

Sprijin vital de bază. Reanimare cardiopulmonară în perioada de COVID-19

Pentru a sprijini o persoană în situație de stop cardiac, este necesar să urmați rapid și ordonat următorii **4 pași**:

1. Recunoașterea precoce a unei situații de stop cardiac

Ne apropiem de victimă fără a ne pune viața în pericol. Ne punem în genunchi lângă ea și evaluăm dacă este conștientă, spunând: “Bună, cum vă simțiți? Mă auziți?”. Dacă este nevoie, o scuturați ușor de umeri, niciodată de față sau să-i mișcați gâtul.

Dacă este inconștientă, evaluăm dacă respiră normal. Pentru a minimiza riscul de infecție, nu vom deschide căile respiratorii și nu ne vom apropia fața de cea a victimei. Dacă nu de observă semne de respirație în decurs de 10 secunde se consideră o situație de stop cardiorespirator.



2. Este fundamental să sunați la 112

Vom cere ajutor persoanelor din jurul nostru. Sunăm la 112: ne legitimăm, spunem unde ne aflăm, faptul că există o persoană în stare de inconștientă care nu respiră și că am început resuscitarea cardiopulmonară. Lăsăm mobilul pornit pe speaker astfel încât ei să ne ghideze în procesul de reanimare.



Dacă avem o batistă, o vom pune pe fața victimei pentru a preveni răspândirea virusului în timpul compresiei. Vom face compresii cardiace până sosește ajutorul medical, avem un defibrilator semiautomat (DESA), sau până când persoana este resuscitată.

Compresii cardiace

- Vom pune cele două mâini încrucișate în centrul pieptului victimei.
- Vom face compresii cu brațele întinse, în unghi drept față de corpul victimei.
- Comprimăm sternul în jos, aproximativ 4-5 cm, cu o frecvență de aprox. 100 de ori pe minut, maxim 120, și vom lăsa întotdeauna sternul să revină la poziția inițială înainte de al comprima.



3. Dacă suntem prevăzuți cu un defibrilator semi-automat

Îl deschidem, conectăm cablurile la dispozitiv și punem plasturi acolo unde indică desenele: un platură sub clavicula dreaptă și unul sub axila stângă. Vom urma instrucțiunile pe care le va da aparatul în sine, până la sosirea ajutorului medical:

- Dacă indică că analizează ritmul, vom opri resuscitarea până când aparatul indică contrariul.
- Dacă DEA recomandă descărcarea electrică, vom opri resuscitarea, ne vom separa de victimă, ne vom asigura că nimeni nu este în contact cu aceasta și vom apăsa butonul de șoc; Vom relua imediat resuscitarea.

4. Dacă în orice moment persoana revine la normal, o vom așeza într-o poziție laterală de siguranță: pe lateral, cu piciorul superior îndoit peste cel inferior.

5. Odată terminată resuscitarea, trebuie să ne spălăm pe mâini cu apă și săpun, sau cu o soluție hidroalcoolică și vom contacta autoritatea sanitară pentru a evalua dacă este un contact apropiat cu un posibil caz de COVID-19.