

# LEHEN LAGUNTZAK



**((112))**  
**SOS DEIAK**

EUSKO JAURLARITZA

SEGURTASUN SAILA



GOBIERNO VASCO

DEPARTAMENTO DE SEGURIDAD



## ERREDURA ARINAK

### Zer egin behar dugu?

Urrundu biktima bero-iturritik. Hoztu erredura ura erabiliz. Estali erredura konpresa garbiekin.



Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

**((112))**



### Zer EZ dugu egin behar?

Olioak edo pomadak erabili. Baben larruazala kendu.

### Oso garrantzitsua:

Esku-ahurra baino handiagoko erredura guztiak ospitalean sendatu behar dira.



## ERREDURA LARRIAK

### Zer egin behar dugu?

Itzali garrak eskura duzuna erabiliz: ura, burusiak, lurra...



Estali erretako gorputz-atalak, zerbait garbi erabiliz. Kaltetutakoa arropaz jantzi.



Deitu 112 SOS DEIAK telefonora. Eraman osasun zentzora berehala.

### Zer EZ dugu egin behar?

Jantziak erantzi (larruazala minduko genuke eta). Ura ez den beste gauza batez erredura garbitu. Edozein pomada erabili. Berandutu biktima medikuarenera eramaten.



## SUDURREKO ODOL JARIOA

### Zer egin behar dugu?

Jarri burua aurrerantz. Estutu atzamarrez sudurzuloak, 10 minutuz gutxienez.



Itxi sudurzuloen aurreko alde. Lasaitu gaixoa eta garbitu aurpegia.



Medikuarenera joan, baldin eta odol jarria eteten ez bada.



### Zer EZ dugu egin behar?

Sudurzuloak kotozi estali.



## BIHURRITUAK

### Sintomak:

Aldea minduta. Hantura. Ubeldua.

### Zer egin behar dugu?

Heldu mindutako atalari



Jarri gainean izotzez beteriko poltsa bat.



### Zer EZ dugu egin behar?

Zauriaren gainean loturak ipini, eta are gutxiago estu badaude.

Zapi beroak ipini.



## HAUSTURAK

### Sintomak:

Aldea minduta. Mugitu ezina. Desitxuratzeta. Ubelduak agertzen dira. Ezin dugu atal hori erabili.

### Zer egin behar dugu?

Lokadura, kontusioa edo kolpe gogorra gertatuz gero, hausturaren kasuan bezala jokatu dugu:

Geldiarazi apurtutako gorputz adarra egur, makila edo aterki batez eutsiz.



Komeni da izotz poltsak ipintzea, lesioan presiorik egin gabe.



Ipini zapi garbi bat, baldin eta zauriren bat badago

Erabili garraio egokia (ambulanzia).

Eraman ospitalera.

### Zer EZ dugu egin behar?

Apurtutako atala mugitu.

Indarrez lotu.

Zauriak garbitzen saiatu.

## KASU GUZTIETAN, KONORTEA GALDUZ GERO:



## BEGIETAN GAI KIMIKOEN KALTE EGINEZ GERO

### Zer egin behar dugu?

Garbitu begia ur ugariz, txorrota azpian jarrita.



Joan ospitalera.



Eraman gai kimikoaren lagin bat.

### Zer EZ dugu egin behar?

Hazka egin.

Sakatu.



## BEGIETAN ZAURIK IZANEZ GERO.

### Zer egin behar dugu?

Estali begi biak.



Joan ospitalera.



### Zer EZ dugu egin behar?

Hazka egin.

Sakatu.



## ITOLARRIA

### Zer egin behar dugu?

Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

**((112))**

Konortea galdu badu:

\*Ikusi BBOB (bihotz-biriketako oinarriko bizkortzea), liburuxkaren amaieran.



### Zer EZ dugu egin behar?

Arnasa berreskuratatu aurretik ura kanporarazten saiatu.



## URETAN SARTZEAGATIK DIGESTIOA ETETEA (HIKROKUZIOA)

### Sintomak:

Konortea galdu eta, oso kasu larrietan, bihotz gelditzea jazotzen da. (Itotako %15 istripu honen biktima izaten da. Pertsona batzuek joera handiagoa dute beste batzuek baino).

### Zer egin behar dugu?

Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

**((112))**

Konortea galdu badu: \*Ikusi BBOB (bihotz-biriketako oinarriko bizkortzea), liburuxkaren amaieran.



### Zer EZ dugu egin behar?

Oparo jan. Digestioa egiten ari dela bainatu edo oso ur hotzetan bainatu.



## ZIZTADAK ITSASOAN

### Sintomak:

Mina, azkura, gorriuneak eta handidura txikia..

### Zer egin behar dugu?

Garbitu zauria ur eta xaboiz.



Atera eztena, baldin badago eta erraza bada.



Erabili pomada bereziak edo urez nahasturiko amoniakoa.



Lokatz apur bat ere-besterik ez badago- egokia izan daiteke. Oso mingarria bada eraman ospitalera.



## ELEKTROKUZIOA

### Zer egin behar dugu?

Lehenengo eten ezazu argi-  
indarra.



Ahal ez balitz, gaixoa urrundu  
material isolatzaileak erabiliz  
(egurra eta goma).

Konortea galdu badu:

\*Ikusi BBOB (bihotz-biriketako  
oinarrizko bizkortzea),  
liburuxkaren amaieran.



Erredura estali.

Deitu 112 SOS DEIAK  
telefonora.

### Zer EZ dugu egin behar?

Biktimari heldu korrante  
elektrikotik babesten gaituen  
baliabiderik gabe.



## HAURRARI EZTARRIAN ZERBAIT TRABATUZ GERO

### Sintomak:

Ezin du arnasarik hartu:  
hasieran zurbil eta geroxeago  
urdirinxa jarritz.  
Asaldata eta konortea galtzen du.



### Zer egin behar dugu?

#### Haur txikia bada:

Bi oinetatik heldu eta buruz  
behera ipinita bizkarrean  
zaplada batzuk emango dizkiogu.



Eraman ospitalera berehala,  
baldin eta gorputz arrotza  
kanpora botatzen ez badu.

#### Haur handia bada:

Eraman ospitalera berehala.



Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.



## ZAURIAK ORO HAR

### Sintomak:

Mina. Odol jariotak. Baliteke  
batzuetan hausturaren bat izatea.

### Zer egin behar dugu?

Garbitu zauria ur eta xaboiz.



Estali zauria oihal edo zapi garbi  
batez, apurtxo bat sakatuz.  
Ipini tetanoaren aurkako  
txertoaren dosi bat.



Eraman ospitalera.



### Zer EZ dugu egin behar?

Pomadak, hautsak, kotoia edo  
beste sendagai batzuk ipini.



## KRISI EPILEPTIKOA

### Sintomak:

Zorabioa eta, zorabioarekin  
batera, konbulsio eta  
mugimendu bortitzak.

### Zer egin behar dugu?

Utzi gaixoa dagoen tokian, hobe  
etzanda bada. Komeni da  
kautxuzko ziri bat hortzen artean  
ipintzea.



Askatu jantzien botoiak (lepoa,  
alkandora, gerrikoa, eta abar).  
Jarri etzanda albo batera,  
konbulsioak gelditu bezain  
laster. Urrundu ertzetatik,  
izkinetatik edo min egin  
diezaiketean gauzetatik. Eraman  
medikuarenera.

Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

### Zer EZ dugu egin behar?

Urduri jarri. Eutsi, baldin eta  
konbulsioak baditu. Krisiak  
dirauen bitartean garraiatu, edo  
edariak eman. Arnasketa  
artifiziala. Atzamarrak gaixoaren  
ahoa sartu.



## BIHOTZEOA

### Sintomak:

Bat-bateko min handia bularrean.  
Izerdia, zurbiltasuna eta  
zorabioak.



### Zer egin behar dugu?

Askatu alkandora eta gerrikoa.



Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

**((112))**

Eraman ospitalera. Konortea  
galdu badu:

\*Ikusi BBOB (bihotz-biriketako  
oinarrizko bizkortzea), liburuxkaren  
amaieran.

Oka egiten badu, makurtu burua  
alde batera.

### Zer EZ dugu egin behar?

Jaikitzen utzi, edo edariren bat  
hartzen utzi.

## ORTZEA) EGIN. KASU GUZTIETAN, KONORTEA GALDUZ GERO: BBOB (bihotz-



## INTSEKTUEN ZIZTADAK

### Zer egin behar dugu?

#### Ziztada arinak direnean:

**Erlereana:** Ipini amoniakoa  
ziztadan. Saiatu eztena  
ateratzen, sakatu gabe.



**Liztorrena:** Ipini sodio  
bikarbonatoa ziztadan.



**Inurriarena:** Ipini ozpina edo  
limoi-ura ziztadan.

#### Ziztada larriak direnean:

Aztertu biktimaren egoera.  
Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.  
Zorabiatzen bada edo ziztada  
mihian edo aho barruan izan  
bada ospitaleran eraman.



## ETXABERE BATEK KOSK EGITEA

### Zer egin behar dugu?

Garbitu zauria ur eta xaboiz.



Geldiarazi odol jarria, benda  
garbi bat ipiniz.



Lortu aberearen identifikazioa:  
jabea, txertoak, eta abar.  
Galdetu medikuari.

Deitu 112 SOS DEIAK  
telefonora.

**((112))**  
SOS DEIAK



## ALKOHOLAK ERAGINDAKO INTOXIKAZIO LARRIA (MOZKORRA)

### Zer egin behar dugu?

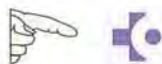
Gaixoa segurtasuneko albo-  
jarreran ipini.



Estali burusiez edo jantziez.



Eraman ospitalera.



### Zer EZ dugu egin behar?

Oka eragin.  
Edaten eman.



## GASAK ERAGINDAKO INTOXIKAZIOA

### Sintomak:

Buru nahasketa edo  
konortea galtzea.

### Zer egin behar dugu?

Zabaldtu leihoak.



Itxi, ahal bada, gasaren eta  
elekttrizitatearen giltzak.  
Ez piztu argia.  
Ez igo pertsianarik, ezta  
txinparta eragin dezakeenik ere.



Bihotz-biriketako bizkortzea egin.  
Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

**((112))**  
SOS DEIAK

Eraman berehala opitalera.



## PASTILLEK ERAGINDAKO INTOXIKAZIOA

### Sintomak:

Urdaileko mina.  
Oka eta goralarrria. Izerdia.  
Konortea galtzea eta eldarnioa.  
Arazoak arnasa hartzeko.



### Zer egin behar dugu?

Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

Aztertu bizi-konstanteak.  
Egin ahoz ahokoa eta bihotz-  
masajea.

\*Ikusi BBOB (bihotz-biriketako  
oinarrizko bizkortzea), liburuxkaren  
amaieran.

### Zer EZ dugu egin behar?

Oka eragin.  
Likidorik edo antzekorik hartu.



Oso garrantzitsua: hartu  
intoxikazioa eragin duen gaiaren  
lagin bat.

# NOLA JARDUN BIKTIMAREKIN MEDIKUA HELDU BITARTEAN? (BBOB) BIHOTZ-BIRIKETAKO OINARRIZKO BIZKORTZEA

Egiatzatu da ondorengo ekintzak ahalik eta lasterren eginda lortzen dela biziraupen-tasarik handiena bihotz-taupadak gelditzen direnean:

## BIZIRAUPENAREN KATEA



Deitu 112-SOS DEIAK telefonora

BBOB

Desfibrilazio goiztiarra

Arreta aurreratua

## HELDUEI BBOB EGITEKO URRATSAK

Zuk zeuk eman dezakezu lehenbailehen alerta eta BBOB egin.

- Hurbildu biktimarengana, ingurua segurua bada.
- Egiatzatu ea konorterik duen, hitz egiozu, emeki mugitu eta, erantzuten ez badu, egiozu atximurkada txiki bat. Inola ere ez badu erantzuten, **KONORTEA GALDU** duela esan nahi du, eta 112ra deitu behar da (zuk zeuk edo beste batek dei dezake).

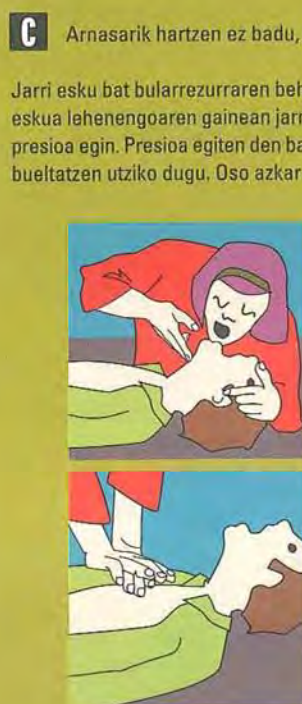
Bizkortzearekin hasi aurretik, ahoz gora jarri behar duzu pertsona, leku lau eta gogor baten gainean.



**A** Ireki aire-bidea. Horretarako, kopeta-kokotsa maniobra erabiltzen da: esku bat kokotsean jarri eta bestea kopetan, eta bultzatu biktimaren burua atzerantz.



**B** Arnasa hartzen ari den egiaztatu, honela: jarri zure masaila gaixoaren aho ondoan toraxi begira, arnas zaratarik dagoen entzun eta bere hatsa masailan sentitu, gehienez 10 segundotan..



**C** Arnasarik hartzen ez badu, BBOBekin:

Jarri esku bat bularrezurraren beheko erdian, bularraren erdian, beste eskua lehenengoaren gainean jarri eta besoak gutzituz luaturik daudela, presioa egin. Presioa egiten den bakoitzean bularra berriz ere lehengora bueltatzen utziko dugu. Oso azkar presionatu behar da (minutuko 100).

30 aldiz sakatu eta gero, ahoz ahoko sistema aplikatu: Biktimaren sudurzuloak estali bi atzamarrekin, ahoa ezpaineikin itxi eta haizea eman bi aldiz jarraian, bularra segundo batean, gutxi gora behera, igotzen dela ikusten duzula, aldi bakoitzean.

Zikloka aritu beharko duzu jarraian 30 konpresio eginez eta bitan haizea emanez gaixoa berpiztu arte edo anbulantzia heldu arte.

## URTIKARIA (LARRUAZALEKO ERUPZIOAK)

### Sintomak:

Etengabeko azkura. Eritemak eta babak agertzen dira bat-batean.



### Zer egin behar dugu?

Pentsatu zerk eragin duen eta saiatu eragile hori ez ukitzen.



Zaindu etor litezkeen ondorioak -sukarra, eztula, arnasa hartzeko zailtasunak, eta abar-.



Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

### Zer EZ dugu egin behar?

Hazka egin. Etxeko sendagaiak eman.

## IZOZTEA

### Sintomak:

Min handia. Erresumina. Funtzio ezintasuna. Sentiberatasunik eza. Mugitzeko gaitasunik eza. **Zer egin behar dugu?** Begiratu bizi-konstanteak. Babestu izozturiko aldea, bendak edo arropa garbia jarri. Berotu apurka-apurka izozturiko aldeak eta erantzi jantzi hezeak.



Eskaini edari beroak, tea, salda, eta abar.



Eraman medikuarenera. Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

**(((112)))**

### Zer EZ dugu egin behar?

Baben larruazala askatu. Eguzkitik babesteko erabiltzen diren olioak erabili.

## INTSOLAZIOA

### Sintomak:

Buruko mina. Arnasa hartze motela. Taupada arinak. Zorabioak. Konbultsioak, eldarnioa eta koma. Sukarra (geroago agertzen da). **Zer egin behar dugu?** Ipini zapi heze eta hotzak kopetan. Baldin eta sukarririk badu gorputz osoan jarri. Eman masajeak gorputz adarretan (beso eta hanketan).



Edan ur asko.



Joan ospitalera.

Haur eta adinekoen kasuan, areagotu eguzkitik babesteko baliabideen erabilera (kremak, eguzkitakoak, txanoak, eta abar). Ez jarri eguzkitan 12:00etatik 17:00etara.

Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

## biriketako oinarrizko bizkortzea) EGIN.



## GASOLINAK EDO PETROLIOAREN DERIBATU BATEK ERAGINDAKO INTOXIKAZIOA

### Sintomak:

Oka eta goralarrria. Logalea. Izerdia. Larruazal hotza. Zurbiltasun nabaria. Batzuetan erreduarak agertzen dira aho, ezpain eta mihiaren inguruan. Desorientazioa. Konbultsioak. Begien narritadura, malloak.



### Zer egin behar dugu?

Deitu 112 SOS DEIAK telefonora. Urrundu, ahal bada, kutsatutako aldetik. Erantzi, baldin eta jantziak gai toxikoz zikin badaude, eta garbitu ur eta xaboiz.



Aztertu biktima.

Egin ahoz ahokoa eta bihotz-masajea.

Eraman berehala ospitalera.

## SHOCKA

*Sistema kardiobaskularraren asaldatzea; ondorioz, odol gutxi heltzen da gure gorputzaren organoetara.*

### Sintomak:

Taupada azkarrak eta ahulak, hotza eta zurbiltasuna, larruazal lehora izerdi hotza. Asaldatzea arnasa hartzean, goralarrria eta oka. Ahultasuna. Egarrria.

### Zer egin behar dugu?

Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.

**(((112)))**

Aztertu bizi-konstanteak.

Aurre egin shockaren sorburuari (odol jarria, haustura, zauria, eta abar). Segurtasuneko albo-jarreran ipini, ahal bada. Lasaitu jantziak. Lasaitu biktima. Berotu jantziez.



Eraman berehala ospitalera.

### Zer EZ dugu egin behar?

Oka eragin. Jaten edo edaten eman.



## ISTRIPU LARRIA

### Zer egin behar dugu?

Deitu 112 SOS DEIAK telefonora. Aztertu zauritu guztiak. Zaurituaren inguruan ez zabaldu ikararik eta ez hitz egin ozenki istripuaz. Arnasa eten bazaio, garbitu behar ditugu arnasbide guztiak. Lekuz aldatzeko anbulantziak eraman, behar bezala.



Estali zauria, baldin eta odol jariorik badago. Txikia bada, nahikoa izango da eskuaz sakatzea. Garraiatzeko, geldiarazi beharko dugu, hankak eta besoak gorputzari lotuz eta, beharrezkoa bada gai zurrunen bat erabiliz, gorputza batera mugi dadin. Arreta handiz begiratu nola dagoen honako ardatz hau: burua - lepoa - bizkarrezurra.



### Zer EZ dugu egin behar?

Lasaitasuna galdu. Biktimaren gorputza edo lepoa mugitu. Jaten edo edaten eman.

## GORPUTZ ARROTZ BATEK ARNAS-BIDEAK OZTOPATZEA

### Teknika:

- 1.- Umea lurrian ahuspez dagoela, hankalatraba jarri umearen gainean.
- 2.- Jarri esku gurutzatuak bularrezurraren xifoide apendizaren azpian eta zakartasunez egin presioa 4 edo 5 aldiz gorantz eskuen eminentzia tenarekin (hatz lodiaz).
- 3.- Deitu 112 SOS DEIAK telefonora eta eraman gaixoa hurbilen duzun ospitalera.



Haurtxoa:



Haurra (urte bat baino gehiagokoa):



Mutil edo neska koskorra:

### Teknika:

- 1.- Heldu haurrari oinetatik eta jarri ahoz behera.
- 2.- Bizkarrekoak eman omoplato bien artean, eskuaren beheko aldea erabiliz.
- 3.- Aztertu ahoa eta kendu gorputz arrotzak.
- 4.- Hobera egiten ez badu, ekin berriro maniobrari.
- 5.- Deitu 112 SOS DEIAK telefonora.
- 6.- Eraman premia osasun etxera

### Teknika:

- 1.- Animatu haurra eztula egin dezan.
- 2.- Jesarri eta ipini haurra zure hanken gainean, zeharka: burua eskegita utzi behar du, enborraren azpitik. Esku batez gerritik helduko diogu haurrari; aldi berean, beste eskuaz lau edo bost bizkarreko azkar emango dizkiogu (omoplatoen artean).

### Teknika:

- 1.- Animatu haurra berez eztula egin dezan.
- 2.- Makurtu haurra aurrerantz eta eman bost bizkarreko txiki.



Mutil edo neska koskorra:

### Teknika:

- 1.- Jarri zutik mutil edo neska koskorren atzean. Makurtu haren burua aurrerantz eta eman zapladatxo batzuk.
- 2.- Jarri zutik edo jesarrita haurraren atzean eta ipini besoa haren sabelaldearen inguruan. Ipini ukabila sabelaldearen erdian, zilborraren eta bularrezurraren artean. Heldu ukabilari beste eskuaz. Erakarri bi eskuak zeureganantz, gorantz eta barrurantz apur bat sakatuz, sabelaldearen goiko aldea estutzeko. Egin gauza bera 4 edo 5 aldiz.
- 3.- Eraman ospitalera.

## SEGURTASUN EDO INDARBERRITZEKO JARRERA

Gaixoa konortetik ez baina arnasa eta pultsua dituenean erabiltzen da **segurtasun** edo indarberritzeko jarrera hau. Jarrera honi esker, oka egitea eta eztarria tratatzea prebenitu ahal ditugu.



### Teknika:

- 1.- Tolestu beheko besoa, haren gorputzarekin angelu zuzena egiteko.
- 2.- Ipini kanpoko eskuaren gaina masailaren azpian.
- 3.- Barruko hanka zuzen daukala, tolestu beste belauna.
- 4.- Jarrera horretan dagoela, ipini hanka gorago gorputzarekin angelu zuzena egin arte. Heldu buruari esku batez.
- 5.- Makurtu burua atzerantz, haurrak oka egiten badu, ito ez dadin.