



Świąteczne SOS

CO NALEŻY ZROBIĆ W PRZYPADKU OPARZENIA NP. GORĄCYM OLEJEM?

PIERWSZA POMOC POWINNA SKUPIAĆ SIĘ NA JAK NAJSZYBSZYM SCHŁODZENIU USZKODZONEJ SKÓRY. CO BARDZO WAŻNE, POD ŻADNYM POZOREM NIE NALEŻY ZRYWAĆ Z CIAŁA PRZYKLEJONEJ ODZIEŻY. JEŚLI DO USZKODZONEJ SKÓRY PRZYLEGA UBRANIE, NALEŻY JE ZMOCZYĆ, A NASTĘPNIE DELIKATNIE ŚCIAĞNĄĆ.

WARTO PAMIĘTAĆ, ŻE ROZGRZANY OLEJ POTRAFI OSIĄGNĄĆ TEMPERATURĘ 200 ST. CELSIJUSA, DLATEGO OPARZENIA GORĄCYM OLEJEM ZWYKLE SĄ POWAŻNIEJSZE NIŻ SPOWODOWANE WRZĄCĄ WODĄ. W PRZYPADKU POWAŻNEGO OPARZENIA NALEŻY NIEZWŁOCZNIE WEZWAĆ POMOC LUB ZGŁOSIĆ SIĘ NA SOR. ZAŚ W PRZYPADKU ŁAGODNIEJSZEGO USZKODZENIA, WYSTARCZY SCHŁODZENIE RANY I ZASTOSOWANIE ŻELU CHŁODZĄCEGO.

JAK KOMUŚ POMÓC W PRZYPADKU ZADŁAWIENIA SIĘ?

JEŚLI WIDZIMY, ŻE KTOŚ SIĘ DUSI, ŁAPIE SIĘ ZA GARDŁO I PRÓBUJE ZAKOMUNIKOWAĆ, ŻE COŚ MU W NIM UTKNĘŁO, TO NALEŻY ODCHYLIĆ GŁOWĘ TEJ OSOBY DO PRZODU. POWINNIŚMY ZŁAPAĆ POSZKODOWANEGO WPÓŁ. NALEŻY STANAĆ ZA NIM I UCISKAĆ PIĘŚCIAMI JEGO BRZUCH. WTEDY TO, CO ZAŁĘGA W GARDLE, POWINNO WYDOSTAĆ SIĘ NA ZEWNĄTRZ. NASTĘPNIE UKŁADAMY PACJENTA NA BOKU. WSZYSTKO PO TO, ABY MÓGŁ W NATURALNY SPOSÓB WYDALIĆ PŁYNY. DZIĘKI TEJ POZYCJI PACJENT NIE ZAKRZTUŚI SIĘ. MOŻNA TEŻ CHOREGO POKLEPAĆ PO PLECACH, DELIKATNIE GO W NIE UDERZYĆ, ABY POMÓC MU ODKSZTUŚIĆ KAWAŁEK JEDZENIA, KTÓRYM SIĘ ZADŁAWIŁ

Co zrobić gdy ość utknie nam w gardle?

W pierwszej kolejności – nie popijać, nie zagryzać, nie liczyć, że przejdzie samo. To, co mamy w ustach, trzeba wypluć, i obejrzeć gardło przy dobrym świetle. Ość najczęściej wbija się w migdałki, nasadę języka lub dołki językowo-nagłośniowe – miejsca dość dobrze widoczne przy szerokim otwarciu ust. Dlatego bardzo często ość można wyjąć pęsetą – samemu lub z pomocą innej osoby. Jeśli ości nie widać, ale odczuwamy ból, na usunięcie trzeba się zgłosić do laryngologa lub na oddział ratunkowy do szpitala.

Z okazji zbliżających się

Świąt Bożego Narodzenia

oraz Nowego Roku

życzę wszystkim, a przede

wszystkim naszym Pacjentom,

dużo zdrowia, radości, odpoczynku

od codziennych trosk

oraz rodzinnego ciepła w gronie

najbliższych

Dyrektor SP ZOZ Bestwina

Marcin Bielarz

Ważne telefony:

Bielskie Pogotowie Ratunkowe; PORADNIA (GABINET) NOCNEJ I ŚWIĄTECZNEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ
Czechowice - Dziedzice ul. Żwirki i Wigury 1 tel. 32 215-20-00, 533-358-112
Szpital Pediatryczny w Bielsku-Białej PORADNIA (GABINET) NOCNEJ I ŚWIĄTECZNEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ
Bielsko-Biała ul. Sobieskiego 83, tel. 33 828-40-02
Szpital Wojewódzki w Bielsku-Białej PORADNIA (GABINET) NOCNEJ I ŚWIĄTECZNEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ
Bielsko-Biała Al. Armii Krajowej 101, tel. 33 812-23-252