

KA RĪKOTIES PĀRDOZĒŠANA OPIOIDI

Pārdozēšana ir stāvoklis, kad narkotiskās vielas lietošanas rezultātā cilvēkam rodas samanās, kustību, elpošanas un sirdsdarbības traucējumi, kurus var pamanīt apkārtējie.



Slimību profilakses un kontroles centrs

Sagatavots sadarbībā ar ārstu – anesteziologu Robertu Stašinski

KĀ ATPAZĪT PĀRDOZĒŠANU?



Grūtības pamodināt un nereagēšana –

cilvēks var būt nomodā, bet nespēj runāt vai var nereaģēt uz uzrunu un fiziskiem mēģinājumiem viņu pamodināt.



Ļoti šauras acu zīlites, arī tumsā (punktveida, nereagē uz gaismas maiņu)



Reta elpošana –

cilvēkam var būt lēna, sekla elpošana, gārdzoša elpošana vai tikko nosakāma elpošana.



Ādas krāsas izmaiņas –

āda kļūst pelēcīga, pelnu krāsā vai pat zilgani purpursarkanā krāsā. Var būt zilgani pirkstu gali un lūpas.

KĀ RĪKOTIES PĀRDOZĒŠANAS GADĪJUMĀ?

1. Neatstāj cietušo vienu, Tava palīdzība var izglābt cilvēka dzīvību!

2. Novērtē apkārtējās vides un savu drošību – vai blakus cietušajam nav zemē nokritusi adata, ar asinīm piesūcies apģērbs, cits apdraudējums palīdzības sniedzējam.

3. Sniedzot palīdzību, lieto individuālos aizsarglīdzekļus (elpināšanas maska, cimdi asiņainu brūču gadījumā).



4. Pārbaudi cietušā samānu – skaļi uzrunā un pēc tam saudzīgi papurini.



5. Ja cietušais nereagē, novieto uz muguras un pārbaudi, vai cietušais elpo. Atliec galvu un izcel apakšzokli.

**Novērtē elpošanu 10 sekundes.
REDZI, DZIRDI, JŪTI.**



6. Nekavējoties zvani 113 (Neatliekamā medicīniskā palīdzība (NMP)). Nodod informāciju dispečeram, atbildot uz jautājumiem **“Kur? Kas? Cik?”.** Saki, ka cilvēks ir zaudējis samānu un elpo/neelpo. Seko NMP dispečera instrukcijām, nepārtrauc sarunu pirmais. Nebaidies izsaukt NMP – ārsti neziņos policijai.

RĪCĪBA, JA CIETUŠAIS NEELPO:



1. liec kādam atnest automātisko ārējo defibrilatoru, ja tas ir pieejams;
2. atbrivo krūškurvi no drēbēm;



3. uzsāc netiešo sirds masāžu – 30 sirds masāžas ar ātrumu 100-120 reizes minūtē un 5-6 cm dziļumā (vienas rokas plaukstas pamatni novieto krūškurvja vidū, otru plaukstu novieto uz tās, ieāķējot pirkstus starp apakšējās rokas pirkstiem);



4. veic divas elpināšanas, ja tev ir pieejama elpināšanas maska ar vienvirziena vārstu. Ja nav, tad turpini sirds masāžu bez pauzēm;

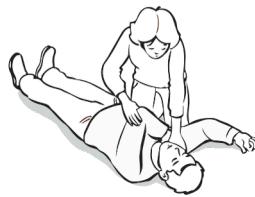


5. turpini sirds masāžu un elpināšanu attiecībā **30:2**;
6. turpini, kamēr ierodas NMP brigāde, vai cietušais pamostas un sāk normāli elpot, vai tavi spēki izsīkst.

JA CIETUŠAIS ELPO VAI ELPOŠANA ATJAUNOJAS, NOLIEC CIETUŠO STABILAJĀ SĀNU POZĀ:



1. iztaisno abas cietušā kājas, ja tas nepieciešams;
2. novieto sev tuvāko cietušā rokas augšdelmu taisnā leņķi pret cietušā ķermenī, šī roka elkonī saliekta taisnā leņķī un plauksta vērsta uz augšu;
3. cietušā tālākās rokas plaukstas virspusi pieliec pie sev tuvākā



- cietušā vaiga un turi to piespiestu (plauksta pret plaukstu);
4. ar otru roku satver cietušā tālāko kāju pie ceļgala no augšas un velc to tā, lai kāja saliekto ceļgalā, cik iespējams, bet pēdū neatraujot no zemes;
5. turot cietušā plaukstu piespiestu vaigam, spied cietušā tālāko ceļgalu



- uz savu pusī, līdz cietušais pagriezts uz sānu;
6. atliec cietušā galvu atpakaļ, atbrīvojot elpcelus un, ja nepieciešams, koriģē zem vaiga esošās rokas un galvas stāvokli tā, lai apakšējais mutes kaktiņš būtu zemākais elpcelu punkts;



7. sakārto cietušā virspusē esošo kāju tā, lai gūzas un ceļa locītavas būtu saliektais taisnā leņķī;
8. pārbaudi cietušā elpošanu, noliecoties pie cietušā sejas un vērojot krūškurvi (dzirdot un redzot).

Nepamet cietušo un sagaidi NMP brigādi.