

## Z cyklu: Pierwsza pomoc.Część czwarta - omdlenie

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: wtorek, 11, wrzesień 2012 00:00

Dawid Kulpa

Odśłony: 4150

---

Omdlenie jest to krótkotrwała, ustępująca samoistnie utrata przytomności i napięcia mięśniowego, która doprowadza do upadku. Omdlenie może zdarzyć się każdemu i to w każdym możliwym miejscu; w pracy, w domu, w szkole, na ulicy. Jakie mogą być przyczyny omdlenia? Co zrobić, gdy widzimy, że osoba niedaleko nas jest biała i osuwa się z nóg?

Odpowiedzi na te pytania przedstawiamy poniżej:

Omdlenia powodowane są niedotlenieniem mózgu wskutek zmniejszenia jego perfuzji (przepływu krwi przez mózg). Powrót świadomości zwykle następuje w ciągu kilkunastu sekund, sporadycznie dłużej.

Do najczęstszych przyczyn omdleń zalicza się:

- Silne negatywne bodźce, np. widok krwi, niepomyślna wiadomość, wzmożone napięcie emocjonalne, jak np. paniczny strach, silny lęk, nieprzyjemne zapachy, duszne pomieszczenia.
- Silny ból.
- Przebywanie w pozycji stojącej przez długi okres czasu.
- Gwałtowna zmiana pozycji (podniesie się z pozycji siedzącej bądź leżącej).
- Niedożywienie.
- Hipowolemia (za mała objętość krwi w naczyniach krwionośnych – spowodowana np. krwotokiem, odwodnieniem).
- Choroby serca i układu krążenia, np. zaburzenia rytmu serca, choroba niedokrwienna serca, zwężenie aorty, zatorowość płucna i wiele innych.

Objawy poprzedzające omdlenie:

- Osłabienie
- Biała, spocona skóra
- Specyficzne szумы w uszach
- tzw. „mroczyki” przed oczami

Rozpoznanie:

- Na podstawie oceny funkcji życiowych: poszkodowany jest nieprzytomny, ale oddech jest zachowany, tętno z reguły wyczuwalne (możliwe zwolnienie).

oraz

- na podstawie wywiadu od świadków zdarzenia.

Postępowanie:

Pierwsza pomoc w przypadku omdlenia jest naprawdę prosta i prezentuje się następująco:

1. Jeśli to możliwe, ochroń poszkodowanego przed upadkiem.
2. Ułóż poszkodowanego na plecach.
3. Zastosuj pozycje czterokończynową (tj. jednoczesne uniesienie kończyn górnych i dolnych).

## Z cyklu: Pierwsza pomoc. Część czwarta - omdlenie

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: wtorek, 11, wrzesień 2012 00:00

Dawid Kulpa

Odłony: 4150

---

U kobiety w zaawansowanej ciąży, zamiast w/w pozycji należy zastosować ułożenie na lewym boku (bądź podłożenie poduszki lub koca pod prawy bok w pozycji na plecach).

4. Zapewnij dostęp świeżego powietrza.
5. Poluzuj krawat, rozepnij kołnierzyk.
6. Do momentu odzyskania przytomności kontroluj parametry życiowe osoby omdlałej
7. Jeśli po kilku minutach świadomość nie powraca – wezwij pogotowie.

Pamiętaj, że nie wolno:

- Cucić poszkodowanego przez uderzenia w twarz.
- Wlewać mu do ust zimnej wody (istnieje ryzyko zakrztuszenia).
- Podawać żadnych leków.

Możliwe powikłania:

Nieodzyskanie przez poszkodowanego przytomności pomimo zastosowania powyższej procedury może świadczyć o:

- Innej, poważniejszej przyczynie utraty przytomności.
- Urazie czaszkowo-mózgowym, do którego doszło w trakcie upadku.

W tych przypadkach należy wprowadzić postępowanie jak przy utracie przytomności.

Należy również pamiętać, że niedrożność dróg oddechowych spowodowana opadaniem języka może być przyczyną nagłego zatrzymania krążenia.

*Źródło: [pierwsza.pomoc.com](http://pierwsza.pomoc.com) oraz [ratowniczy.net](http://ratowniczy.net)*