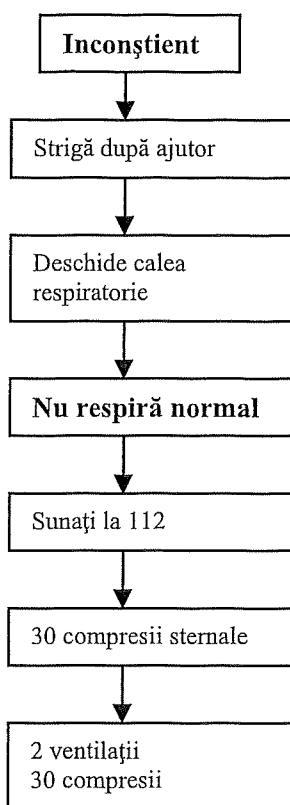


PROTOCOL DE RESUSCITARE

I. SUPORTUL VITAL DE BAZĂ LA ADULT



1. *Asigurați-vă* că dvs, victima și oricare alt martor sunteți cu toții în siguranță.
2. *Verificați* starea de conștientă a victimei: mișcați cu blândețe umerii victimei și întrebați cu voce tare: "Sunteți bine?"
3. *Dacă răspunde:*
 - lăsați victima în poziția în care ați găsit-o, dacă ați stabilit că nu există nici un alt pericol;
 - încercați să aflați ce i s-a întâmplat și chemați ajutor dacă este nevoie;
 - reevaluați-l cu regularitate.
4. *Dacă victima nu răspunde:*
 - se strigă după ajutor;
 - victima se poziționează în decubit dorsal și apoi se deschid căile aeriene prin hiperextensia capului și ridicarea bărbiei;
 - se plasează o mână pe frunte și se împinge cu blândețe capul pe spate;
 - pentru deschiderea căilor aeriene se va ridica bărbia victimei cu vârful degetelor plasate sub menton.
 - Menținând căile aeriene deschise, salvatorul încearcă să stabilească dacă victima respiră, utilizând privește - ascultă - simte:
 - a. privește mișcările peretelui toracic;
 - b. ascultă zgomotele respiratorii la nivelul gurii victimei;
 - c. simte fluxul de aer pe obraz;
 - d. decide dacă respirația este normală, anormală sau absentă.
5. *Dacă victima respiră normal:*
 - se așază victima în poziție de siguranță;
 - salvatorul va solicita ajutor – va apela 112 sau numărul local de urgență, pentru chemarea ambulanței;
 - va continua să evalueze respirația victimei urmărind dacă aceasta rămâne normală.

6. *Dacă victima nu respiră sau respiră anormal:*

- salvatorul va trimite pe cineva după ajutor, să găsească și să aducă un DEA dacă acesta este disponibil; sau, dacă este singur va folosi telefonul mobil pentru alertarea serviciilor de urgență – salvatorul va părăsi victima numai dacă nu are altă alternativă.
- se încep compresiile toracice după cum urmează:
 - a. se îngenunchează lângă victimă;
 - b. salvatorul plasează podul unei palme pe centrul toracelui victimei;
 - c. podul palmei celeilalte mâini se plasează peste cea aflată pe torace;
 - d. se întrepătrund degetele mâinilor evitându-se compresia pe coastele victimei. Nu se îndoiesc coatele. Nu se vor face compresii la nivelul abdomenului superior sau la nivelul apendicelui xifoid.;
 - e. salvatorul se va poziționa vertical deasupra toracelui victimei și va efectua comprimarea sternului cu cel puțin 5 cm (fără a depăși însă 6 cm);
 - f. după fiecare compresie îndepărtați presiunea exercitată pe torace fără a pierde contactul între mâini sau între palmă și stern; repetați compresiile cu o frecvență de cel puțin 100 pe min (fără a depăși 120 pe min);
 - g. compresiile și decompresiile trebuie să fie egale ca intervale de timp.

7. *Combinarea compresiilor toracice cu ventilațiile.*

- după 30 de compresii se deschide calea aeriană folosind hiperextensia capului și ridicarea mandibulei;
- se pensează părțile moi ale nasului folosind policele și indexul mâinii de pe frunte;
- se deschide cavitatea bucală a victimei menținând însă bărbia ridicată;
- salvatorul inspiră normal și pune buzele în jurul gurii victimei asigurând o bună etanșeitate;
- salvatorul expiră constant în gura victimei preț de 1 secundă, ca într-o respirație normală, urmărind ridicarea peretelui anterior al toracelui;
- se menține capul în hiperextensie și bărbia ridicată, se îndepărtează gura de gura victimei și se urmărește revenirea toracelui la poziția inițială ca într-un expir normal;
- se inspiră normal și se repetă ventilația pentru a obține două ventilații eficiente. Cele două ventilații trebuie să fie efectuate în mai puțin de 5 secunde. Apoi, fără întârziere, se repoziționează corect mâinile pe sternul pacientului și se efectuează încă 30 de compresii toracice;
- se continuă efectuarea compresiilor toracice și a ventilațiilor într-un raport de 30:2;
- întreruperea manevrelor pentru reevaluarea victimei este indicată doar dacă aceasta dă semne de trezire: se mișcă, deschide ochii sau respiră normal, altfel nu întrerupeți resuscitarea.
- Dacă primele ventilații nu produc ridicarea peretelui toracic, atunci, înaintea următoarei încercări:
 - a. se privește în gura victimei și se îndepărtează orice obstrucție;
 - b. se verifică extensia capului și ridicarea mandibulei;
 - c. oricum nu sunt recomandate mai mult de două încercări de a ventila înaintea reluării compresiilor.
- Dacă sunt prezenți mai mult de un salvator, celălalt ar trebui să preia resuscitarea la fiecare 2 minute pentru a evita apariția obo-

selii. Asigurați-vă că întreruperea compresiilor este minimă în timpul schimbului salvatorilor.

8. *Resuscitarea doar cu compresii toracice* se poate efectua după cum urmează:

- dacă salvatorul nu este instruit sau nu dorește să administreze ventilații gură-la-gură, atunci va efectua doar compresii toracice;
- în acest caz, compresiile toracice trebuie efectuate continuu, cu o frecvență de cel puțin 100 pe minut (dar nu mai mult de 120 pe minut).

9. *Resuscitarea se continua până când:*

- sosește ajutor calificat și preia resuscitarea;
- victima dă semne de viață: se mișcă, deschide ochii sau respiră normal;
- salvatorul este epuizat fizic.