του εμφράγματος του μυοκαρδίου εξαρτάται από την έκτασή του και πολλοί πάσχοντες αναρρώνουν πλήρως.

Τα σημεία και συμπτώματα και στις δύο περιπτώσεις είναι παρόμοια και μπορεί να εμφανιστούν μετά από κόπωση, έντονη συναισθηματική φόρτιση ή ακόμα και κατά την ξεκούραση.



ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ

- Σημεία και συμπτώματα:
- Συσφικτικός πόνος στο κέντρο του στήθους, που αντανακλά συχνά στην κάτω γνάθο και στο ένα ή και στους δύο βραχίονες ή πίσω στην πλάτη.
- Ο πόνος μπορεί να ανακουφίζεται με ξεκούραση.
- Δύσπνοια
- Συχνά αιφνίδια αδυναμία
- Αίσθημα άγχους
- Εφίδρωση
- Αίσθημα έλλειψης αέρα





ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΤΟΥ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ

Αγωγή

- Συμβουλέψτε τον πάσχοντα να ξεκουραστεί. Αυτό θα ελαφρύνει το φορτίο της καρδιάς και θα μειώσει την αυξημένη ανάγκη για οξυγόνο.
- Εάν τα συμπτώματα εμφανίζονται κατά τη διάρκεια άσκησης, συμβουλέψτε τον να σταματήσει την άσκηση.
- Βοηθήστε τον πάσχοντα να καθίσει. Τοποθετήστε τον σε άνετη θέση και καθησυχάστε τον. Αυτό θα τον βοηθήσει να αναπνέει.





- Αν έχει φάρμακα μαζί του, βοηθήστε τον να τα πάρει
- Καλέστε ασθενοφόρο. Αναφέρετε ότι υποψιάζεστε καρδιακό πρόβλημα. Αν ο πάσχων θέλει να καλέσετε τον προσωπικό του γιατρό, καλέστε τον.
- Συνέχεια ελέγχετε και καταγράφετε ζωτικά σημεία μέχρι να φτάσει βοήθεια

ΠΡΟΣΟΧΗ: Να είστε έτοιμοι να εφαρμόσετε ΚΑΡΠΑ.
Μπορεί να χάσει τις αισθήσεις του και να σταματήσει να αναπνέει οποιαδήποτε στιγμή.





ΚΑΡΔΙΑΚΗ ΑΝΑΚΟΠΗ

Σε μια καρδιακή ανακοπή η καρδιά σταματά να κτυπά, με αποτέλεσμα να διακόπτεται η παροχή αίματος και, κατά συνέπεια, του οξυγόνου προς τα όργανα του σώματος.

Σημεία και συμπτώματα:

- Απώλεια αισθήσεων
- Απουσία αναπνοής
- Απουσία σημείων ζωής

Αγωγή:

- Τοποθετήστε τον πάσχοντα σε ύπτια θέση.
- Καλέστε ασθενοφόρο.
- Αρχίστε ΚΑΡΠΑ αμέσως.
- Ζητήστε ΑΕΑ και χρησιμοποιήστε τον εάν υπάρχει.



Ευχαριστώ!