

Πρώτες Βοήθειες



ΤΟ ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ
ΚΑΙ ΟΙ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΤΟΥ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ ΚΑΙ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ



Νευρικό Σύστημα

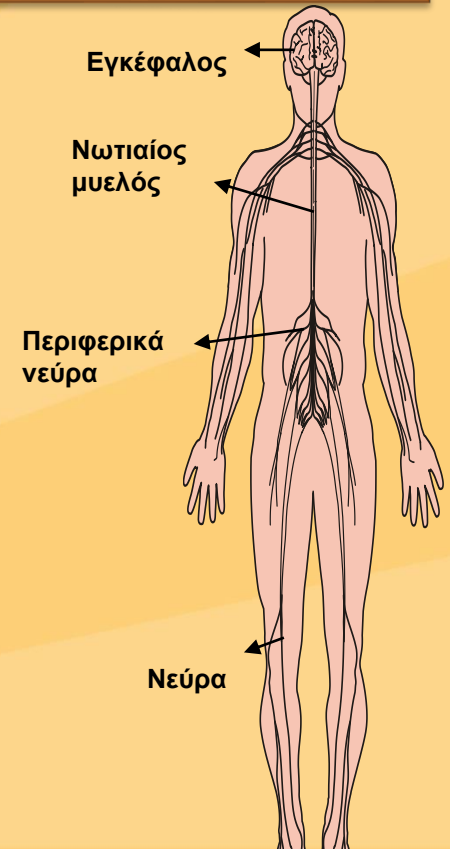
Το νευρικό σύστημα λειτουργεί ως το σύστημα ελέγχου επικοινωνιών και επεξεργασίας πληροφοριών του σώματος

Κεντρικό Νευρικό Σύστημα (ΚΝΣ)

Εγκέφαλος και ο Νωτιαίος Μυελός

Περιφερικό Νευρικό Σύστημα (ΠΝΣ)

Κινητικά νεύρα για την κίνηση στους μυς
Αισθητικά νεύρα για μεταφορά αισθητικών σημάτων στον εγκέφαλο



Νευρικές οδοί σε όλο το σώμα στέλνουν πληροφορίες στο ΚΝΣ το οποίο, αφού τις επεξεργαστεί, δίνει τις κατάλληλες εντολές, ελέγχοντας εκούσιες και ακούσιες αντιδράσεις



Νευρικό Σύστημα

Διαταραχές του νευρικού συστήματος προκαλούνται:

Από βλάβη ή κακή λειτουργία του συστήματος, με αποτέλεσμα τη διακοπή της φυσιολογικής λειτουργίας του εγκεφάλου.

Παράγοντες που πιθανόν να προκαλέσουν διαταραχές στο νευρικό σύστημα:

- Τραυματισμοί στο κεφάλι
- Εγκεφαλικό επεισόδιο
- Μεταβολικές διαταραχές (π.χ. υπογλυκαιμία)
- Τοξικές ουσίες (π.χ. δηλητηριάσεις, αλκοόλ, κ.λπ.)
- Διαταραχές επιπέδου οξυγόνου
- Ασθένειες που προσβάλουν το ΚΝΣ
- Διάφορες άλλες καταστάσεις



Διαταραχές του νευρικού συστήματος προκαλούν διαταραχές στο επίπεδο συνείδησης του πάσχοντα



Εκτίμηση Επιπέδου Συνείδησης

Αξιολόγηση του επιπέδου συνείδησης με την κλίμακα AVPU
(Alert - Voice - Pain - Unresponsive)



Εγρήγορση

Ανταπόκριση στη
Φωνή



Αντίδραση στον Πόνο

Χωρίς Αντίδραση





Απώλεια Αισθήσεων

Αιτία: Τραυματισμοί ή και παθήσεις του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος (ΚΝΣ)

- Κατάχρηση αλκοόλ
- Χρήση ναρκωτικών ή άλλων φαρμακευτικών ουσιών
- Υπογλυκαιμία
- Διαταραχές του Καρδιαγγειακού Συστήματος (π.χ. υπόταση)
- Αναφυλακτικό σοκ
- Άλλοι παράγοντες που προκαλούν μειωμένη παροχή οξυγόνου στον εγκέφαλο κ.λπ.



ΣΤΟΧΟΣ

Η Διατήρηση ανοιχτού αεραγωγού
Η Εκτίμηση επιπέδου συνείδησης (AVPU)
Η Έγκαιρη αναγνώριση και άμεση αντιμετώπιση Ανακοπής



Απώλεια Αισθήσεων. Τι κάνω...

Όταν ο πάσχων είναι σε κατάσταση σύγχυσης ή υπνηλίας αλλά ανταποκρίνεται σε φωνή και τον πόνο

Βάλτε τον σε μια άνετη θέση
Τηλεφωνήστε για βοήθεια
Να παρατηρείτε τυχόν αλλαγές στο επίπεδο συνείδησης

Όταν το άτομο χάσει τις αισθήσεις του, αλλά αναπνέει

- Βάλτε τον σε θέση ανάντησης
- Διατηρήστε ανοιχτό τον αεραγωγό
- Χαλαρώστε σφιχτά ρούχα
- Τηλεφωνήστε για βοήθεια
- Ψάξτε για κακώσεις στην κεφαλή ή στο σώμα και για εξωτερική αιμορραγία

Αν το άτομο δεν αναπνέει

Ελέγξτε τον αεραγωγό και αρχίστε αμέσως
ΚΑΡΠΑ



Αν η αιτία της αναισθησίας είναι άγνωστη

Πιθανόν τραύμα στο κεφάλι ή στον αυχένα

Μην τον μετακινείτε, (παρά μόνο για να διατηρήσετε ανοιχτό τον αεραγωγό)
Μην τον αφήνετε μόνο του
Μην του δίνετε τροφή ή υγρά

Σπασμοί



Σπασμοί: Η ταυτόχρονη, επαναλαμβανόμενη και ακούσια συστολή πολλών μυών του σώματος, που προκαλούνται από διαταραχή της λειτουργίας του εγκεφάλου.

Διαρκούν από λίγα δευτερόλεπτα έως δυο λεπτά.

Προκαλούνται από βλάβες του ΚΝΣ λόγω:

- Επιληψίας
- Θερμοπληξίας
- Υψηλού πυρετού
- Διακοπή χρήσης ναρκωτικών
- Ηλεκτρικού σοκ
- Κατάχρησης ουσιών

- Υπογλυκαιμία
- Ισχαιμικές ή φλεγμονώδεις αλλοιώσεις
- Αγγειακές δυσπλασίες
- Όγκοι στο Κεντρικό Νευρικό Σύστημα, κλπ





Σπασμοί. Τι κάνω...

ΣΤΟΧΟΣ

Κατά τη διάρκεια των σπασμών: Η προφύλαξη της κεφαλής και των άκρων.
Στη μεθεπιληπτική φάση: Η διατήρηση ανοικτού αεραγωγού.

Απομακρύνετε τα αντικείμενα που μπορεί να τον τραυματίσουν
Προστατέψτε την κεφαλή και τα άκρα του

Στη μεθεπιληπτική φάση:

- Τοποθετήστε τον πάσχοντα σε θέση ανάνηψης
- Χαλαρώστε σφιχτά ρούχα
- Καλέστε ασθενοφόρο
- Μείνετε μαζί με τον πάσχοντα
- Ελέγχετε το επίπεδο συνείδησης
- Μην του δώσετε τίποτα να πει, πριν συνέλθει πλήρως





Σπασμοί. Τι κάνω...

ΠΡΟΣΟΧΗ:

ΠΟΤΕ δεν βάζουμε στο στόμα του πάσχοντα ξένα αντικείμενα (π.χ. κουτάλια, πιρούνια, σίδερα, κ.λπ.)

ΠΟΤΕ ΔΕΝ βάζουμε το χέρι μας στο στόμα του πάσχοντα, για να προστατεύσουμε τη γλώσσα του

“μην την καταπιεί”

ΚΑΝΕΙΣ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΑΝΘΡΩΠΟΣ ΔΕΝ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΚΑΤΑΠΙΕΙ ΤΗ ΓΛΩΣΣΑ ΤΟΥ



Επιληψία

Είναι η αιφνίδια, σύντομη, ακούσια διαταραχή της φυσιολογικής ηλεκτρικής δραστηριότητας του εγκεφάλου

Μικρή Επιληψία

- Θολώνει στιγμιαία η συνείδηση
- Μπορεί να μην υπάρχουν σπασμοί
- Ο πάσχων «κοιτάζει στο κενό»
- Δεν ανταποκρίνεται
- Δεν έχει επικοινωνία με το περιβάλλον
- Κάνει επαναλαμβανόμενες κινήσεις, π.χ. κατάποση, τρίψιμο στο χέρι, μάσημα, κ.λπ.



Μεγάλη Επιληψία

- Σοβαρές διαταραχές της δραστηριότητας του εγκεφάλου με σπασμούς
- Ξαφνική απώλεια των αισθήσεων
 - Σώμα άκαμπτο και πλάτη κυρτωμένη (τονική φάση)
 - Αρχίζουν σπασμοί (κλονική φάση)
 - Σφικτά σαγόνια
 - Σάλια στο στόμα (αφροί)
 - Θορυβώδης αναπνοή
 - Απώλεια ούρων ή κοπράνων

Όταν η επιληψία εμφανίζεται σε άτομα κάτω των 14 ετών, το 95% θεραπεύεται πλήρως



Επιληψία: Τι κάνω...

ΣΤΟΧΟΣ

Κατά τη διάρκεια των σπασμών: Η προφύλαξη της κεφαλής και των άκρων
Στη μεθεπιληπτική φάση: Η διατήρηση ανοικτών αεραγωγών

➤ Αν προλάβετε, στηρίξτε τον πάσχοντα να πέσει ομαλά, προστατεύοντας τον

➤ Απομακρύνετε από κ

➤ Χαλαρ

Μην τον ανασηκώσετε και μην τον μετακινήσετε, εκτός αν κινδυνεύει. Μην χρησιμοποιείτε δύναμη για να τον συγκρατήσετε και μη βάζετε τίποτα στο στόμα του.

➤

➤

καλεσ

➤ Μείνετε μαζί





Διάσειση

Διάσειση είναι η προσωρινή διακοπή της φυσιολογικής λειτουργίας του εγκεφάλου από βίαιο τράνταγμα, λόγω κτυπήματος στο κεφάλι



Ο πάσχων εμφανίζει διαταραχές στο επίπεδο συνείδησης, όπως σύγχυση, ζάλη, ναυτία και ίσως προσωρινή απώλεια μνήμης για το τι συνέβη πριν, κατά ή/και αμέσως μετά τον τραυματισμό



Διάσωση: Τι κάνω...

ΣΤΟΧΟΣ

Η έγκαιρη αναγνώριση για τυχόν επιδείνωση του επιπέδου συνείδησης
Έγκαιρη κλήση εξειδικευμένης βοήθειας (ασθενοφόρο)

- **Βάλτε τον πάσχοντα να καθίσει σε άνετη θέση**
(αν υπάρχει υποψία για αιμορραγία στο κεφάλι, αποφεύγουμε να ξαπλώσουμε τελείως τον πάσχοντα και τον βάζουμε σε ημικαθιστή θέση)
- **Αξιολογείτε συχνά το επίπεδο συνείδησης**
- **Καλέστε ασθενοφόρο**
- **Φροντίστε τυχόν τραύματα**
- **Περιορίστε τις κινήσεις του αυχένα**
(υποψία κατάγματος), κρατώντας το κεφάλι με τα χέρια σας, μέχρι να έρθει ασθενοφόρο ή άλλη εξειδικευμένη βοήθεια



Αν ο τραυματισμός είναι αποτέλεσμα ενός αθλητικού ατυχήματος,
ΜΗΝ του επιτρέψετε να επιστρέψει στο άθλημα πριν τύχει
ιατρικής αξιολόγησης



Κρίση Πανικού

Η κρίση πανικού ενεργοποιείται σε άτομα που υπόκεινται σε υπερβολική αύξηση του άγχους ή/και του στρες. Ένα μικρό ποσοστό ανθρώπων (1-4%) θα βιώσουν κάποια κρίση πανικού στη ζωή τους, με πιο επιρρεπείς τους νέους μεταξύ 20-35 ετών

Σημεία και Συμπτώματα:

- Γρήγορες και βαθιές αναπνοές
- Μυϊκές κράμπες (ακαμψία) στα χέρια και κάτω άκρα
- Μούδιασμα (μυρμήγκιασμα) χειλιών
- Δύσπνοια
- Φόβος, ανησυχία, σύγχυση
- Τάση λιποθυμίας
- Ζάλη, κεφαλαλγία



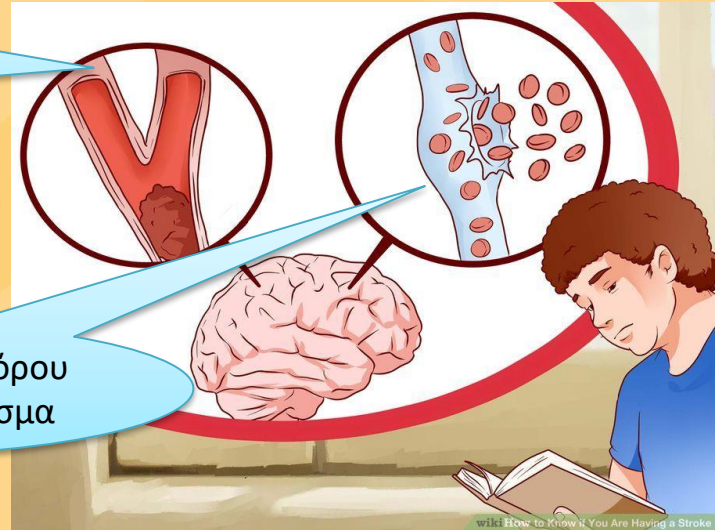


Εγκεφαλικό Επεισόδιο

Από θρόμβο ή κλειστή αρτηρία

Εγκεφαλικό επεισόδιο προκαλείται στις περισσότερες περιπτώσεις όταν σταματάει ή μειώνεται η κανονική ροή αίματος στον εγκέφαλο

Από αιμορραγία αιμοφόρου αγγείου ή από ανεύρυσμα



Σημεία και Συμπτώματα

- Πτώση της μίας γωνίας του στόματος.
- Μούδιασμα στην μία πλευρά του προσώπου.
- Διαταραχές στο επίπεδο αντιδράσεων και σύγχυση που μοιάζει με μέθη.
- Απότομη ή σταδιακή απώλεια των αισθήσεων.
- Σημεία αδυναμίας, συνήθως, στη μία πλευρά του σώματος.
- Ανικανότητα ομιλίας ή δυσαρθρία.
- Δυσκολία στην όραση ή θολή όραση ή διπλωπία (διπλή όραση).
- Πονοκέφαλος.





Εγκεφαλικό Επεισόδιο

"FAST"
(Face, Arms, Speech Time):

4 βήματα για την αναγνώριση των συμπτωμάτων σε ένα εγκεφαλικό επεισόδιο

Υπάρχει πτώση του στόματος ή μούδιασμα κάποιας πλευράς;

Face - Πρόσωπο. Ζητήστε του να χαμογελάσει



Είναι η ομιλία του μπλοκαρισμένη ή λιγότερο περιεργή;



Speech - Ομιλία. Ζητήστε του να επαναλάβει μια απλή φράση.

Arms - Χέρια. Ζητήστε του να ανασηκώσει και τα δύο χέρια



Το ένα χέρι δεν κινείται ή πέφτει προς τα κάτω;



Time - Χρόνος. Αν παρατηρήσετε οποιοδήποτε από τα πιο πάνω συμπτώματα

καλέστε αμέσως ιατρική βοήθεια



Εγκεφαλικό Επεισόδιο. Τι κάνω...

ΣΤΟΧΟΣ

Η Διατήρηση ανοικτού αεραγωγού
Η Εκτίμηση επιπέδου συνείδησης
Η Έγκαιρη κλήση βοήθειας



Αν ο πάσχων
έχει τις
αισθήσεις του
και αναπνέει:

Χαλαρώστε τα σφικτά ρούχα
Βάλτε τον να καθίσει σε άνετη θέση, με το
κεφάλι και τους ώμους να στηρίζονται
Γυρίστε το κεφάλι στη μια πλευρά και
βάλτε ένα μαντήλι για να απορροφά τα
σάλια.



Αν δεν έχει τις
αισθήσεις του
αλλά αναπνέει:

Βάλτε τον σε θέση ανάνηψης



Αν δεν έχει τις
αισθήσεις του
και δεν αναπνέει:

Ακολουθήστε τους κανόνες ΚΑΡΠΑ



Ακόμα και αν δεν είστε σίγουροι ότι πρόκειται για εγκεφαλικό επεισόδιο, μην διστάσετε να τηλεφωνήσετε για βοήθεια, αναφέροντας ότι υπάρχει πιθανότητα για εγκεφαλικό.



Ευχαριστώ!