

Περιεχόμενα

1. Εισαγωγή	11
1.1. Ορισμός	11
1.2. Πρώτες ενέργειες για την παροχή πρώτων βοηθειών	12
1.3. Παράλληλες ενέργειες και φροντίδες	16
1.4. Γενική κλινική αξιολόγηση του πάσχοντα	18
2. Κακώσεις	19
2.1. Εισαγωγή στις κακώσεις	19
2.2. Κακώσεις από μηχανικά αίτια	19
2.2.1. Εκδορά /	19
2.2.2. Θλάση /	20
2.2.3. Τραύματα /	21
2.3. Αιμορραγία	23
2.3.1. Κλινική εικόνα /	24
2.3.2. Πρώτες βοήθειες /	24
2.3.3. Αιμορραγίες από διάφορα όργανα /	26
2.4. Κατάγματα	28
2.4.1. Πρώτες βοήθειες /	30
2.4.2. Τροχαίες κακώσεις /	33
2.4.3. Δαρμός /	34
2.5. Έγκαυμα	34
2.5.1. Πρώτες βοήθειες στον φλεγόμενο άνθρωπο /	37
2.5.2. Πρώτες βοήθειες μικρών εγκαυμάτων /	38
2.5.3. Πρώτες βοήθειες μικρών εγκαυμάτων /	38
2.5.4. Πρώτες βοήθειες σε περίπτωση κατάποσης καυστικών ουσιών και εγκαυμάτων προσώπου /	39

2.6. Δαγκώματα	39
2.6.1. Δάγκωμα από θηλαστικά /	39
2.6.2. Δάγκωμα από φίδια /	40
2.6.3. Βλάβες από θαλάσσιους οργανισμούς και ψάρια /	42
2.6.4. Τσίμπημα από έντομα /	42
2.7. Ξένα σώματα	44
2.7.1. Ξένα σώματα στο δέρμα, παρασχίδες, αγκίστρια /	44
2.7.2. Ξένα σώματα στο μάτι /	44
2.7.3. Ξένα σώματα στη μύτη /	45
2.7.4. Ξένα σώματα στο αυτί /	45
2.7.5. Κατάποση ξένων σωμάτων /	45
2.8. Θερμοπληξία	45
2.8.1. Πρώτες βοήθειες /	46
2.9. Υποθερμία	47
2.9.1. Πρώτες βοήθειες /	47
2.10. Χείμετλα (Χιονίστρες)	48
2.10.1. Πρώτες βοήθειες /	48
2.11. Κρυοπαγήματα	48
2.11.1. Πρώτες βοήθειες /	49
2.12. Ηλίαση	49
2.12.1. Πρώτες βοήθειες /	50
2.13. Ηλεκτροπληξία	50
2.13.1. Πρώτες βοήθειες /	51
2.14. Κεραυνοπληξία	52
2.15. Βλάβες από ακτινοβολία	52
2.15.1. Πρώτες βοήθειες /	53
2.16. Σύνδρομο καταπλάκωσης	53
2.16.1. Πρώτες βοήθειες /	55
3. Καρδιοπνευμονική ανανζωογόνηση (ΚΑΡ.Π.Α.)	57
3.1. Εισαγωγή	57
3.2. Βασική υποστήριξη της ζωής	58
3.2.1. Βασική υποστήριξη της ζωής σε ενήλικα /	58
3.2.2. Βασική υποστήριξη της ζωής στα παιδιά /	64
3.2.3. Βασική υποστήριξη της ζωής στα βρέφη /	67
3.3. Πνιγμονή (απόφραξη ανώτερου αεραγωγού από ξένο σώμα)	71
3.3.1. Πρώτες βοήθειες σε ενήλικες /	71
3.3.2. Πρώτες βοήθειες σε παιδιά /	73
3.3.3. Πρώτες βοήθειες σε βρέφη /	74
3.4. Πνιγμός	76
3.4.1. Πρώτες βοήθειες σε πνιγμό /	76

4. Εκδηλώσεις παθολογικών καταστάσεων	79
4.1. Εισαγωγή	79
Α. Σφυγμός / 80	
Β. Αρτηριακή πίεση / 80	
Γ. Αναπνοή / 80	
Δ. Επίπεδο συνείδησης / 81	
Ε. Δευτερεύοντα σημεία προσδιορισμού των προβλημάτων του ασθενούς / 81	
4.2. Πόνος	82
4.3. Πυρετός	86
4.4. Διάρροια - Εμετός	87
4.5. Επείγουσες καταστάσεις από το αναπνευστικό σύστημα	88
4.6. Λιποθυμία	92
4.7. Shock ή κατέρειψη	93
4.8. Κώμα	94
4.9. Ο διαβητικός ασθενής	94
4.10. Εγκεφαλικό επεισόδιο	95
4.11. Σπασμοί - Επιληψία	97
4.12. Θωρακικό άλγος - Εκδηλώσεις της στεφανιαίας νόσου	100
4.13. Αιμορραγίες εσωτερικών οργάνων	103
Α. Αιμορραγίες από το πεπτικό σύστημα / 103	
Β. Αιμορραγίες από το κατώτερο αναπνευστικό σύστημα / 104	
Γ. Αιμορραγίες από τη ρήξη μεγάλων αγγείων / 105	
4.14. Επείγουσες επικίνδυνες καταστάσεις στη μαιευτική και γυναικολογία	105
4.15. Τοκετός	106
4.16. Αλλεργία - Αλλεργικό Shock	107
4.17. Διατήρηση της βατότητας των αεραγωγών	108
4.18. Ειδικές συνθήκες και χειρισμοί	109
4.19. Πρώτες βοήθειες σε ασθενή με ψυχιατρικό πρόβλημα	110
5. Επίδεσμοι - Επιδεσμολογία	111
5.1. Εισαγωγή	111
5.2. Επίδεσμοι και είδη τους	112
5.3. Επιδεσμολογία	115
5.3.1. Κύριες εφαρμογές στους τριγωνικούς επιδέσμους / 116	
5.3.2. Κύριες εφαρμογές των κυλινδρικών επιδέσμων / 121	
5.3.3. Κύριες εφαρμογές στους δικτυωτούς επιδέσμους / 129	
5.4. Βασικές αρχές επίδεσης	138
6. Νάρθηκες	141
6.1. Εισαγωγή	141
6.2. Νάρθηκες και εφαρμογή τους	142
6.2.1. Παραδείγματα εφαρμογής ναρθήκων, ειδικά για τους αυτοσχέδιους / 144	

7. Διακομιδή αρρώστου	149
7.1. Εισαγωγή	149
7.2. Μεταφορά με φορείο	149
7.2.1. Στρώσιμο φορείου /	152
7.2.2. Τοποθέτηση αρρώστου στο φορείο /	153
7.2.3. Μεταφορά αρρώστου με το φορείο /	154
7.2.4. Αυτοσχέδια φορεία /	157
7.3. Άλλοι τρόποι για την μεταφορά τραυματία	157
7.3.1. Μεταφορά με την πλάτη μας /	158
7.3.2. Μεταφορά με τα χέρια μας /	159
7.3.3. Μεταφορά με κοινό αυτοκίνητο /	160
8. Δηλητηριάσεις	161
8.1. Οξείες δηλητηριάσεις	161
8.2. Γενική κλινική εικόνα σε δηλητηρίαση	162
8.3. Γενικές πρώτες βοήθειες σε δηλητηριάσεις	162
8.3.1. Απομάκρυνση δηλητηρίου /	163
8.3.2. Εξουδετέρωση του δηλητηρίου /	165
9. Πρόχειρο φαρμακείο	169
9.1. Εισαγωγή	169
9.2. Περιεχόμενο φαρμακείου για πρώτες βοήθειες	169
10. Ο δίσκος των επειγόντων περιστατικών για επαγγελματίες υγείας	173
11. Προβληματισμοί	177
11.1. Η προσφορά πρώτων βοηθειών από μη επαγγελματίες υγείας	177
11.2. Πιθανά προβλήματα που μπορεί να απαιτήσουν πρώτες βοήθειες σε εργασθήρια επαγγελματιών υγείας	179
11.3. Βιοηθικοί προβληματισμοί κατά την παροχή των πρώτων βοηθειών	180
11.4. Αντιμετώπιση εισπνοής αερίων και καπνού	181
11.5. Δηλητηρίαση από αλκοόλ	181
11.6. Αντιμετώπιση ατόμων μετά από υπερβολική δόση ναρκωτικών ουσιών	184
Ελέγξτε τις γνώσεις σας	185
12. Προσάρτημα	187
12.1. Επισήμανση χώρων εργασίας	187
12.2. Πρόσθετα και χρωστικές τροφίμων	196
Βιβλιογραφία	201
Ευρετήριο	203
Ευρετήριο ξενόγλωσσων όρων	211