

# #SaveLives

Ανακοπή και  
Πρώτες Βοήθειες  
σε ειδικές συνθήκες



## #SaveLives

Every second counts.  
Learn First Aid.

### Ανακοπή και πρώτες Βοήθειες σε ειδικές συνθήκες

Οι πρώτες βοήθειες είναι **σωτήριες παρεμβάσεις** που γίνονται με έναν **τυποποιημένο τρόπο**, ώστε με βάση την επιστήμη να βελτιώνουμε την έκβαση ενός περιστατικού, ανεξαρτήτως των συνθηκών κάτω από τις οποίες αυτό έλαβε χώρα. Συχνά ωστόσο, οι αρωγοί πρώτων βοηθειών έρχονται αντιμέτωποι με **πραγματικές καταστάσεις**, που διαφέρουν σε σημαντικό βαθμό από τις συνθήκες που συναντούν κατά την εκπαίδευσή τους στις πρώτες βοήθειες.

Ειδικά όταν αναφερόμαστε σε χώρους εργασίας, είναι πιθανό να επικρατούν ειδικές συνθήκες, όπως οι **περιορισμένοι χώροι**, που να κάνουν επιτακτική την προσαρμογή κάποιων βημάτων προς όφελος του ασθενούς. Ειδική ενότητα μάλιστα έχει αφιερωθεί στις **Κατευθυντήριες Οδηγίες του Ευρωπαϊκού Συμβουλίου Αναζωογόνησης**, με τον τίτλο **Καρδιακή Ανακοπή σε Ειδικές Συνθήκες**.

(Lott C, Truhlář A, Alfonzo A, Barelli A, González-Salvado V, Hinkelbein J, Nolan JP, Paal P, Perkins GD, Thies KC, Yeung J, Zideman DA, Soar J; ERC Special Circumstances Writing Group Collaborators. European Resuscitation Council Guidelines 2021: Cardiac arrest in special circumstances. Resuscitation. 2021 Apr;161:152-219. doi: 10.1016/j.resuscitation.2021.02.011. Epub 2021 Mar 24. Erratum in: Resuscitation. 2021 Oct;167:91-92. PMID: 33773826.)



## Καρδιακή Ανακοπή σε Πτήση

Μέχρι το τέλος του 2016, περίπου 3 δισεκατομμύρια άνθρωποι παγκοσμίως ταξίδεψαν με εμπορικές αερομεταφορές. Μεταξύ 1 στους 14.000 και 1 στους 50.000 επιβάτες θα αντιμετωπίσουν **οξεία ιατρικά προβλήματα/επείγοντα περιστατικά** κατά τη διάρκεια μιας πτήσης. Η καρδιακή ανακοπή αντιπροσωπεύει το **0,3%** όλων των επειγόντων περιστατικών κατά την πτήση.

1. Αναζητήστε άμεση **ιατρική βοήθεια**. Με τη βοήθεια του προσωπικού πτήσης, θα γίνει ανακοίνωση σε περίπτωση που υγειονομικός βρίσκεται στην πτήση.
2. Το θύμα πρέπει να μεταφερθεί μέσα σε λίγα δευτερόλεπτα σε περιοχή με επαρκή **χώρο δαπέδου**, ωστόσο αν αυτό δεν είναι εφικτό, ο αρωγός πρώτων βοηθειών πρέπει να γονατίσει στο χώρο των ποδιών, δηλαδή μπροστά από τα καθίσματα του αεροπλάνου και να πραγματοποιήσει θωρακικές συμπίεσεις εκεί.
3. Η **ΚΑΡΠΑ** από το επίπεδο της κεφαλής του θύματος (**overhead cpr**) είναι μια πιθανή επιλογή σε περιβάλλοντα με περιορισμένο χώρο.
4. Όλα τα αεροπλάνα διαθέτουν **Αυτόματο Εξωτερικό Απινιδιστή**. Ζητήστε να σας τον φέρουν και ιδανικά ο ένας βοηθός να συνεχίσει τις θωρακικές συμπίεσεις και ο δεύτερος να κάνει χρήση του Αυτόματου Εξωτερικού Απινιδιστή.
5. Η διαχείριση του αεραγωγού θα πρέπει να βασίζεται στο **διαθέσιμο εξοπλισμό** και τις **γνώσεις και δεξιότητες** του διασώστη.
6. Με βάση την πρόγνωση του θύματος, δηλαδή πόσο πιθανό ή απίθανο είναι το θύμα να ανανήψει, το πλήρωμα της πτήσης ίσως αποφασίσει **εκτροπή του πλάνου πτήσης**.

## Μαζικές καταστροφές

Ως μαζική καταστροφή χαρακτηρίζεται μια κατάσταση στην οποία μέσα σε μικρό χρονικό διάστημα προκύπτει **μεγάλος αριθμός θυμάτων** σχετικά με τις τρέχουσες δυνατότητες του συστήματος τόσο της προνοσοκομειακής όσο και της νοσοκομειακής φροντίδας αλλά και των άλλων υπηρεσιών παροχής βοήθειας και διάσωσης (Αστυνομία, Πυροσβεστική, Ένοπλες Δυνάμεις κ.λ.π.), οπότε απαιτείται η **επιστράτευση των εφεδρειών** μέρους ή του συνόλου των υπηρεσιών αυτών.

Συνήθεις αιτίες μαζικών καταστροφών σε καιρό ειρήνης είναι τα ατυχήματα σε **μέσα μαζικής μεταφοράς** (λεωφορεία, αεροσκάφη, τρένα, πλοία), **φυσικές καταστροφές** (σεισμοί, πλημμύρες, καύσωνες, φωτιές), **βιομηχανικά ατυχήματα** (τοξικές ουσίες, εκρήξεις), **τρομοκρατικές ενέργειες** ( φωτιά, εκρήξεις, μαζικές μολύνσεις).

Στην περίπτωση των μαζικών καταστροφών πρέπει πρώτα να αντιμετωπίζεται η πιο **απειλητική** για την ζωή του τραυματία κατάσταση και όχι την πιο εμφανής. Η απουσία διάγνωσης δεν πρέπει να αναβάλλει, αναστέλλει ή καθυστερεί την έναρξη της ενδεδειγμένης θεραπευτικής αντιμετώπισης και το λεπτομερές ιστορικό δεν είναι προϋπόθεση για να ξεκινήσει η άμεση εκτίμηση της κατάστασης του τραυματία.



**Γενικά αναφορά έχει το ABC, καθώς γνωρίζουμε ότι και οι μαζικές καταστροφές ακολουθούν την παρακάτω ιεράρχηση:**

**A.** Ο αεραγωγός που δεν επιτρέπει την είσοδο αέρα γιατί είναι μπλοκαρισμένος σε κάποιο σημείο, σκοτώνει πιο γρήγορα (**Airway**).

**B.** από την απώλεια της ικανότητας να αναπνέει κάποιος (**Breathing**).

**C.** και αυτή με την σειρά της σκοτώνει πιο γρήγορα από την απώλεια αίματος (**Circulation**).

1. Εντοπίστε τους κινδύνους και ζητήστε αμέσως βοήθεια.
2. Χρησιμοποιήστε επαρκή εξοπλισμό ατομικής προστασίας (ΜΑΠ), όπως αλεξίσφαιρο ή ανακλαστικό γιλέκο αν διαθέσιμο, αναπνευστήρα ή μάσκα, προστασία ματιών και προσώπου, γάντια, ποδιά) ανάλογα με τους συγκεκριμένους κινδύνους στη σκηνή.
3. Μειώστε τους δευτερεύοντες κινδύνους και αποτρέψτε την επιδείνωση της κατάστασης θυμάτων.
4. Χρησιμοποιήστε το σύστημα διαλογής που θα σας δοθεί από την ομάδα διάσωσης, ώστε να δώσετε προτεραιότητα στα περιστατικά όπως προβλέπεται.
5. Σε θύματα ύψιστης προτεραιότητας, κάντε σωτήριες παρεμβάσεις που θα προλάβουν την ανακοπή.

**Ακολουθήστε πιστά τις οδηγίες που θα σας δοθούν από την ομάδα διάσωσης και μην προβείτε σε ενέργειες που μπορεί να παρεμποδίσουν το έργο της.**



## Παχύσαρκο Θύμα

Η παροχή αποτελεσματικής **ΚΑΡΠΑ** σε παχύσαρκους ασθενείς μπορεί να αποτελεί πρόκληση, λόγω πολλών παραγόντων:

- πρόσβαση και μεταφορά ασθενών
- αγγειακή πρόσβαση
- διαχείριση των αεραγωγών
- ποιότητα των θωρακικών συμπίεσεων
- αποτελεσματικότητα των αγγειοδραστικών φαρμάκων
- αποτελεσματικότητα της απινίδωσης

1. Παρέχετε θωρακικές συμπίεσεις με βάθος έως 6 εκατοστά.
2. Οι παχύσαρκοι ασθενείς που βρίσκονται τη στιγμή της ανακοπής σε κρεβάτι δεν χρειάζεται απαραίτητα να μετακινηθούν, καθώς η μετακίνηση αυτή θα είναι δύσκολη και ίσως καθυστερήσει τις πρώτες βοήθειες.
3. Αν υπάρχουν επιπλέον αρωγοί πρώτων βοηθειών, συστήνεται να εναλλάσσονται συχνά για την πρόληψη κόπωσης.
4. Ο αερισμός με μάσκα και ασκό θα πρέπει να ελαχιστοποιείται και να εκτελείται από έμπειρο προσωπικό χρησιμοποιώντας τεχνική δύο ατόμων.

## Εγκυμοσύνη

Η καρδιακή ανακοπή που σχετίζεται με την εγκυμοσύνη είναι **σπάνια** στις χώρες με υψηλό εισόδημα του γενικού πληθυσμού. Η καρδιακή ανακοπή κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης αναφέρεται σε 1:12000 τοκετούς στις Ηνωμένες Πολιτείες. Στις πρώτες βοήθειες στην έγκυο δίνεται έμφαση και στο νεογνό, μάλιστα η επιβίωσή του συνήθως εξαρτάται από την επιβίωση της εγκυμονούσας μητέρας. **Επιτυχής αναζωογόνηση** σε προχωρημένη εγκυμοσύνη είναι δύσκολη επειδή η μήτρα των εγκύων γυναικών λειτουργεί σαν μια ζώνη κοιλίας προκαλώντας αύξηση στην ενδοθωρακική πίεση, μείωση στην φλεβική επιστροφή και παρακώλυση στην προς τα εμπρός ροή του αίματος στην κοιλιακή αορτή, ειδικά όταν η γυναίκα βρίσκεται σε ύπτια θέση.

1. Τοποθετήστε την ασθενή στην αριστερή πλάγια θέση για την αποσυμπύεση της άνω και κάτω κοίλης φλέβας.
2. Απαλά μετατοπίστε τη μήτρα με χειροκίνητες διαδικασίες προς τα αριστερά για απελευθέρωση της πίεσης που ασκείται.

**Οι θωρακικές συμπίεσεις στην αριστερή πλάγια θέση είναι εφικτές και πρέπει να γίνονται.**



# #SaveLives



Every second counts.  
Learn First Aid.



#### Athens Offices

51 Samou St. & Fragkokklisias St.  
151 25 Maroussi, Athens, Greece  
T: +30 210 940 5866  
E: [info@gepgroup.gr](mailto:info@gepgroup.gr)

#### Thessaloniki Offices

115 Akadimou St.  
562 24 Evosmos, Thessaloniki, Greece  
T: +30 2310 686 070  
E: [thessaloniki@gepgroup.gr](mailto:thessaloniki@gepgroup.gr)



[gepgroup.gr](http://gepgroup.gr)