



Elsősegély-karavánt szervezett a múlt héten az Udvarhelyi Ifjúsági Egyeztető Tanács a középiskolás diákoknak. Mi a Baczkamadarasi Kiss Gergely Református Kollégiumba, közismert nevén a Refibe látogattunk el, hogy rajtakapjuk az életmentő alakulatot.

A program célja az volt, hogy a székelyudvarhelyi középiskolások megismerkedjenek az elsősegélynyújtás alapjaival, hiszen ilyen képzésben különben csak nagykorú személy részesülhet.

Tornai Szilárd UIET-alelnök szerint a 18 év alatti diákoknak nem kielégítőek az ismereteik ebben a létfontosságú témában. Ezt a hiányosságot szerették volna valamelyest pótolni Gráncsa Zsolt engedélyezett oktató, a Vöröskereszt volt önkéntese által.

Ájulás vagy eszméletvesztés? Csak idő kérdése

Zsolt már az elején tisztázza az osztály előtt, hogy ez csak egy rövid bemutató, a képzés ugyanis két napos szokott lenni, aminek a végén vizsgázni kell és így diplomát lehet szerezni.

Tudja-e valaki, hogy mi a különbség az ájulás és eszméletvesztés között? – kezdi bemutatóját,

amire egy-kettőre jön is a válasz a padokból: attól függ, mennyi ideig tart. Igen, így van – erősíti meg Zsolt, hozzátéve, hogy a rövidebb idejű ájulásból segítség nélkül magához tér az áldozat.



Az emberi tűrőképességet próbára tevő évnnyitókon, évvárókon az ájulás megszokott jelenség. Hol a nyüzsgő diák, hol az izgatott szülő vagy a nyugdíjból visszahívott tanár üti ki magát a sorból.

Ilyenkor szépen le kell fektetni és térdnél 45 fokban behajtani a lábakat, megpofoztatni, megrángatni a szerencsétlent, hogy álljon vissza a vérkeringés és az oxigénellátás az agyban. Ha ez nem segítene, akkor eszméletvesztésről van szó, és jöhetnek a drasztikus lépések.

A varázsszámok: két befújás, harminc lökés

Az áldozat légzését az arca fölé hajolva kell megvizsgálni, szájához tartva kezünket (de nem túl sokáig!), közben figyeljük a mellkas mozgását, és kitapintjuk a csuklóján a pulzusát.

Tíz másodperc alatt legalább kétszer kellene, hogy levegőt vegyen a sérült. Ha ezt a számot nem érné el, akkor indulhat az újraélesztés, különben oxigénhiány miatt károsulhat az agy.

Nem árt az sem, ha jók vagyunk multitasking-ben, ugyanis menet közben hívni kell a mentőt, biztonságos helyre kell szállítani a sérültet, hideg esetén be kell takarni, stabil pozícióba fektetni, száját és mellkasát szabadabbá kell tenni. Fontos az is, hogy kemény, stabil felületen végezzük az újraélesztést, hiszen egy matrac például elnyeli a kifejtett erőt.



A közhiedelemmel ellentétben nem csak szájba, hanem orrba is lehet fújni, főleg, ha sérülés érte a száját vagy mérgezés gyanúja merült fel. A szabadon maradt nyílást pedig zárni kell, hogy ne távozzon ott a befújt levegő.

Jóból is megárthat a sok, hiszen a szükségesnél több levegő a gyomorba kerülhet és hányást okozhat, ami csak rontja a helyzetet.

Háromszor-négyszer kell megismételni a két befújásból és harminc lökésből álló mozdulatsort, és időnként váltani kell, ha van kivel, mert elég fárasztó tud lenni. Amúgy legfeljebb 45 percig érdemes csinálni, ugyanis még ember nem tért vissza az élők közé ennél hosszabb idő után – árulta el Zsolt.

Nem úgy van, mint a filmekben

Tudni kell azt is, hogy elvileg nincs jogi következménye, ha vészhelyzetben nem lépsz közbe, viszont ha segíteni próbálsz, akkor felelősséggel jár. Kirívó példaként Zsolt annak a hálátlan rászorulóknak az esetét hozza fel, aki élete megmentőjét beperelte az újraélesztéssel okozott bordatörés miatt.

Márpedig teljesen normális, ha eltörik néhány csont közben – magyarázza Zsolt, viszont gerincsérülés, medencetörés vagy hastáji nyílt seb esetén tilos cipelni a testet, hacsak nem épp ezen múlik az életmentés – például az égő házból feltétlenül ki kell hozni.



A kellő nyomás alatt a szegycsont gyakran letörik a bordákról, de visszaforr, csak vigyázni kell, hogy pontosan végezzük a műveletet, mert a törött borda kiszúrhatja a tüdőt vagy egyéb fontos

szervet. Ja, hol is van a szegycsont? Férfiaknál pontosan a két mellbimbó között, nőknél pedig a bordákat kell kitapogatni és három ujjal felettük kell nyomni.

Újraélesztés után ne várjuk, hogy rögtön felpattanjon, aki épp a halál küszöbéről tért vissza közénk. Önerőből fel se tud állni ilyenkor, nemhogy vígan menjen tovább a saját lábán.

Bökd ki, ne tartsd magadban!

A bemutatót a légútba került idegen anyag (értsd: cigányútra tért rágógumi) eltávolításával zárta az előadó. Elmondta, hogy jól háton kell ütüögetni a póru! járt személyt néhányszor, és ha még mindig kerekedik a szeme és lilul a feje, akkor az ún. [Heimlich-féle műfogást](#) kell elvégezni rajta, közben pedig mentőt hívni a biztonság kedvéért.

Néhány közönségből érkező kérdés után az előadó és mindenre elszánt statisztái megköszönték a figyelmet és az iskolacsengő hangjára máris rohantak a Gimibe, a soron következő előadásra. A közönség pedig méltán érezhette, hogy ma sem ment hiába iskolába.