

PRIMERS AUXILIS

Tècniques immediates, limitades,
temporals i no professionals.



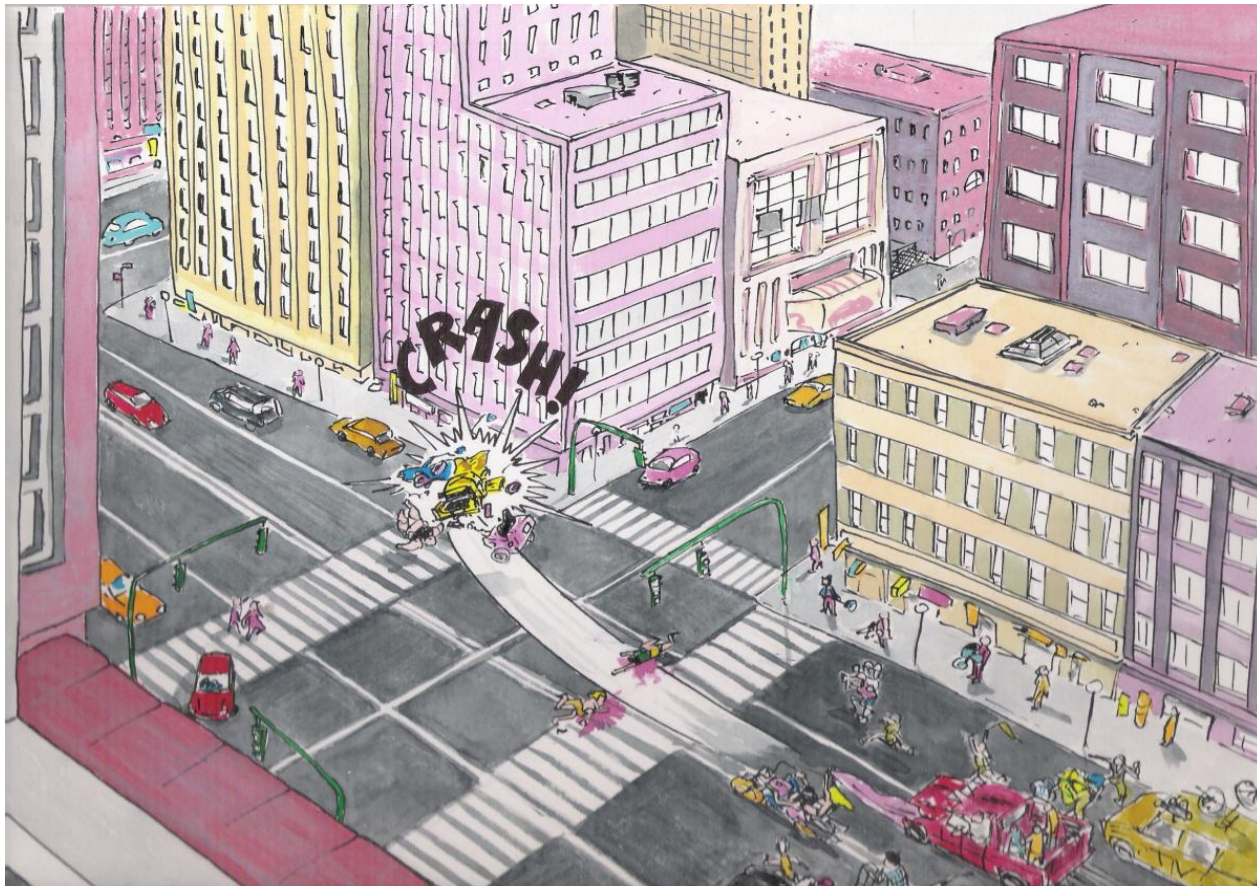
SIGNES VITALS

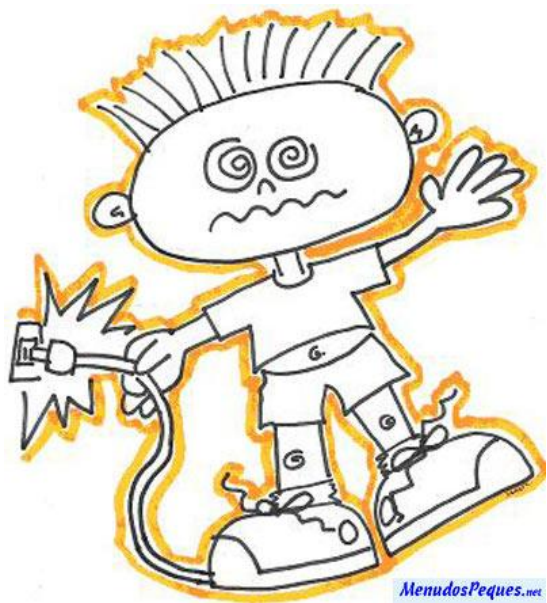
- **Consciència**
- **Respiració**
- **Pols**
- Temperatura
- Tensió Arterial
- Reflex Pupil·lar

P. A. S

- PROTEGER
 - AVISAR
- SOCÓRRER

PROTEGIR





AVISAR

- Com donar l'alerta?

- Crit de socors (Cridar algú)
- Enviant una persona a demanar ajuda
- Si esteu sols amb la víctima, desplaçar-vos al lloc més proper.

- Trucant el **112**

Després de
l'Exploració
Primària

112

- Identificar-vos
- Donar lloc exacte de l'accident
- Numero del qual truqueu
- Tipus de víctimes i gravetat

SOCORRER

1er. Comprovar les constants vitals

2. Actuar

Està conscient?



– SI?

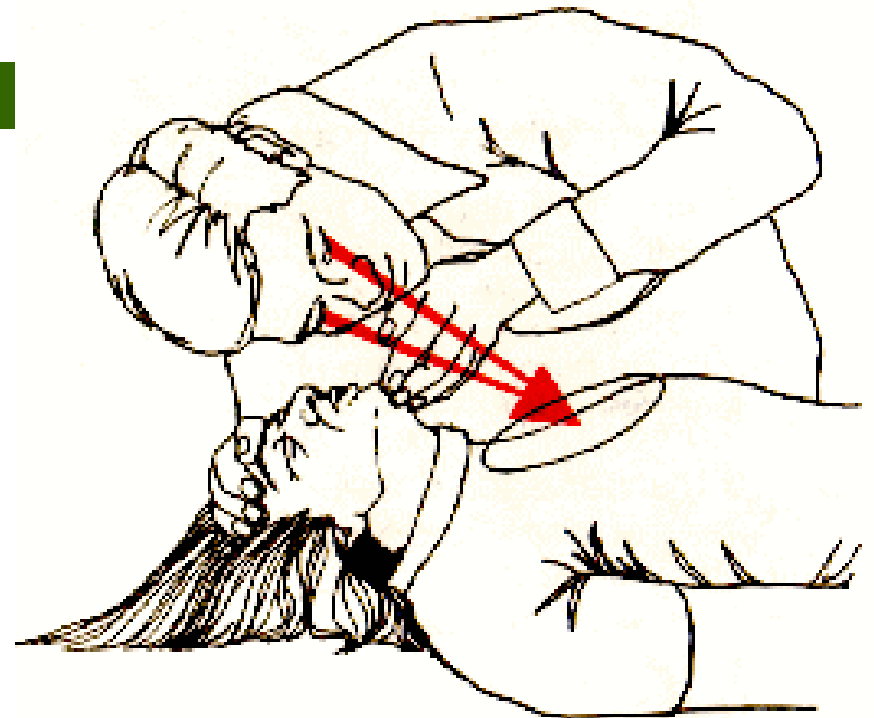
– NO?



Respira?

- Observar el tòrax
- Escoltar la respiració
- Senti l'alè

- Si?  No?
↓
Posició Lateral Seguretat



No Respira....

- **Opció 1: Obstrucció de les vies respiratòries**

Obrir la boca, intentar treure-l'hi.

Torna a Respirar?

SI? PLS



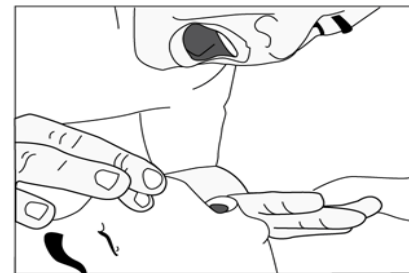
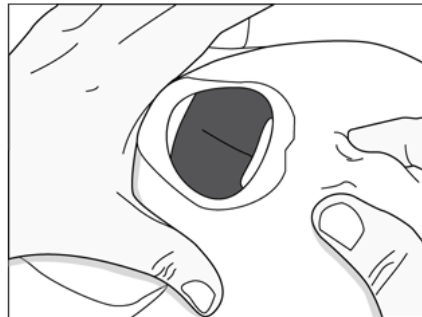
NO? RCP



No Respira

- Opció 2: Parada cariorespiratoria
(Reanimació Cardio Pulmonar)

C) Compresión



Pols

- Puls Carotid



Pulso Radial

Posició Lateral de Seguretat (PLS)

- És la posició d'espera per a persones inconsients no traumàtiques, que presenten respiració.
- En aquesta posició controlem el vòmit i evitem la caiguda de llengua cap endarrera.

SANG DEL NAS (Epistaxi)

- QUÈ S'HA DE FER?
 - Mantenir la calma
 - Natejar amb una gassa humida
 - Prémer suaument les aletes del nas
 - Inclinar el cap endavant

COP AL CAP

Lesió produïda per un traumatisme, sense trencament de la pell.

- QUÈ S'HA DE FER?

Aigua freda o gel (ni directe) pot reduir la inflor o els blaus.

- CAL ANAR AL METGE?

En cas de produir altres símptomes si.

FERIDES SAGNANTS/RESCADES

Petites lesions amb trencament de pell

- QUÈ S'HA DE FER?
 - Netejar la ferida (Atenció! No coto, no alcohol,...)
 - Pressionar la ferida amb una gasa.
- CAL ANAR AL METGE?

En cas de produir altres símptomes si.

ENNUEC

- QUÈ S'HA DE FER?

Animar a tossir

Colpejar l'esquena

Demandar ajuda (112)

TORÇADA DE TURMELL

- QUÈ S'HA DE FER?
 - Posar gel (no directe)
 - Immobilització
 - Aixecar la cama
- CAL ANAR AL METGE?
 - En cas de no poder recolzar el peu si, podria ser un esquinç o fractura.

FRACTURA

Trencament de l'os, que pot esquinçar teixits, músculs, venes i nervis.

- QUÈ S'HA DE FER?

- 112
- Immobilització zona afectada
- No moure la persona

- CAL ANAR AL METGE?

- Si

INSOLACIÓ

Temperatures extremes i excés de calor. Febre alta, mal de cap, nàusees, set, ...

- QUÈ S'HA DE FER?

- Abundant crema solar (after sun)
- Refrescar
- Hidratació

- CAL ANAR AL METGE?

Si apareixen altres símptomes si.

CREMADES

- QUÈ S'HA DE FER?
 - Actua rapidament posant aigua freda a la ferida.
 - No rebentar ampolles
 - No cremes
- CAL ANAR AL METGE?
 - Si la cremada ha quedat d'un color fosc, o han sortir varies ampolles.

DESMAI

- QUÈ S'HA DE FER?
 - No perdre la calma
 - Alça els peus de la víctima.
 - Refrescar la cara, clatell, fron,...
- CAL ANAR AL METGE?
 - Si el mareig persisteix, sí.

ACTIVITATS PROPOSADES

- CAS 1:

Resulta que estàs en una entrenament de bàsquet. De sobte et gires i veus el teu company al terra. No saps que ha passat. Com actuares?

ACTIVITATS PROPOSADES

- Cas 2:

Estas de camí cap a casa quan de sobte observes a una padrina estirada al mig del carrer. Com actuaries?

PAUTES PER CONTESTAR

- Com Protegir?
- Com Avisar?
- Com Socórrer?
- Comprovaries constants vitals? Quines? Tu decideixes el SI/NO.
- Quina lesió ha tingut?
- Segons la resposta que trïis, actua.