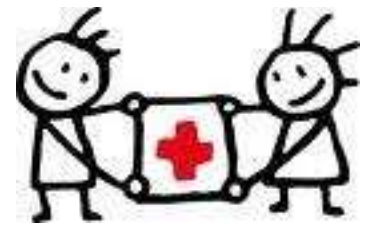


# PRIMERS AUXILIS



PAS - Protegir, avisar, socórrer

**Protegir:**

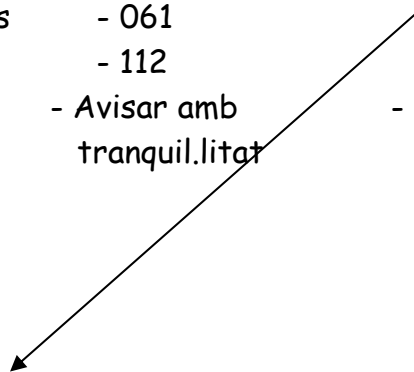
- No esposar-se a riscos potencials
- Mai fer més del què es pot
- Avaluar situació
- Asegurar zona
- Demanar ajuda

**Avisar:**

- 061
- 112
- Avisar amb tranquil.litat

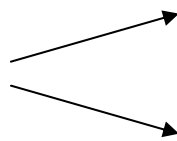
**Socórrer:**

- Exàmen ràpid
- No aglomeracions
- No mobilitzar el lesionat



## SIGNES VITALS I HEMORRÀGIES

**SIGNES VITALS**



**CONSCIÈNCIA** (Parla o no)  
Valoració de 10 segons. Espavilar-lo

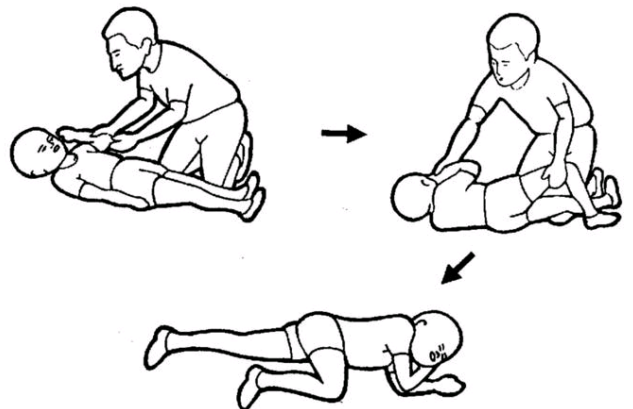
**RESPIRACIÓ**  
Valoració de 10 segons

**SI RESPIRA I ESTÀ CONSCIENT:**

Abrigar, acomodar i tranquil.litzar  
(Si sagna, abrigar)

**SI RESPIRA I ESTÀ INCONSCIENT:**

Posar en posició lateral de seguretat  
(cops al cap o a l'esquena, no mobilitzar)



## SI ESTÀ INCONSCIENT I NO RESPIRA

- Cridar SOS, demanar ajuda i trucar el 061
- Començar les 30 compressions toràciques i 2 ventilacions (30+2.....)

Les **compressions** es fan amb el taló de la mà al centre del tòrax tot fent 4 o 5 cm de profunditat a un ritme de 100 compressions per minut (al ritme, de la Macarena). Cada 5 cicles (30/2) fer una comprovació de la respiració.

Les **ventilacions** han de ser d'un segon ("buf"), si bufem massa l'aire pot anar a l'estòmac.

## HEMORRÀGIES

Les ferides s'han de rentar amb aigua i sabó per treure la possible brutícia. Els granets de sorra o punxes que restin després de netejar-la, no s'han de tocar. Davant d'una ferida, no posar iode ni pomades, ni cap medicament. Poden ser al·lèrgics.

Davant una HEMORRAGIA NASAL, cal presionar i taponar on s'acaba el tabic i comença el cartílag. El cap endavant, no enrera.

### TIPUS DE FERIDES:

- Lleu: Tapar-la amb una gassa humida d'aigua o suero fisiològic.
- Punxant: Taparla amb una gassa humida sense treure l'objecte punxant.
- Per arrancament: mantenir amb una gassa humida.

Les ferides cal mantenir-les humides (sense sabó només aigua o suero) fins arribar al servei sanitari.

Cal fer compressió a sobre de la ferida per aturar la hemorragia.

### EN CONCLUSIÓ, LA SEQÜÈNCIA DE SOS ÉS:

1. Aproximació segura
2. Comprovar resposta (respiració i consciència)
3. Cridar ajuda
4. Obrir via aèria
5. Trucar 112/061
6. 30 compressions toràciques .
7. 2 ventilacions



# ESQUELET

## TRAUMATISMES / CONTUSIONS / TORÇADES

LESIONS: *ESQUINÇOS/LUXACIONS/FRACTURES*

**ESQUINÇ:** Lligament de l'articulació

Possibilitat del lligament estirat (distensió), parcialment trencat o totalment trencat (guix)

Dolor, inflamació, impotència funcional

Actuació: Gel (pèsols), Repòs, Immobilitzar (elevant). No pomàdes.

**LUXACIÓ:** Separació de les superfícies articulars

Actuació: No reduir, immobilitzar, gel

**FRACTURA:**

Inflamació en un punt, dolor intens, limitació del moviment, zona vermella, ferida, rotació, gir

Actuació: Immobilitzar, no reduir, Gel, no begui ni mengi

**IMMOBILITZACIONS:**

Parts del cos descol.locades (esquena, cames, ..) = No tocar, ni reduir

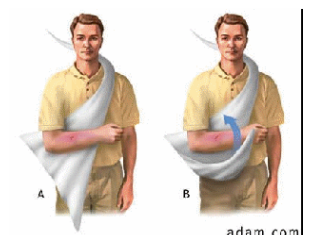
-Immobilització de dits:

l·ligar amb esparadrap i un regle o férula per evitar el moviment.

- Immobilitzar braços: amb un fular triangular (jersey en cas de no tenir-ne)

- Zona clavícula: la mà del costat afectat més a munt del pit

- La resta del braç: la mà del costat afectat a la panxa (Napoleó)



## ALTRES URGÈNCIES:

### OBSTRUCCIÓ DE LA VIA AÈRIA (per empassar-se un objecte o aliment)

L'actuació seri fer compressions interescapulars 5 vegades i, si no expulsa l'objecte, fer 5 compressions abdominals. Cal anar alternant les dues compressions fins que pugui respirar i expulsi l'objecte o aliment.

#### COMPRESSIONS INTERESCAPULARS

Col·locar-se darrera de la víctima, posar el taló de la mà al centre de la columna a l'alçada de l'escàpula.

#### COMPRESSIONS ABDOMINALS

Col·locar-se al darrera de la víctima i al voltant de la seva cintura posar la mà tancada al final de l'esternum i la mà esquerra l'apreta.



ADAM.

### Proves per identificar una **AMBÒLIA CEREBRAL**:

- Demanar que somrigui
- Treure la llengua
- Les seves mans han d'apretar les meves mans
- Repetir una frase senzilla

### CREMADES:

Posar aigua freda i transportar-lo ( res de pasta de dents)

### ATAC ASMÀTIC:

Mantenir-lo assegut i tranquil·listar-lo.

Detectar els alumnes asmàtics i aconsellar portar sempre el broncodilatador. Parlar amb les famílies.

### **DIABÈTIC :**

Si està conscient, donar aigua i sucre.

Si està inconscient, trucar 061/112.

### **EPIL·LÈPTIC :**

Posar cullera a la boca perquè no se la mossegui i no se l'empassi.