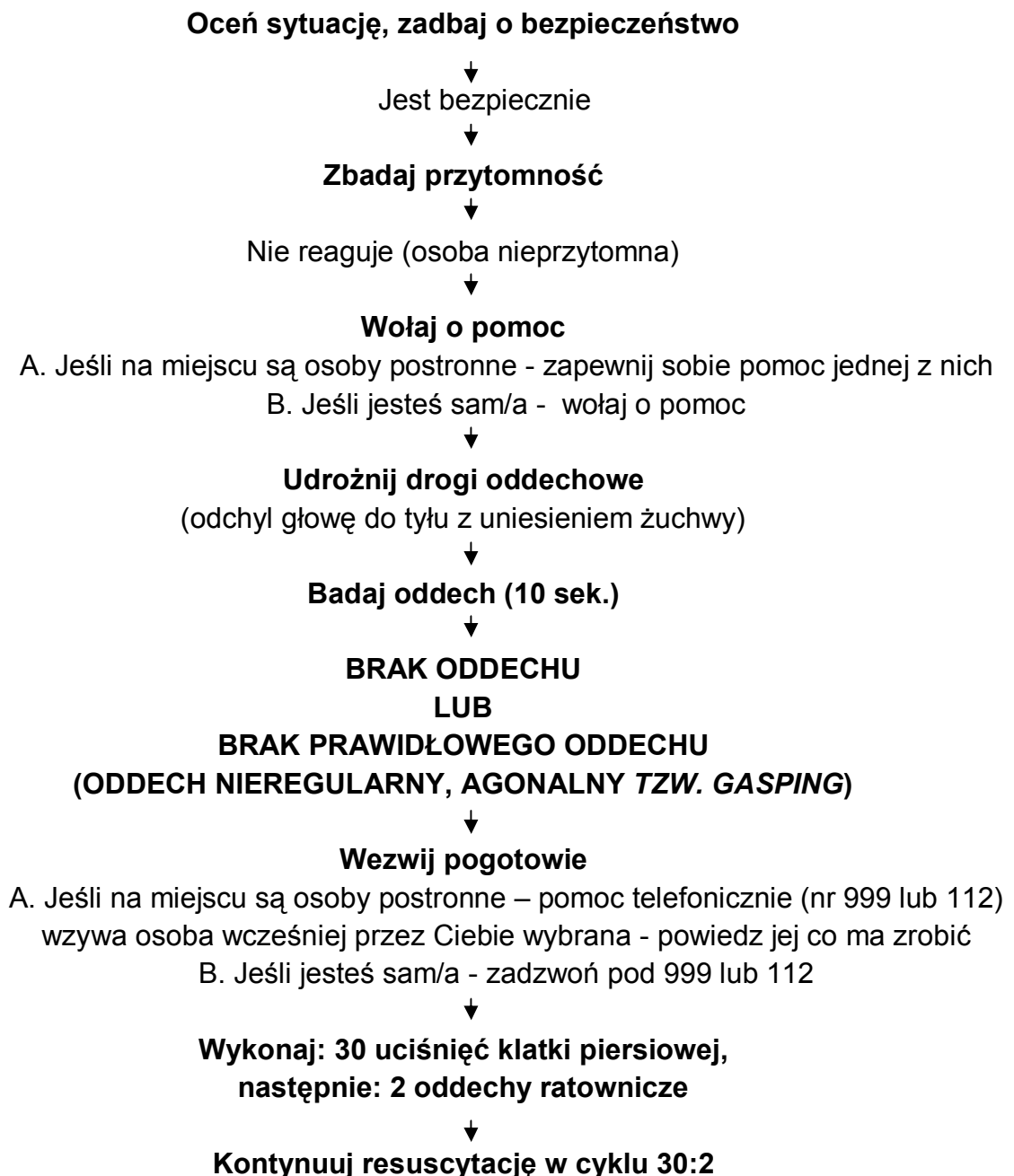


## RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO-ODDECHOWA

### ALGORYTM RKO U DOROSŁYCH

*Wariant A: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne*

*Wariant B: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych*



RKO wykonuj nieprzerwanie do:

- Przyjazdu pogotowia
- Wyczerpania sił własnych
- Powrotu samoistnego oddechu (jeśli oddech powróci - sprawdź, czy poszkodowany posiada obrażenia; jeśli nie ma obrażeń – ułóż go w pozycji bezpiecznej i chroń przed utratą ciepła)
- Momentu wystąpienia nagłego, nieprzewidzianego zagrożenia, które wcześniej nie występowało

W przypadku resuscytacji kobiety w zaawansowanej ciąży:

- Podłóż pod jej prawe biodro klin (kurtka, plecak, bluza itp.)
- W celu wykonania ucisków klatki piersiowej - ręce ułóż na mostku nieco wyżej niż w przypadku typowej resuscytacji (uwaga na brzuch!)

Uciski wykonuj:

- Gdy poszkodowany leży na twardym podłożu
- Na środku klatki piersiowej poszkodowanego
- Ciężarem ciała przenoszonym na wyprostowane i zablokowane w łokciach ręce (palce odgięte ku górze, nie dotykają klatki piersiowej)
- Rękami ustawionymi pionowo nad mostkiem
- Bez odrywania rąk od mostka (miejsca ucisku)
- Miarowo – czas ucisku równy relaksacji
- Na głębokość 5-6 cm
- Z częstotliwością 100-120/min.
- Jeżeli dojdzie do złamania żeber - popraw ułożenie rąk i kontynuuj resuscytację

Sztuczne oddechy wykonuj:

- Na udrożnionych drogach oddechowych (głowa odchylona do tyłu, żuchwa uniesiona)
- Szczelnie zaciskając nos i szczelnie obejmując swoimi ustami usta poszkodowanego
- Wdmuchując powietrze do momentu uniesienia się klatki piersiowej poszkodowanego (nie wolno wdmuchiwać powietrza szybko i gwałtownie!)
- Wdmuchując powietrze jednostajnie, wdech powinien trwać około 1 sekundę
- Jeżeli pierwszy wdech ratowniczy nie spowoduje uniesienia klatki piersiowej przed podjęciem kolejnej próby wdechu:
  - Sprawdź jamę ustną, usuń ciała obce
  - Popraw odchylenie głowy od tyłu i uniesienie żuchwy
  - Nie podejmuj więcej niż 2 prób wentylacji przed każdorazowym podjęciem uciskania klatki piersiowej
- Jeżeli z różnych względów nie możesz, nie chcesz wykonywać sztucznego oddychania – prowadź resuscytację jedynie poprzez ciągłe uciskanie klatki piersiowej

Jeżeli resuscytujesz:

- Topielca, wisielca, dzieci i niemowlęta, RKO rozpocznij od 5 początkowych wdechów
- Osobę po zabiegu laryngektomii (usunięcia krtani) – sztuczne oddychanie wykonuj metodą „usta-tracheostomia” poprzez wdmuchiwanie powietrza przez otwór w szyi lub przez rurkę, jednocześnie dłonią zasłaniając szczelnie nos i usta poszkodowanego (szczegóły tej czynności można znaleźć na karcie ratunkowo-identyfikacyjnej znajdującej się na szyi poszkodowanego)

**Śmierć kliniczna i biologiczna**

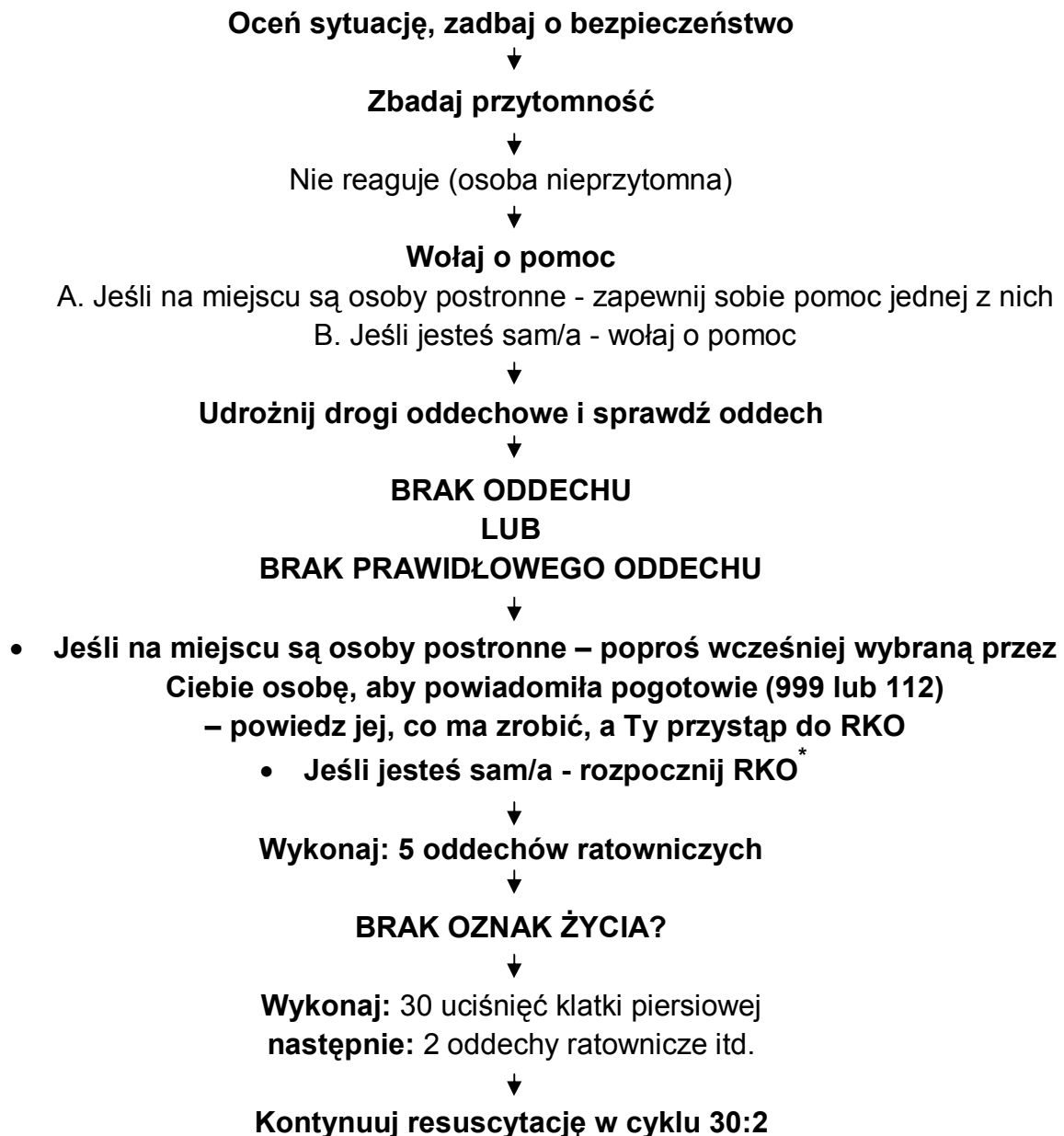
Śmierć kliniczna – stan, w którym dochodzi do utraty przytomności, zatrzymania oddechu i krążenia. Może być to stan odwracalny jeśli nie doszło do trwałych zmian w mózgu. Jeżeli w ciągu ok. 4 min. od zatrzymania krążenia wykonamy RKO, to człowiek w stanie śmierci klinicznej ma szansę na powrót do życia.

Śmierć biologiczna następuje jeżeli RKO nie została podjęta lub nie odniosła skutku. Jest to stan nieodwracalny. Rozpoznajemy ją na podstawie zmian pośmiertnych (znamiona śmierci): oziębienie ciała (1°C w ciągu godziny), plamy opadowe, zmętnienie rogówki, stężenie pośmiertne.

## ALGORYTM RKO U DZIECI I NIEMOWŁĄT

*Wariant A: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne*

*Wariant B: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych*



### **Uwaga na moment wezwania pogotowia, gdy jesteś sam/a!**

- \* Jeśli na miejscu zdarzenia jesteś sam/a - znalazłeś/aś dziecko/niemowlę, nie wiesz w jakich okolicznościach doszło do bezdechu - rozpocznij resuscytację, po 1 min. RKO zadzwoń na 112 lub 999, potem kontynuuj RKO
- **Wyjątek** stanowi sytuacja, kiedy dziecko nagle straciło przytomność w Twojej obecności i nie oddycha prawidłowo (przypuszczalnie nagle zatrzymanie krążenia), wówczas będąc na miejscu sam/a najpierw powiadom pogotowie, a następnie przystąp do RKO

## PODSTAWOWE ZABIEGI RESUSCYTACYJNE (BLS) W POSZCZEGÓLNYCH GRUPACH WIEKOWYCH – PODSUMOWANIE

| Grupa wiekowa                                                  | Ucisk klatki piersiowej                                                                                                                                                        | Sztuczne oddychanie       | Cykl RKO                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DOROŚLI</b><br>(od okresu dojrzewania)                      | 2 rękami<br>na środku klatki piersiowej<br><br>głębokość: 5-6 cm                                                                                                               | Usta-usta<br><br>Usta-nos | <b>(30:2)</b><br><b>30</b> uciśnień klatki piersiowej<br>+<br><b>2</b> oddechy ratownicze itd.                                                                 |
| <b>DZIECI</b><br>(powyżej 1. roku życia do okresu dojrzewania) | 1 ręką<br>(zalecany sposób)<br><br>na środku klatki piersiowej<br><br>głębokość:<br>1/3 wymiaru przednio-tylnego klatki piersiowej (ok. 5 cm)                                  | Usta-usta<br><br>Usta-nos | <b>(5+30:2)</b><br>5 początkowych oddechów ratowniczych,<br>a następnie cykl:<br><b>30</b> uciśnień klatki piersiowej<br>+<br><b>2</b> oddechy ratownicze itd. |
| <b>NIEMOWLĘTA</b><br>(do 1. roku życia)                        | 2 palcami lub 2 kciukami<br><br>na środku klatki piersiowej, czyli poniżej linii łączącej sutki<br><br>głębokość:<br>1/3 wymiaru przednio-tylnego klatki piersiowej (ok. 4 cm) | Usta - usta-nos           | <b>(5+30:2)</b><br>5 początkowych oddechów ratowniczych,<br>a następnie cykl:<br><b>30</b> uciśnień klatki piersiowej<br>+<br><b>2</b> oddechy ratownicze itd. |