



**CURS DE PRIMERS AUXILIS AL
CENTRE ESCOLAR**

-
- FERIDES
 - HEMORRÀGIES
 - CREMADES
 - CONTUSIONS-TCE
 - CRISI D'ANSIETAT
 - CONVULSIONS
 - HIPOGLUCÈMIA
 - ENNUEGAMENT

CONTINGUTS

QUÈ SÓN ELS PRIMERS AUXILIS?

Els primers auxilis són l'atenció més immediata i provisional que es dona a una persona accidentada o malalta **abans d'ésser atesa en un centre sanitari o per professionals experts** dels equips d'emergències.

Davant d'una situació d'emergència de qualsevol tipus sempre cal seguir tres passos, sense alterar-ne l'ordre: **PAS**





PROTEGER(SE)



AVISAR

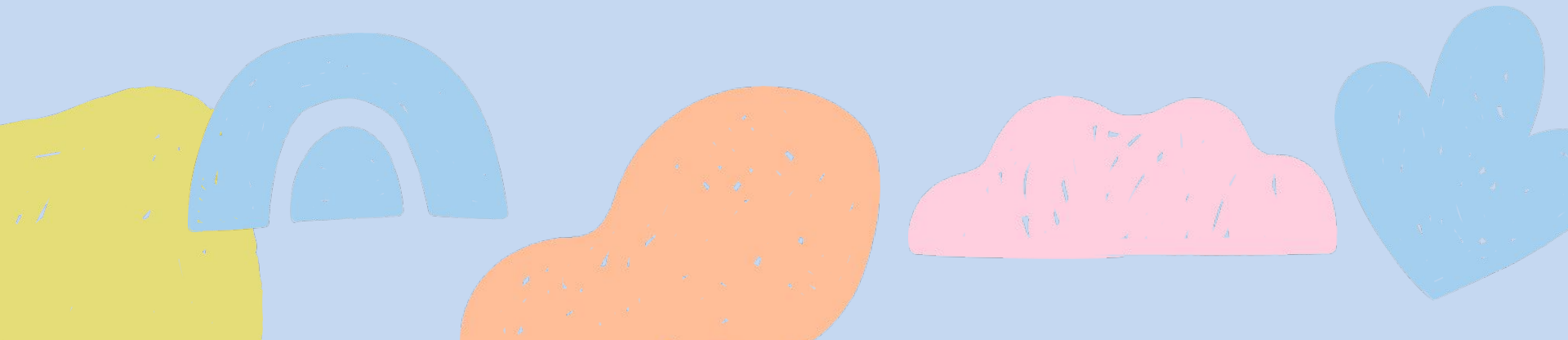


SOCORRER



PRIMUM NON NOCERE

PRIMER DE TOT, NO FER MAL



RECOMANACIONS A L'HORA D'ACTUAR:

- ❖ TINGUES CURA DE LA TEVA SEGURETAT
- ❖ SI NO SE SAP QUÈ FER, ÉS MILLOR NO FER RES
- ❖ CONSERVAR LA CALMA PER PODER ACTUAR AMB SERENITAT I RAPIDESA
- ❖ TRANQUILITZAR AL PACIENT
- ❖ FER UNA AVALUACIÓ GENERAL A L'INICI
- ❖ EVITAR AGLOMERACIONS AL VOLTANT DE L'ACCIDENT
- ❖ NO ALLUNYAR-NOS DEL COSTAT DE LA VÍCTIMA , SEMPRE QUE PUGUEM

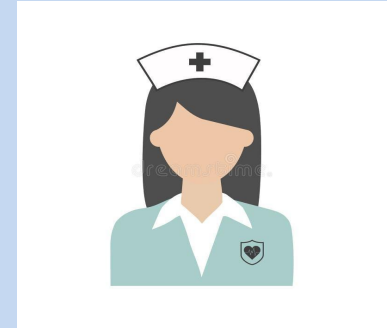
- ❖ AVISAR ALS PROFESSIONALS SANITARIS, SI CAL
- ❖ NO MOURE INNECESSÀRIAMENT LA VÍCTIMA
- ❖ NO DONAR-LI RES DE MENJAR NI BEURE A LA VÍCTIMA
- ❖ INTENTAR QUE LA VÍCTIMA NO PERDI LA TEMPERATURA CORPORAL
- ❖ NO FER COMENTARIS SOBRE L'ESTAT DE SALUT DE LA VÍCTIMA DAVANT D'ELL, FINS I TOT SI ESTÀ INCONSCIENT
- ❖ MANTENIR LA VÍCTIMA EN POSICIÓ DE SEGURETAT, SI CAL I ES POT, FINS A L'ARRIVADA DELS SERVEIS D'EMERGÈNCIA

QUÈ FEM DAVANT UNA FERIDA?



Les ferides són lesions caracteritzades per la pèrdua de continuïtat de la pell o mucoses produïda generalment per un traumatisme.

QUÈ FEM DAVANT UNA FERIDA?



NETEJA DE MANS
FICAR-NOS GUANTS

NETEGEM FERIDA
AMB AIGUA I
SABÓ
EIXUGEM FERIDA
AMB UNA GASSA

SI CAL
DESINFECTAR,
FEM SERVIR
CLORHEXIDINA
(CRISTALMINA)
TAPEM LA FERIDA
AMB UN APÒSIT

SI CREIEM QUE
NECESSITA
PUNTS DE
SUTURA, ANEM
AL CAP



Procediment si és més greu (tall profund que no deixa de sagnar, amputació):

- Estireu o seieu a l'alumne
- Pressioneu el tall amb una gassa o el que tingueu més net i aneu afegint gasses. Eleveu l'extremitat si podeu.
- Si deixa de sagnar, no treieu les gasses, i fixeiu-les amb esparadap i aneu al CAP.
- Si és una amputació agafeu l'extremitat amputada, emboliqueu amb gassa estèril i conserveu-la amb una bossa amb gel.



QUÈ FEM DAVANT UNA HEMORRÀGIA NASSAL?



La hemorràgia nassal es produeix per trencament d'un petit vas sanguini a l'interior de la fossa nassal. Pot ser deguda a un cop o espontània

- HEMORRÀGIA NASSAL:
 - Netejeu les mans i fique-us guants
 - Netegeu la sang i mireu quin orifici sagna
 - Pressioneu amb una gassa l'orifici durant uns minuts fins que deixi de sagnar.
 - El cap de l'alumne pot estar en posició neutra
 - Finalment podeu ficar una gassa humida amb un esparadrap per evitar que segueixi sagnant.



QUÈ FEM DAVANT UNA CREMADA?



Una cremada és una lesió a la pell produïda per contacte amb una font de calor.

QUÈ FEM DAVANT UNA CREMADA?



REFREDEU LA PART
CREMADA DAVALL
L'AIXETA O
SUBMERGIU-LA EN
AIGUA FRESCA
DURANT UNS 10'

EIXUGEU LA
CREMADA AMB
GASSES FENT
TOCS

SI CAL, FIQUEM
UNA POMADA PER
A CREMADES

SI APAREIXEN
BUTLLOFES, NO
LES REVENTEU
TAPEU LA
CREMADA AMB
UN APÒSIT
ADEQUAT



CONTUSIONS



Són lesions produïdes per un cop, xoc, aixafaments... Són lesions en les que després ens poden aparéixer hematomes

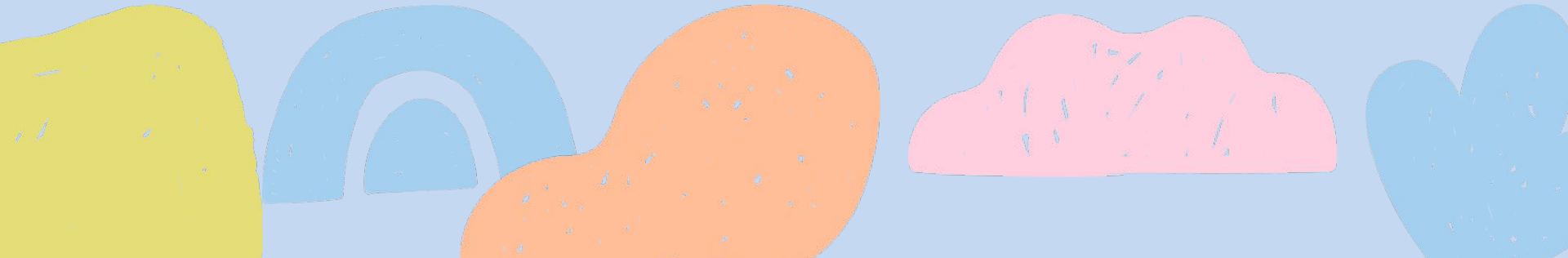
QUÈ FEM DAVANT UNA CONTUSIÓ?



● **APLIQUEU
COMPRESSES FREDES O
GEL EMBOLICAT AMB
UN DRAP DURANT UNS
15'**

● **SI HI HA
DEFORMITAT,
IMPOTÈNCIA
FUNCIONAL,...
POT SER SIGNE DE
FRACTURA O
LUXACIÓ**

● **SI ÉS UNA
CONTUSIÓ AL CAP,
VIGILAR SIGNES
COM:
VÒMITS
CEFALEA INTENSA
SOMNOLÈNCIA**



CONTUSIÓ DENTAL



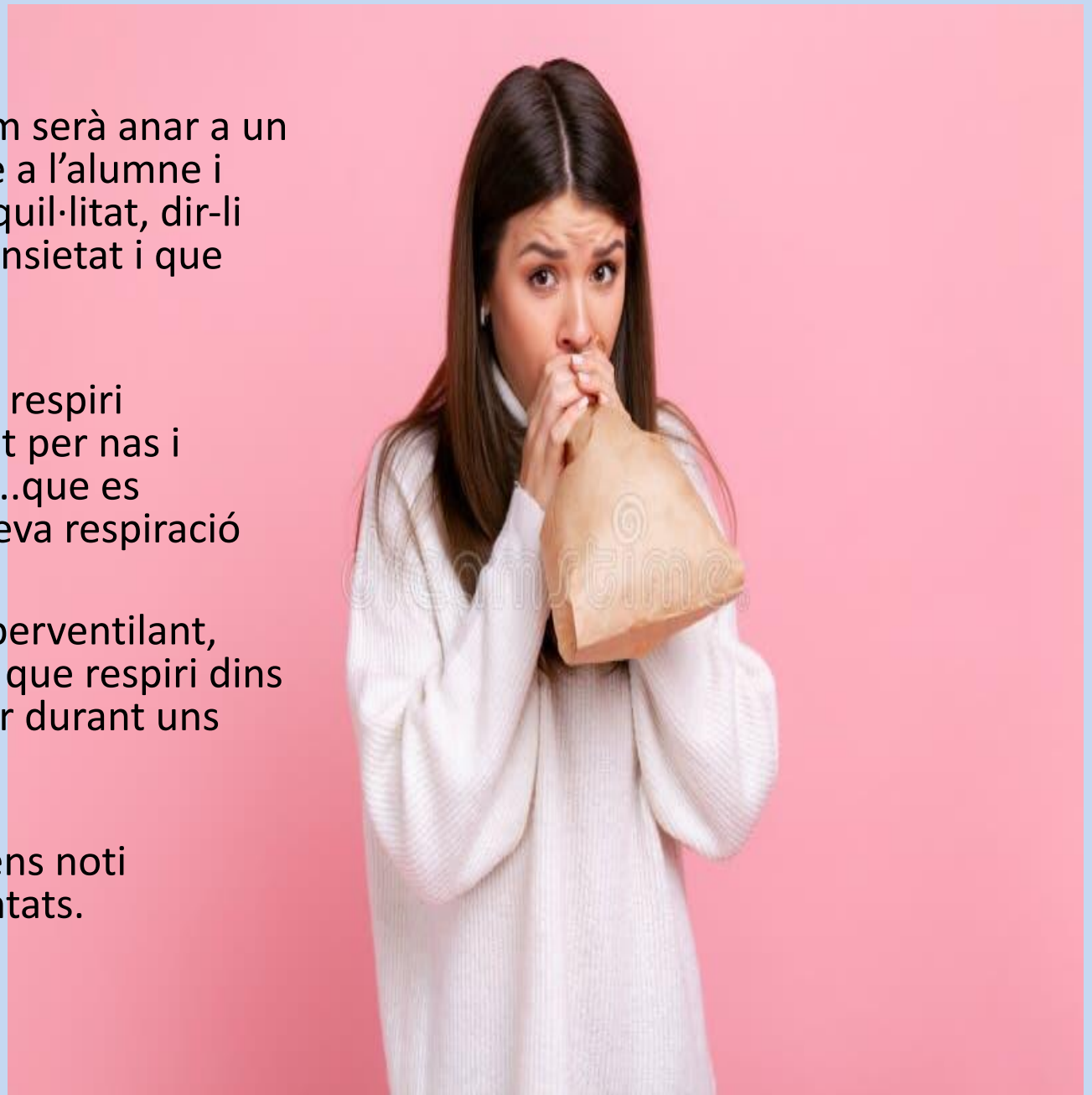
Si la contusió es dental i es desprén una dent, l'hem d'agafar sense tocar l'arrel i conservar-la submergida en llet o suero fisiològic.
Anar a l'odontòleg l'abans possible.

QUÈ FEM DAVANT UNA CRISI D'ANSIETAT?



L'ansietat o l'angoixa són emocions que tothom hem experimentat alguna vegada, és una reacció natural d'alarma per una situació que la persona percep com una amenaça. Notarem sudoració, tremolors, palpitations, hiperventilació, sensació d'ofec...

- El primer que farem serà anar a un lloc tranquil i seure a l'alumne i parlar-hi amb tranquil·litat, dir-li que té una crisi d'ansietat i que això passarà.
- Li demanarem que respiri lentament inspirant per nas i espirant per boca,...que es concentri amb la seva respiració
- Si l'alumne està hiperventilant, podem demanar-li que respiri dins una bossa de paper durant uns minuts.
- És important que ens noti tranquils, no espantats.



CONVULSIONS



Les convulsions són episodis breus de moviments involuntaris que poden afectar tot el cos i que poden durar uns minuts.

Es poden presentar en alumnes epilèptics, però també de vegades poden estar propiciades per llums intermitents, videojocs...

QUÈ FEM DAVANT D'UNA CONVULSIÓ?

- Retirem les ulleres si en porta
- Deixem amb compte l'alumne a terra
- Retirem tot els objectes, taules, cadires del voltant de la víctima
- Fiquem un coixí davall del cap perquè no es faci mal
- No fem res a la boca de la víctima
- La crisi sol durar uns minuts, a l'acabar de convulsionar el col·loquem en PLS
- Si podem, hem de controlar els minuts que dura la crisi.





HIPOGLUCÈMIA

És un descens del nivell de glucosa en sang per davall de 50-60 mgr/dl.

Es presenta en pacients diabètics tractats amb insulina o hipoglucemiants orals.

- ❖ Conèixer si el nostre alumne és diabètic i si porta sensor o xip.
- ❖ Actualment, hi ha uns sensors o xips que es fiquen al braç i que van enregistrant contínuament el nivell de glucosa. Aquests aparells avisen amb una alarma quan el nivell de glucosa és baix perquè el pacient prengui aliments rics en glucosa i així pujar el nivell.
- ❖ Si no és el cas, notaríem que l'alumne es mareja, té una sudoració freda, palidesa, pèrdua d'energia...

QUÈ FEM DAVANT D'UNA HIPOGLUCÈMIA?

- Si un alumne ens avisa que té símptomes d'hipoglucèmia, és a dir, està conscient:
 - Hem de donar HdC d'absorció ràpida (aigua amb 2-3 sobres de sucre, suc de fruita, cacaolat, natilles,...)
 - Vigilar que vagin remitent els símptomes i si porta l'aplicació al mòbil per saber els nivells li podem preguntar

- Si l'alumne es queda inconscient:

- Hem d'administrar glucagó (injectable subcutani o via nasal)
- El glucagó és una hormona, estimula ràpidament al fetge i aquest allibera glucosa
- SI ADMINISTREM GLUCAGON A UN ALUMNE QUE NO EL NECESSITA NO LI PASSARÀ RES
- Fiquem l'alumne en PLS



ENNUEGAMENT



És la presència d'un cos estrany a les vies respiratòries que impedeix el pas de l'aire

QUÈ FEM DAVANT UN ENNUEGAMENT?

- Si l'alumne comença a tossir SOLS l'encoratgem a seguir tossint i vigilem que no deixi de tossir.
- Si l'alumne té una obstrucció completa, no tus, no parla i es fica les mans al coll, en aquest cas farem la maniobra de HEIMLICH.



MANIOBRA DE HEIMLICH:

- 5 COPS INTERESCAPULARS
- 5 COMPRESIONS ABDOMINALS



PLS

Posición lateral de seguridad (PLS)

Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3



Fig. 4



FARMACIOLA:

És un armari o estoig on es guarda tot el material per a fer les primeres cures. S'ha de poder transportar i ha de ser revisada periòdicament.

Es guarda en un lloc sec, fresc i accessible; tothom ha de conèixer la seva ubicació i s'ha de poder transportar.

