



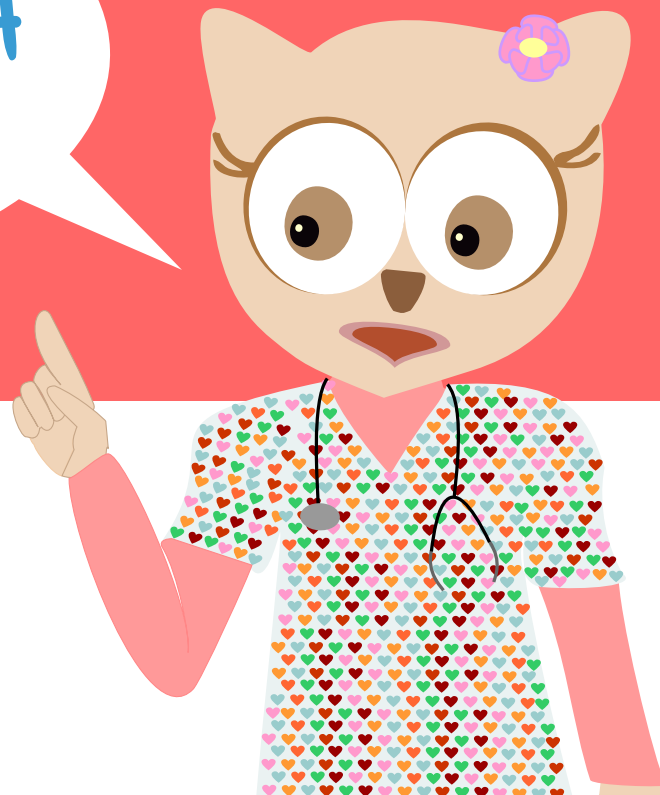
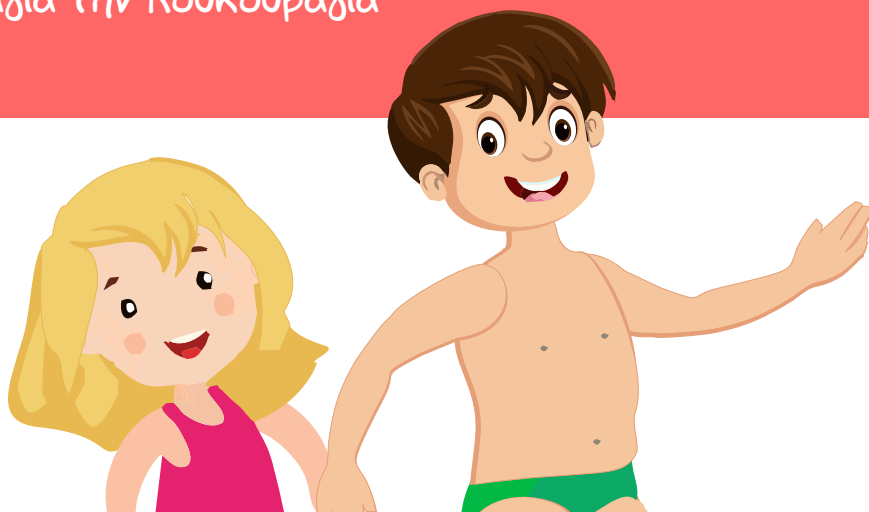
ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΩΝ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



Ελληνική Εταιρεία
**Παιδιατρικής
Νοσηλευτικής**
Ένα βήμα μπροστά για τα παιδιά

ΜΙΑ ΙΣΤΟΡΙΑ ΖΩΗΣ
από τη Νοσηλεύτρια
Βάγια την Κουκουβάγια

ΚΑΡΤΑΝΤΑ
έτοιμοι!!!



Γονείς και φίλοι,
ας μιλήσουμε για τα
παιχνίδια στο νερό!

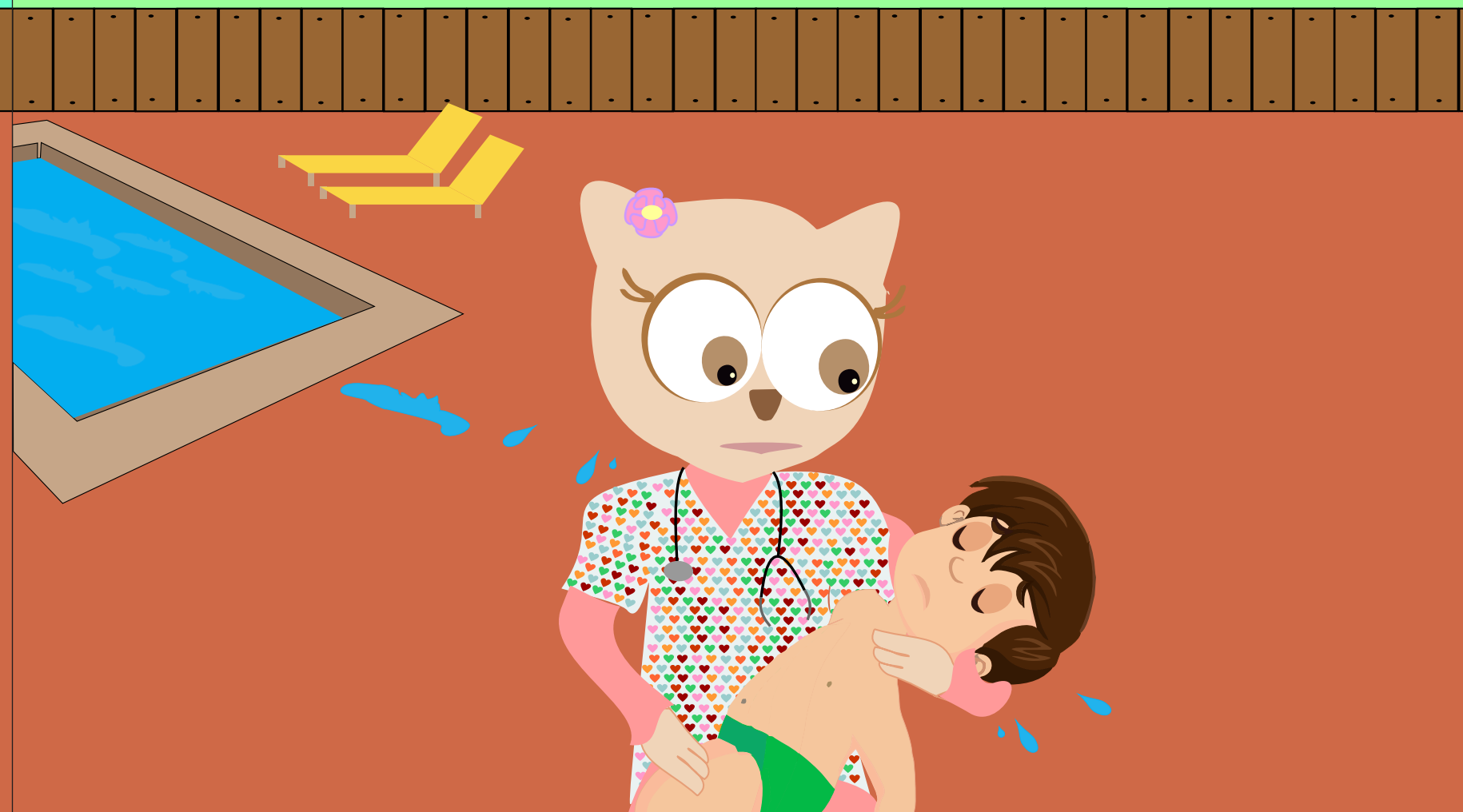
Στην Ελλάδα, δυστυχώς,
δεκάδες παιδιά κινδυνεύουν
κάθε χρόνο από πνιγμό
– είτε βρίσκονται στη
θάλασσα, είτε σε πισίνα,
ακόμα και σε μια μικρή
φουσκωτή μπανιέρα.
Η καλή είδηση; Με λίγη
προσοχή και βασική
εκπαίδευση μπορούμε να
μετατρέψουμε κάθε βουτιά
σε ασφαλή, χαρούμενη
περιπέτεια! Στις επόμενες
σελίδες θα ανακαλύψετε
πως απλά βήματα
αντιμετώπισης μπορούν
πραγματικά να σώσουν
ζωές, κάνοντας την κάθε
σας μέρα κοντά στο νερό
πιο ξέγνοιαστη και...
ακόμα πιο απολαυστική!

Μια ζεστή μέρα του καλοκαιριού,
η Βάγια η Κουνβάγια
πήγε στην πισίνα....

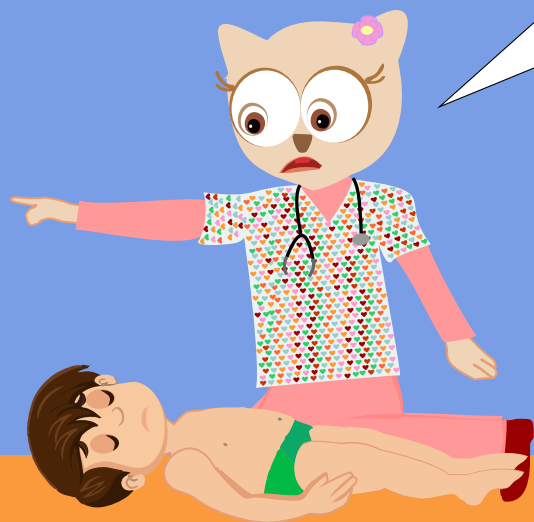
Ξαφνικά αντιλήφθηκε ότι
ΚΑΤΙ ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ!!!!

Η Βάγια προσέγγισε το παιδί με ασφάλεια
και αφού το έβγαλε από την πισίνα
και βεβαιώθηκε ότι είναι σε ασφαλές μέρος,
το τοποθέτησε

σε επίπεδη επιφάνεια στο δάπεδο....



Μίλησε κοντά στο παιδί
και ρώτησε:
«Είσαι εντάξει;».
Καθώς δεν πήρε απάντηση
κάλεσε αμέσως βοήθεια
και άρχισε να δίνει τις
Πρώτες Βοήθειες.



Εσύ εκεί,
κάλεσε αμέσως το
166
και φέρε τον
αυτόματο εξωτερικό
απινιδωτή
(AED)

Άρχισε δηλαδή να εφαρμόζει Καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση (ΚΑΡΤΙΑ)

Τι είναι όμως ΚΑΡΤΙΑ;
Η ΚΑΡΤΙΑ είναι η διαδικασία
που χρησιμοποιούμε
σε περιπτώσεις όπου ένας
άνθρωπος δεν αναπνέει
και δεν έχει καρδιακό παλμό,
με σκοπό να δώσουμε χρόνο
ώσπου να έρθει
επιπλέον βοήθεια.

Πριν ξεκινήσει κανείς ΚΑΡΤΙΑ,
είναι σημαντικό
να πλησιάσει το παιδί με **ασφάλεια**
και να βεβαιωθεί ότι βρίσκεται σε
ασφαλές μέρος.



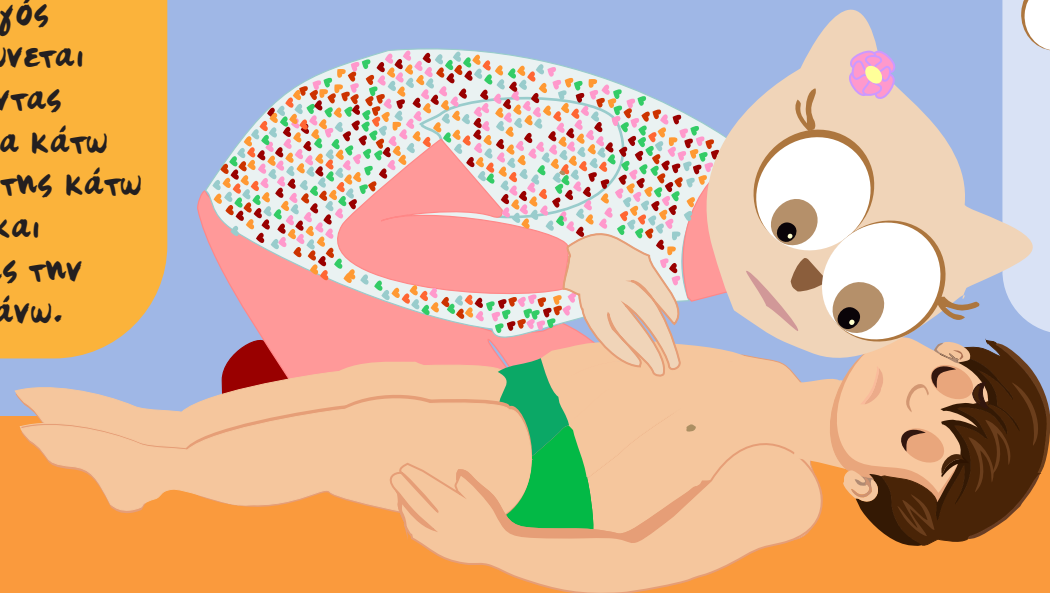
Πρώτα χονατίζουμε
και ρωτάμε το παιδί
αν είναι καλά.

Μετά πρέπει να απελευθερώσουμε
τον αεραγωγό.
(συνήθως τον αποφράζει η γλώσσα).

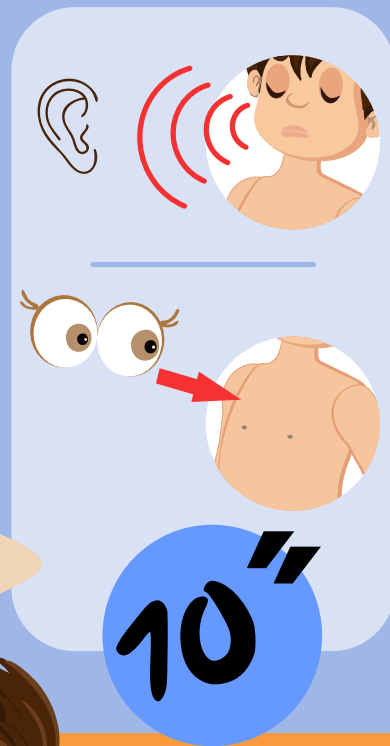
&

για 10 δευτερόλεπτα παρατηρούμε,
αισθανόμαστε και ακούμε την αναπνοή
ώστε να κρίνουμε αν το παιδί αναπνέει

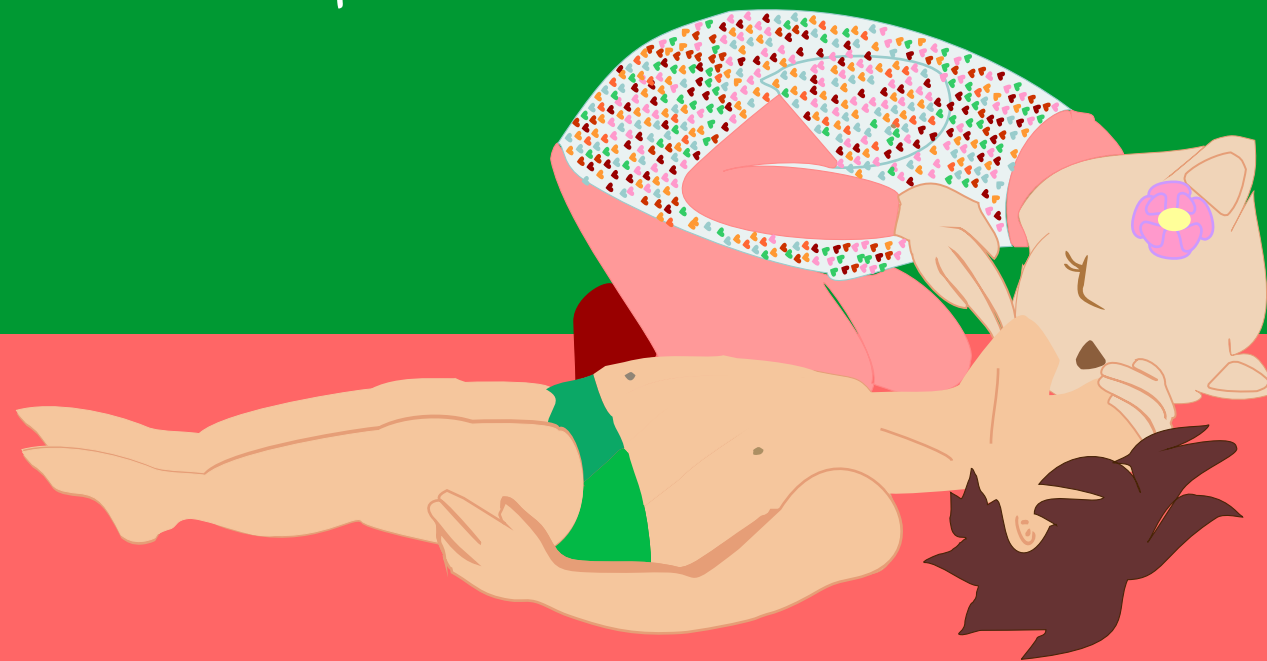
Σε υποψία
τραυματισμού του αυχένα
ο αεραγωγός
απελευθερώνεται
τοποθετώντας
2 ή 3 δάχτυλα κάτω
από τις χωνίες της κάτω
γνάθου και
σηκώνοντάς την
προς τα πάνω.



Στα παιδιά επιτυγχάνεται
με χειρισμό υπερέκτασης της κεφαλής
και ανύψωσης της κάτω γνάθου
(σαν να μυρίζει ένα λουλούδι).



Εισπνέουμε,
τοποθετούμε τα χείλη
πάνω στα χείλη του θύματος
και ΕΚΠΝΕΟΥΜΕ κανονικά.

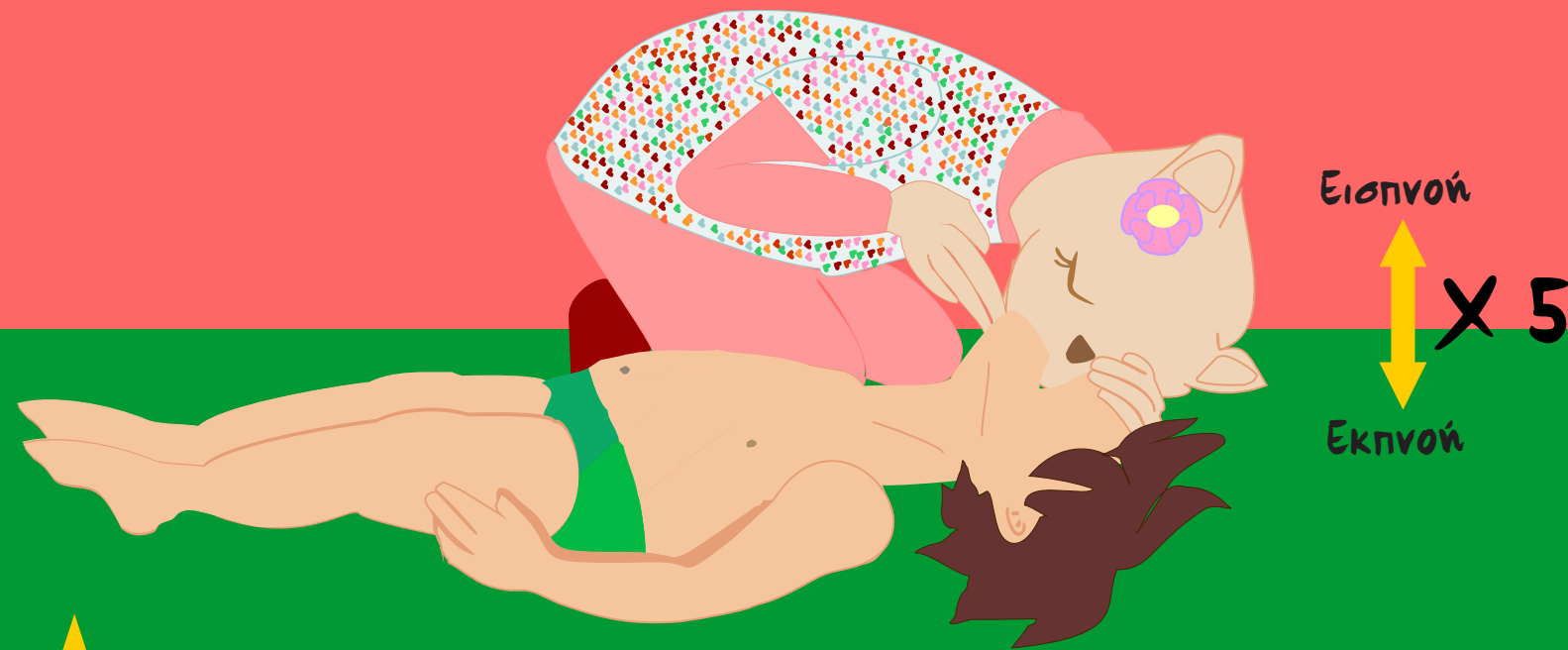


ΜΕ ΤΙΣ ΕΜΨΟΨΕΙΣ
ΠΑΡΕΧΟΥΜΕ
ΟΞΥΓΟΝΟ
στο παιδί.

Ύστερα κρατώντας **ανυψωμένο** το πηγούνι
και **σταθερό** το κεφάλι,
θα κλείσουμε τη μύτη του παιδιού.

Δίνουμε **5** εμφυσήσεις διάσωσης,
αργά και κανονικά.

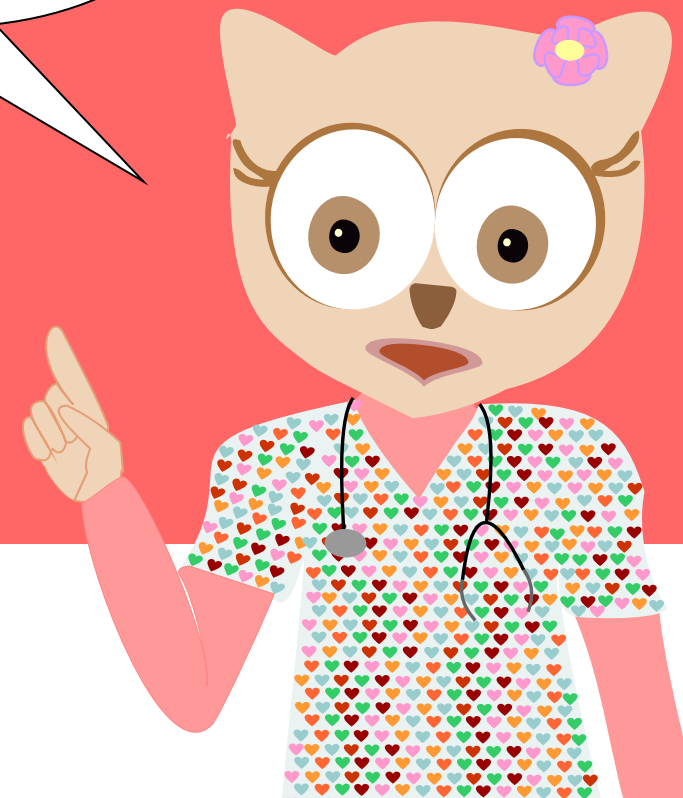
Κατά τη διάρκεια των αναπνοών
ελέγχουμε το παιδί
για εμφανή σημεία ζωής.



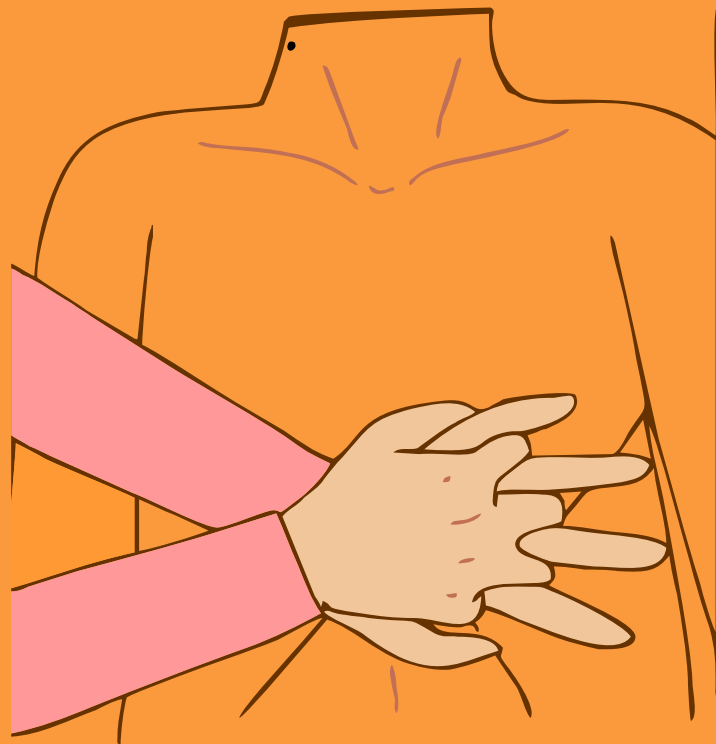
Σημεία ζωής: π.χ. βήχας, κλάμα, άνοιγμα ή κίνηση των βλεφάρων.

Αν το παιδί
δεν έχει
εμφανή σημεία ζωής
ξεκινάμε
θωρακικές συμπίεσεις.

Με τις συμπίεσεις
διατηρούμε
τη ροή του αίματος
σε βασικά όργανα
όπως ο εγκέφαλος.



Για να κάνουμε θωρακικές συμπίεσεις
θα τοποθετήσουμε
το ένα χέρι πάνω στο άλλο
και **πλέκουμε τα δάχτυλα**
ασκώντας **πίεση**
στο κάτω μισό του στήνουν.



Στα βρέφη
κάνουμε συμπίεσεις
είτε με τα χέρια
είτε με δύο δάχτυλα

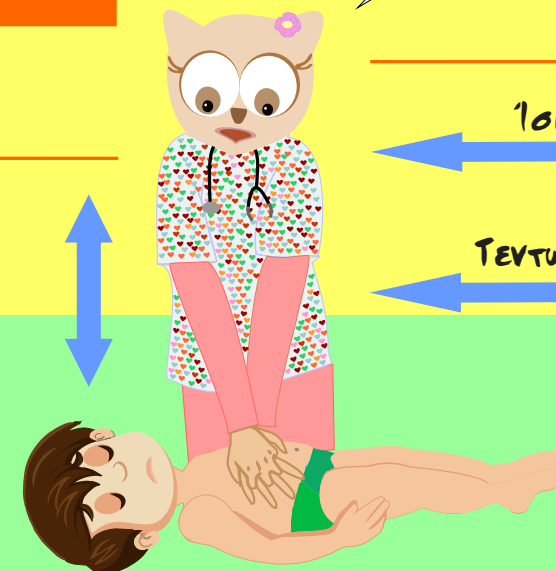
Κάνουμε 15 συμπίεσεις
και πιέζουμε δυνατά
με βάθος 1/3 (όχι πάνω από 6 εκ.)
στο κάτω μισό του στήνουν.



Ο ρυθμός
πρέπει να είναι
100 - 120
το λεπτό!



Για να κρατήσουμε ρυθμό
μπορούμε να λέμε δυνατά
«και 1... και 2... και 3...»



Ίσια πλάτη

Τεντωμένα χέρια

Ο λόγος θωρακικών συμπίεσεων:
αναπνοών διάσωσης στα παιδιά
είναι 15:2.

Αν ο διασώστης είναι εκπαιδευμένος
στη ΚΑΡΤΑ ενήλικων

ή δεν είναι εκπαιδευμένος, μπορεί να κάνει 30:2.



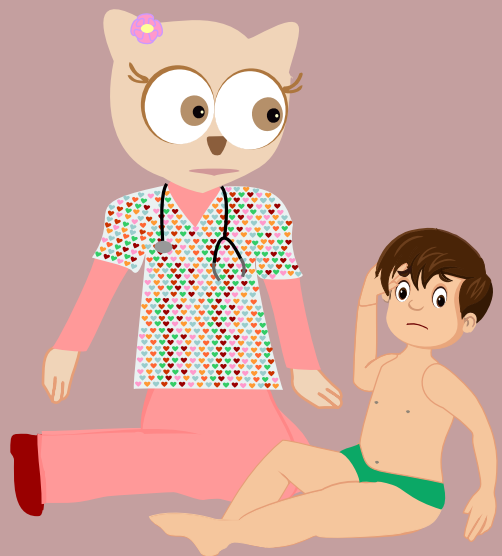
Επαναλαμβάνουμε
15 συμπίεσεις
και **2** εμφυσήσεις

είτε μέχρι να συνέλθει το παιδί

είτε μέχρι να αναλάβει κάποιος άλλος

είτε μέχρι να συνδέσουμε τον ΑΕΔ
και ακολουθήσουμε τις οδηγίες

είτε μέχρι να έρθει βοήθεια.



Γουάου!
Του έσωσες τη ζωή
σαν
σούπερ ήρωας!

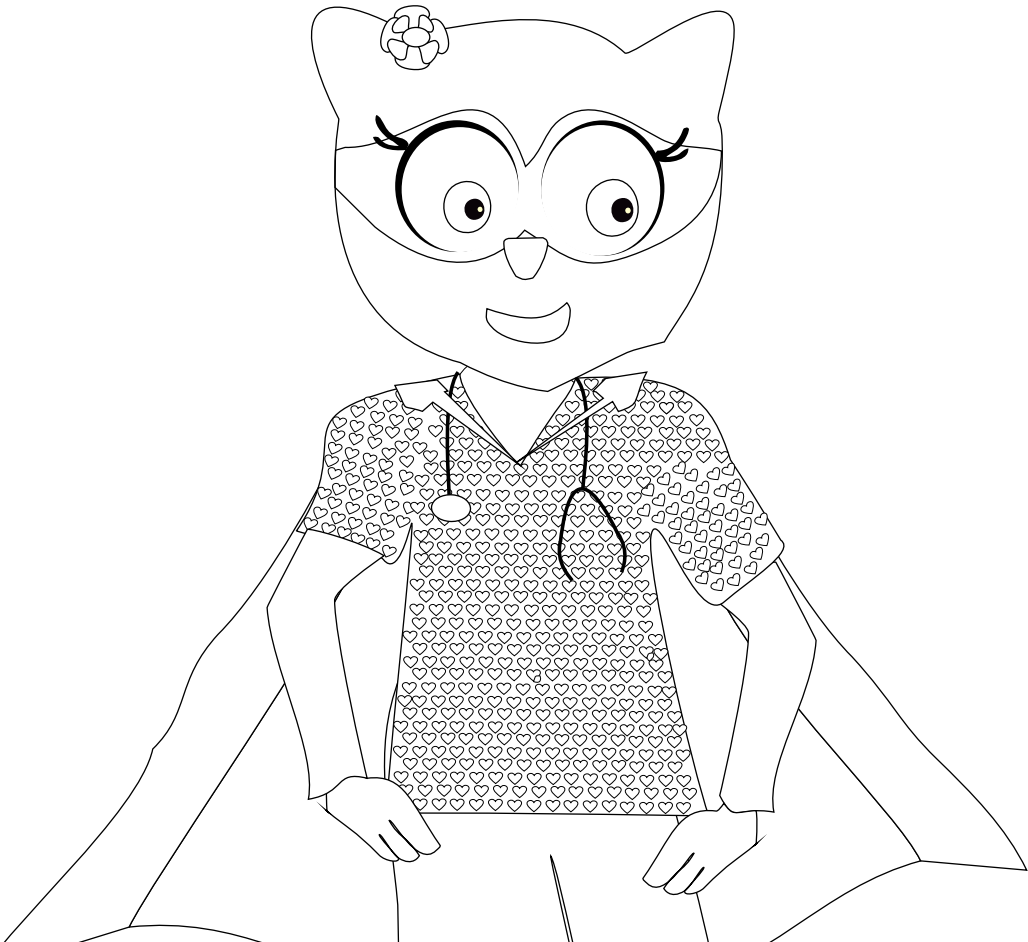


Καθένας
μπορεί να εφαρμόσει
ΚΑΡΤΑ
αν τη μάθει **σωστά**
και να γίνει ήρωας!



ΑΣ ΠΑΙΞΟΥΜΕ

Χρωμάτισε την Βάχια την Κουκουβάχια
και ζωγράφισε στο πλάι της
τον ΕΑΥΤΟ σου ως ΣΟΥΠΕΡ ΗΡΩΑ!



ΑΣ ΠΑΙΞΟΥΜΕ

ΚΡΥΜΜΕΝΗ ΛΕΞΗ: Απάντησε σωστά στις ερωτήσεις
και ξεκλειδώσε την κρυμμένη λέξη!

1.								
2.								
3.								
4.								
5.								

- 1. Εφόσον δεν παίρνω απάντηση από τον ασθενή
θα για βοήθεια.
- 2. ΚΑΡΤΙΑ κάνουμε όταν ο ασθενής δεν....
- 3. Πρώτα «Είσαι εντάξει;»
- 4. τον θώρακα 15 φορές.
- 5. αν αναπνέει, πολύ προσεκτικά.

Απαντήσεις: 1. Καλέσω 2. Αναπνέει 3. Ρωτάω 4. Πιέζω 5. Ακούω
Κρυμμένη Λέξη: ΚΑΡΤΙΑ

ΚΑΡΤΑΝΤΑ έτοιμοι!!!

ΜΙΑ ΙΣΤΟΡΙΑ ΖΩΗΣ από τη Νοσηλεύτρια Βάγια την Κουκουβάγια

Βασισμένο σε κείμενα και σχέδια της

Μυρσίνη Τάρανη,

Φοιτήτρια του Τμήματος Νοσηλευτικής στο ΕΚΠΑ

Εικόνες

Βίβιαν Τσόχλα

Επιμέλεια Κειμένου

Χαραλαμπία Ντέλη, ΝΕΛ ΓΝΠΑ «Π. και Α. Κυριακού»,

Ακαδημαϊκή Υπότροφος – Τμήμα Νοσηλευτικής ΕΚΠΑ

Επιμέλεια

Βασιλική Μάτζιον

Καθηγήτρια Παιδιατρικής Νοσηλευτικής

Τμήμα Νοσηλευτικής, Εθνικόν και Καποδιστριακόν Πανεπιστήμιον Αθηνών

Πρόεδρος Ελληνικής Εταιρείας Παιδιατρικής Νοσηλευτικής

Βιβλιογραφία:

Van de Voorde P, Turner NM, Djakow J, de Lucas N, Martinez-Mejias A, Biarent D, et al. European resuscitation council guidelines 2021: paediatric life support. Resuscitation. 2021 Apr;161:327-87.

Copyright© 2024

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση και γενικά η αναπαραγωγή στο σύνολο ή κατά τμήμα του παρόντος έργου με οποιοδήποτε μέσο ή τρόπο, σύμφωνα με το Ν. 2387/1920, τα Ν.Δ. 3565/56, 4254/62, 4264/62, το Ν. 100/75 και τους λοιπούς κανόνες διεθνούς δικαίου, χωρίς την άδεια του συγγραφέα και του εκδότη.