

#SaveLives



Αυτόματος Εξωτερικός
Απινιδιστής
και Πρώτες Βοήθειες



#SaveLives

Every second counts.
Learn First Aid.

Αυτόματος Εξωτερικός Απινιδιστής και Πρώτες Βοήθειες

Απινίδωση στη Καρδιακή Ανακοπή

Η **αιφνίδια καρδιακή ανακοπή** είναι ένα σημαντικό πρόβλημα δημόσιας υγείας, που μπορεί να συμβεί στον οποιονδήποτε. Στην εργασιακή αλλά και ευρύτερη κοινότητα είναι εξαιρετικά σημαντικό ο πληθυσμός να είναι προετοιμασμένος να ανταποκριθεί σε επίπεδο αναγνώρισης αλλά και αντιμετώπισης με τις πρώτες βοήθειες.

Η ύπαρξη ενός προσβάσιμου **Αυτόματου Εξωτερικού Απινιδιστή (ΑΕΑ)** που χρησιμοποιείται για τη γρήγορη παροχή ρεύματος που σώζει ζωές αποτελεί συχνά τη διαφορά μεταξύ ζωής και θανάτου.



Γιατί χρειαζόμαστε Αυτόματους Εξωτερικούς Απινιδιστές

Όταν ένα θύμα υποστεί ξαφνική καρδιακή ανακοπή κάθε λεπτό μετράει. Για κάθε λεπτό που ένα θύμα βρίσκεται χωρίς απινίδωση, οι πιθανότητες επιβίωσης μειώνονται κατά τουλάχιστον 10%. Ωστόσο, η **εγκατάσταση ΑΕΑ** στην κοινότητα μπορεί να επιτρέψει σε εκπαιδευμένους και μη αρωγούς πρώτων βοηθειών να προσφέρουν τη δυνητικά σωτήρια θεραπεία της απινίδωσης γρήγορα και αποτελεσματικά. Το σημαντικό είναι ότι ο ΑΕΑ θα δώσει **οπτικές και ηχητικές οδηγίες** για να καθοδηγήσει τη διαδικασία, ενώ καταγράφει σε εσωτερική μνήμη τις ενέργειές της κατά τη χρήση της, λειτουργώντας ως το «μαύρο κουτί» του αεροπλάνου.

Οι περισσότεροι ΑΕΑ έχουν σχεδιαστεί για χρήση από **μη ιατρικό προσωπικό** όπως εργαζόμενοι, αστυνομικοί, αεροσυνοδοί, προσωπικό ασφαλείας και άλλοι αρωγοί πρώτων βοηθειών. Η ύπαρξη περισσότερων ατόμων στην κοινότητα, που μέσω της εκπαίδευσης θα μπορούν να ανταποκριθούν σε μια επείγουσα ιατρική κατάσταση παρέχοντας απινίδωση, θα αυξήσει σημαντικά τα ποσοστά επιβίωσης από αιφνίδια καρδιακή ανακοπή.



Εικόνα 1. Το διεθνές σήμα του ΑΕΑ



Πώς λειτουργεί ο Αυτόματος Εξωτερικός Απινιδιστής

Ο **Αυτόματος Εξωτερικός Απινιδιστής (ΑΕΑ)** είναι μια μικρή, ελαφριά, αξιόπιστη συσκευή που χρησιμοποιείται για τη χορήγηση απινίδωσης, δηλαδή ηλεκτρικού ρεύματος, στην καρδιά, μέσω του θωρακικού τοιχώματος, στοχεύοντας στην επαναφορά καρδιακού ρυθμού συμβατού με τη ζωή. Είναι συσκευή που ανιχνεύει αυτόματα τον καρδιακό ρυθμό και έχει την ικανότητα, βάσει προγραμματισμού, να καθορίσει αν απαιτείται απινιδισμός, χωρίς παρέμβαση από τον χειριστή. Ο χρήστης που δεν είναι επαγγελματίας υγείας δε χρειάζεται ιδιαίτερες γνώσεις, παρά μόνον την εκπαίδευση στη **Βασική Καρδιοαναπνευστική Αναζωογόνηση** και στη **χρήση ΑΕΑ**, η οποία παρέχεται μέσω της **GEP**, με το **πιστοποιημένο σεμινάριο από το Ευρωπαϊκό Συμβούλιο Αναζωογόνησης**. Σε κάθε περίπτωση, όπως αναφέρεται στη Εγκύκλιο Υ4α/οικ/2007 (ΦΕΚ /-- 22.8.2007) Κανόνες Χρήσης Αυτόματου Εξωτερικού Απινιδιστή ή Απινιδιστή σε Δημόσιους Χώρους, οποιοδήποτε άτομο που προσφέρει άμεση βοήθεια σε ένδειξη καλής θέλησης στο θύμα με καρδιακή ανακοπή, με ή χωρίς τη χρήση **ΑΕΑ**, ακόμη και αν δεν έχει εκπαιδευτεί κατάλληλα, δεν θεωρείται ένοχο.

Στο εσωτερικό της συσκευής του **ΑΕΑ** υπάρχει ένας μικροεπεξεργαστής που μέσω των αυτοκόλλητων ηλεκτροδίων πραγματοποιεί ανάλυση ρυθμού του θύματος και αναγνωρίζει τους απινιδώσιμους από τους μη απινιδώσιμους ρυθμούς. Εάν αναγνωρίσει **κοιλιακή μαρμαρυγή ή άσφυγμη κοιλιακή ταχυκαρδία**, που και οι δυο είναι απινιδώσιμοι ρυθμοί, μπορεί να χορηγήσει ηλεκτρική εκκένωση είτε αυτόματα είτε μετά από εντολή από τον χειριστή. Το ηλεκτρικό ρεύμα διοχετεύεται μέσω του θωρακικού τοιχώματος του θύματος από τα αυτοκόλλητα ηλεκτρόδια. Εάν ο **ΑΕΑ** αναγνωρίσει **μη απινιδώσιμους ρυθμούς**, δηλαδή **ασυστολία** ή οποιαδήποτε οργανωμένη ηλεκτρική δραστηριότητα της καρδιάς, ο **ΑΕΑ** δεν πρόκειται να χορηγήσει απινίδωση.



Σχετικά με την **αναγκαιότητα εγκατάστασης ΑΕΑ**, υπολογίζεται ότι ποσοστό 16%-20% των ανακοπών συμβαίνει σε δημόσιους χώρους, όπου μάλιστα αφορά κυρίως σε νεαρά άτομα, χωρίς να προηγούνται προειδοποιητικά σημεία και εκδηλώνεται συνήθως με κοιλιακή μαρμαρυγή (>85%) που είναι **απινιδώσιμος ρυθμός**. Γνωρίζουμε ότι το ποσοστό επιβίωσης εξαρτάται άμεσα από τις δεξιότητες και την ετοιμότητα του παρευρισκομένου. Στην ανακοπή εκτός νοσοκομείου, εάν δεν χρησιμοποιηθεί απινιδιστής, η επιβίωση του θύματος χωρίς νευρολογική βλάβη μετά την έξοδο του από το νοσοκομείο είναι μικρότερη από 1%. Το πιο σύγχρονο ασθενοφόρο με τους πιο εκπαιδευμένους διασώστες και τα τελειότερα μέσα δεν μπορούν να προσφέρουν στον ίδιο χώρο την ποιοτική άμεση φροντίδα του εκπαιδευμένου παρευρισκόμενου πολίτη.

Η μείωση του χρόνου παρέμβασης είναι αναγκαία, δεδομένου ότι, με τον έγκαιρο απινιδισμό, αυξάνεται θεαματικά η επιβίωση του θύματος χωρίς νευρολογικές βλάβες. Κάθε λεπτό καθυστέρησης στην απινίδωση μειώνει την πιθανότητα επιβίωσης έως αποβολή κατά 10- 12%. Εάν γίνεται **ΚΑΡΠΑ** από αργό πρώτων βοηθειών, η μείωση της επιβίωσης είναι πιο σταδιακή, κατά μέσο όρο 3- 5% ανά λεπτό καθυστέρησης στην απινίδωση. Ωστόσο, μελέτες δείχνουν ότι εάν η απινίδωση δοθεί στα πρώτα 3-5 λεπτά μετά την κατάρρευση του θύματος, η πιθανότητα επιβίωσης φτάνει 50-70%.



Αυτόματοι Εξωτερικοί Απινιδιστές στην Κοινότητα

Χώροι εγκατάστασης ΑΕΑ μπορεί να είναι κάθε δημόσια υπηρεσία, κάθε ιδιωτική επιχείρηση και γενικά οργανισμοί όπου συχνάζει μεγάλος αριθμός προσώπων, όπως αεροδρόμια, λιμάνια, υπουργεία, δικαστήρια, σωφρονιστικά καταστήματα, κοινοβούλιο και λοιπές δημόσιες υπηρεσίες, αεροπλάνα, πλοία, αθλητικά κέντρα, ξενοδοχεία, σχολεία, εμπορικά κέντρα, σταθμοί λεωφορείων, σιδηροδρομικοί σταθμοί και οποιοσδήποτε άλλος χώρος, όπου η άμεση πρόσβαση ιατρικής βοήθειας και απαραίτητου συνοδού εξοπλισμού είναι δυσχερής ή αδύνατη.

Η εγκατάσταση ΑΕΑ είναι **υποχρεωτική** σε πολυσύχναστους χώρους, κάτι που καθορίζεται με βάση συγκεκριμένα κριτήρια χωροταξίας και πιθανότητας εμφάνισης επεισοδίου καρδιακής ανακοπής. Συγκεκριμένα, εκτιμώνται χώροι με τη μεγαλύτερη συχνότητα για ανακοπή (2 ανακοπές/έτος). Ενδεικτικά:

- Σε γήπεδα 1 ΑΕΑ / 15.000 θεατές
- Φυλακή 1 ΑΕΑ / όροφο
- Εμπορικό κέντρο 1 ΑΕΑ / όροφο
- Ξενοδοχείο 1 ΑΕΑ
- Αεροπλάνο 1 ΑΕΑ



Επιλέγονται χώροι όπου κυκλοφορούν περισσότερα από 250 άτομα, ηλικίας μεγαλύτερης των 60 ετών, επί περίπου 16 ώρες ημερησίως, καθώς και χώροι όπου συνέβησαν περισσότερα του ενός επεισόδια ανακοπής κατά τα τελευταία 2 χρόνια.

Η θέση εγκατάστασης του ΑΕΑ πρέπει να είναι προσβάσιμη και ορατή εμφανώς σε όλους. Η θέση του ΑΕΑ πρέπει να είναι δίπλα σε τηλέφωνο για την άμεση ενεργοποίηση του ΕΚΑΒ.



Μάθετε πώς να χρησιμοποιείτε τον Αυτόματο Εξωτερικό Απινιδιστή

Ο ΑΕΑ μπορεί να αναστρέψει την κοιλιακή μαρμαρυγή και την άσφυγμη κοιλιακή ταχυκαρδία και να αποκαταστήσει την καρδιακή λειτουργία, χορηγώντας ένα ελεγχόμενο ηλεκτρικό σοκ στην καρδιά. Παρότι υπάρχουν διάφοροι τύποι ΑΕΑ στην αγορά, όλοι έχουν τις **ίδιες αρχές λειτουργίας**. Ο ΑΕΑ λαμβάνει μέσω δυο αυτοκόλλητων επιθεμάτων το ηλεκτρικό σήμα που δημιουργείται από την καρδιά και το αναλύει. Εάν σύμφωνα με την ανάλυση του ΑΕΑ ενδείκνυται σοκ, αυτό χορηγείται στο θύμα μέσω των ίδιων επιθεμάτων. Η σωστή τοποθέτηση των επιθεμάτων ΑΕΑ είναι σημαντική για να εξασφαλίζεται η ακριβής ανάλυση ρυθμού και η ακόλουθη χορήγηση του σοκ. Στα **πιστοποιημένα σεμινάρια** οι εκπαιδευτές της **GEP** θα σας βοηθήσουν να εξοικειωθείτε με τη χρήση του ΑΕΑ.

Η «Αλυσίδα της Διάσωσης» είναι μια αλληλουχία από βήματα, με το κάθε ένα βήμα να επηρεάζει σημαντικά την επιβίωση:

1. Προλάβετε την ανακοπή: Αναγνωρίστε έγκαιρα και κάλεσε για βοήθεια

Όταν συμβεί η καρδιακή ανακοπή, η έγκαιρη αναγνώριση είναι κρίσιμη για να επιτρέψει την άμεση ενεργοποίηση της επείγουσας ιατρικής βοήθειας και τη γρήγορη έναρξη **καρδιοαναπνευστικής αναζωογόνησης (ΚΑΡΠΑ)** από τον πρώτο βοηθό. Η αναγνώριση της καρδιακής ανακοπής στηρίζεται στην έλλειψη αντίδρασης και στην έλλειψη κανονικής αναπνοής.

2. Κερδίστε χρόνο: Κάνετε έγκαιρα ΚΑΑ

Η γρήγορη έναρξη θωρακικών συμπίεσεων μπορεί να διπλασιάσει έως τετραπλασιάσει την επιβίωση του θύματος.

3. Ξεκινήστε μια καρδιά: Κάνετε έγκαιρη απινίδωση

Στις περισσότερες περιπτώσεις καρδιακής ανακοπής, η καρδιά σταματά να κτυπά αποτελεσματικά λόγω μιας ηλεκτρικής διαταραχής που ονομάζεται κοιλιακή μαρμαρυγή. Τότε, η μόνη αποτελεσματική θεραπεία είναι η απινίδωση, δηλαδή η χορήγηση ηλεκτρικού σοκ. Η εγκατάσταση των ΑΕΑ σε δημόσιους και ιδιωτικούς χώρους και η εκπαίδευση στις Πρώτες Βοήθειες που σώζουν ζωές κάνουν την απινίδωση εκτός νοσοκομείου εφικτή.

4. Αποκατάσταση ποιότητας ζωής: Εξειδικευμένο προσωπικό θα δώσει φροντίδα μετά την αναζωογόνηση

Μετά από επιτυχή αναζωογόνηση, οι διασώστες μπορούν να αυξήσουν τις πιθανότητες μιας καλής έκβασης, χρησιμοποιώντας εξειδικευμένες τεχνικές.



Εστιάζοντας στη χρήση του ΑΕΑ, αξίζει να αναφερθεί ότι σε θύμα που δεν αναπνέει η **κλήση στο ΕΚΑΒ** πρέπει να γίνει ταχύτατα. Το άτομο που καλεί πρέπει καθαρά να δηλώσει ότι υπάρχει ένα αναισθητό θύμα που δεν αναπνέει και ότι η καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση έχει ξεκινήσει. Πρέπει κάποιος να σταλεί για να βρει και να φέρει έναν ΑΕΑ εάν είναι διαθέσιμος, όσο παράλληλα επικοινωνεί με το ΕΚΑΒ. Εάν δεν υπάρχει βοηθός, δεν πρέπει να αφηθεί το θύμα, αμέσως μετά την κλήση στο ΕΚΑΒ ξεκινά η **καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση**.

Μόλις φτάσει ο ΑΕΑ

- **Άνοιξε τον ΑΕΑ ή ζήτη από το βοηθό να τον ανοίξει.**

Κάποιοι ΑΕΑ θα ενεργοποιηθούν αυτόματα όταν ανοίξεις το καπάκι. Σε άλλους χρειάζεται να πιέσεις το κουμπί “ON”.

- **Απομάκρυνε τα ρούχα από το στήθος του θύματος και σύνδεσε τα επιθέματα ηλεκτροδίων στο γυμνό στήθος του θύματος.**

Εάν είναι παρόντες περισσότεροι από ένας διασώστες, η καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση θα πρέπει να συνεχιστεί όσο τα επιθέματα ηλεκτροδίων τοποθετούνται στο στήθος. Η συσκευασία των επιθεμάτων του ΑΕΑ συχνά δείχνει τη σωστή θέση τοποθέτησής τους στο στήθος. Στις περισσότερες περιπτώσεις, η θέση φαίνεται στα ίδια τα επιθέματα του ΑΕΑ.



Εικόνα 2. Ενεργοποίηση του ΑΕΑ



- **Σύνδεσε τα επιθέματα**

Το ένα επίθεμα απινίδωσης πρέπει να τοποθετηθεί κάτω από την αριστερή μασχάλη. Το άλλο επίθεμα πρέπει να τοποθετηθεί κάτω από τη δεξιά κλείδα, δίπλα στο στήρνο.



Εικόνα 3. Σύνδεση το πρώτου επιθέματος κάτω από την αριστερή μασχάλη

Εικόνα 4. Σύνδεση του δεύτερου επιθέματος κάτω από τη δεξιά κλείδα



- Όλοι μακριά κατά την ανάλυση

Βεβαιώσου ότι κανείς δεν αγγίζει το θύμα όσο ο ΑΕΑ κάνει την ανάλυση καρδιακού ρυθμού.



Εικόνα 4. Ανάλυση ρυθμού

- Εάν υποδεικνύεται απινίδωση, δώσε σοκ

Η ακολουθία είναι η εξής:

1. Βεβαιώσου ότι κανείς δεν αγγίζει το θύμα
2. Πίεσε το κουμπί του σοκ σύμφωνα με τις οδηγίες που σου δίνει ο ΑΕΑ

Εικόνα 5. Απινίδωση με ασφάλεια



#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

Thessaloniki Offices
115 Akadimou St.
562 24 Evosmos, Thessaloniki, Greece
T: +30 2310 686 070
E: thessaloniki@gepgroup.gr

