



KOPIJA

APSTIPRINU

Ķekavas vidusskolas direktore  
Sandra Pugovka

2014. gada 6. novembrī  
Rīkojuma Nr. 1-16/14/418

## PIRMĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANAS NOTEIKUMI

Ķekavas vidusskolas izglītojamiem  
Gaismas ielā 9, Skolas ielā 2, Nākotnes ielā 1a

*Izstrādāta saskaņā ar Latvijas Republikas  
Ministru kabineta noteikumiem Nr. 1338*

Ķekavā, Ķekavas novadā

Nr. 2-15/04/2014

- Noteikumi sastādīti, lai izglītojamie būtu informēti un zinātu veicamos pasākumus, to secību un nozīmi situācijās, kad noticis nelaimes gadījums.
- No pareizi sniegtas pirmās palīdzības bieži ir atkarīga cietušā dzīvība.
- Pirmo palīdzību izglītojamais sniedz tikai tādos gadījumos, ja blakus nav pedagogu un pieaugušo, kas varētu sniegt kvalitatīvu pirmo palīdzību.
- Pašpalīdzību sniedz sev pats cietušais, ja ir saglabājušās viņa rīcībspējas, t.i. kaitīgā faktora iedarbības pārtraukšana, asiņošanas apturēšana, bojāto ķermeņa daļu saudzēšana un saukšana pēc palīdzības.
- Ja cietušais smok, stipri asiņo, ir lauzti kauli, sūdzas par stiprām sāpēm, ir bezsamaņā, guvis elektrotraumu vai plašus apdegumus nekavējoties:
  - 5.1. jāizsauc ātrā neatliekamā pirmā palīdzība zvanot 113.**
  - jāizvērtē cietušā stāvoklis, jāsauc palīgā kolēģi;
  - jāpārtrauc dzīvībai bīstamu faktoru iedarbība;
  - jārada cietušajam un sev droši apstākļi, jānorobežo negadījuma vieta;
  - Pēc katras personas zināšanu līmeņu un citām iespējām negadījuma vietā veica tā saucamā „ABC shēma”, kas ir neatliekamās rīcības plāns cietušā stāvokļa novērtēšanai, dzīvības glābšanai un uzturēšanai, proti:
- Samaņā esošam cilvēkam (spēj orientēties laikā, telpā atbild uz jautājumiem, reaģē uz kairinājumu) atbrīvo elpošanas ceļus- degunu, mutes dobumu, rīkli, balseni un elpvedu no svešķermeņiem;
- Bezsamaņā esošu cilvēku novieto uz muguras, nepieciešamības gadījumā iztīra mutes dobumu, lai novērstu elpceļu nosprostošanos ar mēli, pielieto dzīvību glābjošu satvērienu (vienas rokas plaukstu novieto uz pieres, otras rokas plaukstu novietot uz apakšžokļa, vienlaicīgi atgāž galvu un izceļ apakšžokli);
  - bezsamaņā esošam cilvēkam pārbauda vai viņš elpo (noliecoties pie cietušā konstatē vai jūt gaisa plūsmu no elpceļiem uz sava vaiga);
  - ja cietušais ir bezsamaņā, bet elpo, tad lai novērstu mēles aizkrišanu, viņš ir jānogulda uz sāna;
  - ja cietušais ir bezsamaņā, bet neelpo arī pēc elpceļu atbrīvošanas, tad nekavējoties jāveic mākslīgā elpināšana. Pēc divām savām izelpām jāpārbauda pulss uz miega artērijas, ja tas ir sataustāms, tad elpināšanu turpina 10-12 reizes minūtē pēc katras minūtes pārbaudot pulsu;
  - ja pēc divām mākslīgām ieelpām uz miega artērijas nav pulsa, ir jāveic sirds masāža (ar vienas rokas rādītājpirkstu sameklē vietu, kur savienojas ribu loki, uz krūšu kaula, virzienā uz ķermeņa augšdaļu novieto pirmās plauksts pamatni, tai virsū novietot otru plaukstu, lai pirksti neskartos pie krūšu kurvja);

- 7.5. veicot sirds masāžu spiedienam jābūt asam, spēcīgam, īslaicīgam, lai krūšu kurvis tiktu saspriests 4-5 centimetri ar frekvenci 80 reizes minūtē;
- 7.6. Veicot sirds-plaušu atdzīvināšanu ir jāievēro sekojošais:
- ) pēc sirds masāžas 15 reizēm veic 2 mākslīgās elpināšanas;
  - ) pēc katriem 4 elpināšanas un sirds masāžas cikliem kontrolē pulsu uz miega artērijas;
  - ) ja pulsa nav-turpina sirds-plaušu atdzīvināšanu;
  - ) ja pulss ir-kontrolē elpošanu, ja nepieciešams turpina tikai elpināšanu 10-12 reizes minūtē;
  - ) ja atjaunojas elpošana-cietušo novieto stabilā sānu guļā.
8. Dzīvībai bīstamas asiņošanas gadījumā palīdzība cietušajam jāsniedz guļus stāvoklī;
9. Asiņošana jāaptur pietiekoši stipri uzspiežot asiņojošajai vietai, lai ap asinsvadu esošie audi nospiež asinsvadu, jāuzliek spiedošs pārsējs, jāizvairās no žņauga lietošanas.
10. Ja cietušais ir cietis no elektriskās strāvas iedarbības, tad atslēgt elektrisko strāvu (ja tas ir iespējams).
11. Termiska apdeguma gadījumā (ja brūce ir neliela), cietušo vietu novieto zem auksta tekoša ūdens, lai brūci atdziest.
12. Apsaldēšanās gadījumā, ienest cietušo siltumā, novilkt apavus un sasēgt ar segu.
13. Lūzumu un izmežģījumu gadījumā necensties novērst bojātā locekļa deformāciju, tikai parūpēties par ērtu cietušā ķermeņa stāvokli, nekustinot cietušo.
14. Lietošanas pamācība pirmās palīdzības sniegšanas aptiecināšanai:
- 14.1 vienreizējas lietošanas cimds lieto, lai pasargātu sevi no inficēšanās ar infekcijām;
  - 14.2. saspraužamās adatas lieto liela izmēra pārsēja nostiprināšanai;
  - 14.3. šķēres izmanto cietušā apģērba pārgriešanai, lai piekļūtu traumētai ķermeņa apdeguma vai asiņojošai brūcei, un pārsienamā materiāla griešanai;
  - 14.4. mākslīgās elpināšanas maskas vārstulim jābūt pret tavu muti un jālaiž cauri tavas izelpas gaiss;
  - 14.5. trīsstūrveida plāksteri lieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
  - 14.6. leikoplastu lieto pārsēja nostiprināšanai;
  - 14.7. brūču plāksteri lieto nelielu brūču pārsiešanai;
  - 14.8. tīklveida pārsēju lieto pārsiešanas kompreses nostiprināšanai uz brūces;
  - 14.9. spiedošo pārsiešanas paketi lieto rokas fiksēšanai, spiedoša pārsēja uzlikšanai vai brūču pārsiešanai;
  - 14.10. marles saites lieto brūču pārsiešanai. Pārsienot lielāku brūci, iepriekš to pārsēd ar pārsiešanas kompresi.
15. Visos jautājumos jāvērsas pie Izglītības iestādes pedagoga, dežuranta, administrācijas vai jebkura tuvumā esošā pieaugušā.

Sagatavoja:  
Ķekavas vidusskolas  
DA un UD speciāliste  
Laura Balode