



SAVE A LIFE



AMERICAN COLLEGE OF SURGEONS
*Inspiring Quality:
Highest Standards, Better Outcomes*



THE
COMMITTEE
ON TRAUMA



BLEEDINGCONTROL.ORG

Τι πρέπει ΟΛΟΙ να
γνωρίζουμε για τον έλεγχο της
αιμορραγίας μετά από
τραυματισμό





Η ΣΥΜΦΩΝΙΑ ΤΟΥ HARTFORD

Το Αμερικανικό Κολέγιο Χειρουργών εκτιμώντας την αύξηση των εκούσιων περιστατικών μαζικών απωλειών υγείας (τρομοκρατικές ενέργειες), τόσο από πυροβόλα όπλα όσο και από εκρηκτικούς μηχανισμούς, συνέστησε μια Μικτή Επιτροπή Μελέτης. Η επιτροπή συνεδρίασε στην πόλη Hartford του Connecticut και παρήγαγε μια σειρά από κατευθυντήριες οδηγίες. Τα έγγραφα αποτυπώνουν τη σύμφωνη γνώμη μιας διεπιστημονικής επιτροπής που περιλάμβανε ιατρικές ομάδες, τις ένοπλες δυνάμεις, το Συμβούλιο Εθνικής Ασφάλειας, το Υπουργείο Εσωτερικής ασφάλειας, το FBI, υπηρεσίες επιβολής του νόμου, την πυροσβεστική και τις υπηρεσίες έκτακτης ιατρικής φροντίδας. Αυτές οι οδηγίες αποτέλεσαν τη «Συμφωνία του Hartford».

Η πρωταρχική θέση της Συμφωνίας του Hartford είναι ότι :

***κανείς δεν θα πρέπει να χάνει τη ζωή του από
ανεξέλεγκτη αιμορραγία.***

Η Συμφωνία του Hartford συνιστά στην εκπαίδευση όλων των πολιτών στον έλεγχο της αιμορραγίας.

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τη Συμφωνία του Hartford και τον έλεγχο αιμορραγίας υπάρχουν στον ιστότοπο: **Bleedingcontrol.org**

ΣΩΣΕ ΜΙΑ ΖΩΗ:

Τι θα πρέπει να γνωρίζουμε όλοι για τον έλεγχο αιμορραγίας μετά από τραυματικό συμβάν

Συγγραφείς:

Peter T. Pons, MD, FACEP
Lenworth Jacobs, MD, MPH, FACS

Ευχαριστίες:

Οι συγγραφείς ευχαριστούν τους Michael Cohen και
James "Brooks" Hart, CMI για τη συνδρομή τους στον
σχεδιασμό αυτού του εγχειριδίου.

Ορισμένες εικόνες έχουν υποστεί προσαρμογή
από τον Adam Wehrle, EMT-P και τη NAEMT.

Για την Ελληνική έκδοση :

Πλεξουσάκης Μανώλης
National Medical Director PHTLS – PHTLS for first responders
Κουφουδάκης Διονύσης
National Medical Director TCCC
Κουκόπουλος Παναγιώτης
National Coordinator PHTLS – PHTLS for first responders
Καλύβας Θεόδωρος
Μεταφραστής – PHTLS provider

ISBN 978-618-83752-0-8



AMERICAN COLLEGE OF SURGEONS
Inspiring Quality:
Highest Standards, Better Outcomes



QUALITY PROGRAMS
of the AMERICAN COLLEGE
OF SURGEONS



PHTLS Greece
www.phtls.gr



© 2017 Αμερικανικό Κολέγιο Χειρουργών

ΕΝΟΤΗΤΑ 1: ΕΙΣΑΓΩΓΗ

ΕΝΟΤΗΤΑ 1 3

- Εισαγωγή
- Βασικές αρχές αντιμετώπισης και φροντίδας του τραύματος
- Το ABC της αιμορραγίας

ΕΝΟΤΗΤΑ 2 5

- Διασφάλισε τη δική σου ασφάλεια

ΕΝΟΤΗΤΑ 3 6

- **A** – Alert (Ειδοποίηση) – κάλεσε το 1-6-6

ΕΝΟΤΗΤΑ 4 7

- **B** – Bleeding (Αιμορραγία) – εντόπισε το τραύμα που αιμορραγεί

ΕΝΟΤΗΤΑ 5 9

- **C** – Compress (Πίεση) – εφάρμοσε πίεση για έλεγχο της αιμορραγίας:
 - Κάλυψε το τραύμα με καθαρό ύφασμα και εφάρμοσε πίεση απευθείας πάνω στο τραύμα με τα δύο χέρια **ή**
 - Χρησιμοποίησε ιμάντα ισχαιμης περιόδου – tourniquet **ή**
 - Γέμισε (επιπλωμάτισε) το εσωτερικό του τραύματος με γάζες **ή** καθαρό ύφασμα και εφάρμοσε πίεση με τα δύο χέρια

ΕΝΟΤΗΤΑ 6 13

- Ανακεφαλαίωση

ΕΝΟΤΗΤΑ 1: ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Καλώς ήλθες στο ενημερωτικό εγχειρίδιο :

Αντιμετώπισης της Αιμορραγίας / STOP the bleeding

Ο τραυματισμός μπορεί να οφείλεται σε πολλές αιτίες, όπως τροχαία ατυχήματα, πυροβολισμούς ή σκόπιμη πρόκληση σωματικής βλάβης και να συμβεί σε οποιοσδήποτε συνθήκες, στο σπίτι ή τον χώρο εργασίας.

Σε κάθε τραυματισμό οφείλουμε να εξαλείψουμε τους θανάτους που θα μπορούσαν να έχουν αποτραπεί.

Η ανεξέλεγκτη αιμορραγία είναι η πρώτη αιτία αποτρέψιμων θανάτων που οφείλονται σε τραυματισμό. Όσο περισσότερα άτομα γνωρίζουν πώς να ελέγχουν μια αιμορραγία, τόσο περισσότερες είναι οι πιθανότητες επιβίωσης των θυμάτων.

Μπορείς να βοηθήσεις να σωθεί μια ζωή, αν γνωρίζεις πώς να σταματήσεις μια αιμορραγία, σε κάποιον τραυματισμό, ακόμα και τον εαυτό σου.

Σε αυτό το εγχειρίδιο, θα μάθεις τους διαφορετικούς τρόπους ελέγχου αιμορραγίας, είτε έχεις διαθέσιμα μόνο τα δύο σου χέρια είτε ένα πλήρες φαρμακείο.

"Η ανεξέλεγκτη αιμορραγία είναι η πρώτη αιτία αποτρέψιμων θανάτων που οφείλονται σε τραυματισμό"

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΚΑΙ ΦΡΟΝΤΙΔΑΣ ΤΡΑΥΜΑΤΟΣ

- Διασφάλισε τη δική σου ασφάλεια
- Το **ABC** της αιμορραγίας
 - **A** – Alert (Ειδοποίηση) – κάλεσε το 1-6-6 ή 1-1-2
 - **B** – Bleeding (Αιμορραγία) – εντόπισε το τραύμα που αιμορραγεί
 - **C** – Compress (Πίεση) – εφάρμοσε πίεση για έλεγχο της αιμορραγίας:
 1. Κάλυψε το τραύμα με καθαρό ύφασμα και εφάρμοσε πίεση απευθείας πάνω στο τραύμα με τα δύο χέρια **ή**
 2. Χρησιμοποίησε ιμάντα ισχαιμης περιδεσης – tourniquet **ή**
 3. Γέμισε (επιπλωμάτισε) το εσωτερικό του τραύματος με γάζες ή καθαρό ύφασμα και εφάρμοσε πίεση με τα δύο χέρια.

Θα αναφερθούμε αναλυτικά σε καθένα από αυτά τα σημεία, στη συνέχεια αυτού του εγχειριδίου.

A: Alert (Ειδοποίηση)

B: Bleeding (Αιμορραγία)

C: Compress (Πίεση)

ΕΝΟΤΗΤΑ 2:

ΕΞΑΣΦΑΛΙΣΕ ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΟΥ ΑΣΦΑΛΕΙΑ

- **Πριν προσφέρεις βοήθεια, πρέπει να είσαι εσύ ασφαλής !!**
- Αν τραυματιστείς, δεν θα μπορείς να βοηθήσεις το θύμα
- Πρόσφερε φροντίδα στον τραυματία, εφόσον ο χώρος σου επιτρέπει να το κάνεις με ασφάλεια
- Αν, οποιαδήποτε στιγμή, απειληθεί η ασφάλειά σου, προσπάθησε να απομακρυνθείς (και να απομακρύνεις το θύμα, αν είναι δυνατόν) από τον κίνδυνο σε ένα ασφαλές σημείο
- Προστατέψου από αιματογενώς μεταδιδόμενα νοσήματα φορώντας γάντια, αν υπάρχουν, ή, εναλλακτικά κάλυψε τα χέρια σου με πλαστικές σακούλες

ΕΝΟΤΗΤΑ 3:

■ Alert (Ειδοποίηση)



■ Ζήτα βοήθεια

■ Τηλεφώνησε στο
166 ή 112 εσύ

ή

■ Ζήτα από κάποιον να
τηλεφωνήσει στο
166 ή 112

- Με αυτόν τον τρόπο, θα ειδοποιηθεί το ΕΚΑΒ, το ιατρικό προσωπικό επείγουσας βοήθειας και ανάλογα με την περίπτωση, και η αστυνομία



Τι είναι μια «απειλητική
για τη ζωή» αιμορραγία;

B

ΕΝΟΤΗΤΑ 4:

B BLEEDING (ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΑ)

- Εντόπισε την πηγή της αιμορραγίας



- Άνοιξε ή αφαίρεσε τα ρούχα πάνω από το τραύμα, ώστε να έχεις άμεση οπτική επαφή
- Αναζήτησε και αναγνώρισε την "απειλητική για τη ζωή" αιμορραγία

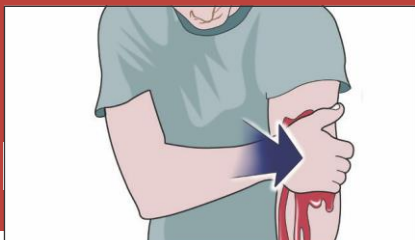
*Αφαιρώντας
τα ρούχα, θα
μπορείς να
δεις κρυφά ή
καλυμμένα
τραύματα.*



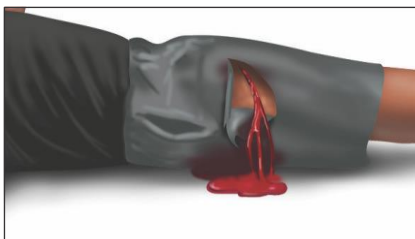
Τι είναι μια «απειλητική για τη ζωή» αιμορραγία;

ΟΡΡΑΓΙΑ)

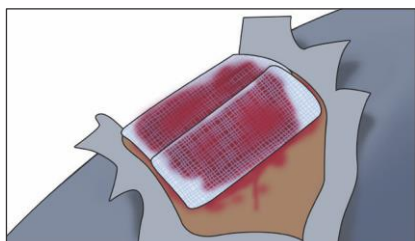
B



Αίμα που αναβλύζει από το τραύμα.



Αίμα που σχηματίζει λίμνη στο έδαφος.



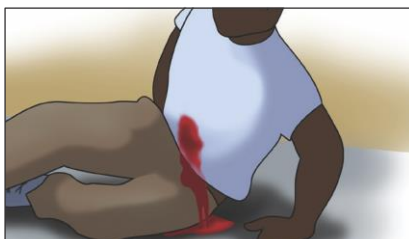
Επιδέσμους που έχουν εμποτιστεί με αίμα.



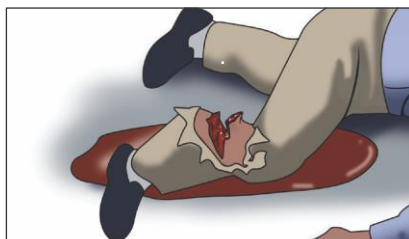
Αιμορραγία σε συγχυτικό ή ανίσθητο θύμα.



Αίμα που ρέει διαρκώς από το τραύμα.



Ρούχα που έχουν εμποτιστεί με αίμα.



Ολικό ή μερικό ακρωτηριασμό νεφριού ή ποδιού

ΑΜΕΣΗ ΠΙΕΣΗ ΠΑΝΩ ΣΕ ΤΡΑΥΜΑ

ΕΝΟΤΗΤΑ 5: **C** COMPRESS



ΒΑΣΙΚΟ ΣΗΜΕΙΟ: Υπάρχουν πολλές μέθοδοι που μπορούν να χρησιμοποιηθούν στον έλεγχο της αιμορραγίας και όλες έχουν ένα κοινό σημείο : την άσκηση πίεσης στο αγγείο που αιμορραγεί, προκειμένου να ελεγχθεί η αιμορραγία.

- Αν **ΔΕΝ** διαθέτεις φαρμακείο τραύματος:
 - **Εφάρμοσε άμεση πίεση στο τραύμα**
Κάλυψε το τραύμα με καθαρό ύφασμα και εφάρμοσε πίεση απευθείας πάνω στο τραύμα με τα δύο σου χέρια (βλ. σελίδα 10)
- Αν **διαθέτεις** φαρμακείο τραύματος:
 - Όταν υπάρχει απειλητική για τη ζωή αιμορραγία σε χέρι ή πόδι και είναι διαθέσιμος ιμάντας ισχαιμης περίδεσης – tourniquet :
Τοποθέτησε τον ιμάντα ισχαιμης περίδεσης – tourniquet (βλ. σελίδα 11)
 - Όταν υπάρχει απειλητική για τη ζωή αιμορραγία σε χέρι ή πόδι και **ΔΕΝ** είναι διαθέσιμος ιμάντας ισχαιμης περίδεσης – tourniquet ή όταν υπάρχει αιμορραγία στην περιοχή του λαιμού, του ώμου ή της βουβωνικής περιοχής:
Γέμισε (επιπλωμάτισε) το εσωτερικό του τραύματος με ειδική γάζα εμποτισμένη με αιμοστατικό παράγοντα (γνωστή και ως αιμοστατική γάζα) ή καθαρό ύφασμα, και εφάρμοσε πίεση με τα δύο χέρια (βλ. σελίδα 12)

Θα εξετάσουμε καθεμία από αυτές τις ενέργειες με περισσότερη λεπτομέρεια στις επόμενες σελίδες.

ΑΜΕΣΗ ΠΙΕΣΗ ΠΑΝΩ ΣΕ ΤΡΑΥΜΑ

C COMPRESS

C



1. Χρησιμοποίησε οποιοδήποτε καθαρό ύφασμα (π.χ. πουκάμισο) και κάλυψε το τραύμα
2. Αν το τραύμα έχει μεγάλη έκταση και βάθος, προσπάθησε να "γεμίσεις" με το ύφασμα το εσωτερικό του τραύματος



3. Εφάρμοζε συνεχή πίεση και με τα δύο χέρια απευθείας πάνω από το τραύμα που αιμορραγεί
4. Πίεσε όσο πιο δυνατά μπορείς
5. Διατήρησε την πίεση για να σταματήσει η αιμορραγία. Συνέχισε να ασκείς πίεση μέχρι να σε αντικαταστήσει ένας επαγγελματίας υγείας

ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΙΜΑΝΤΑ ΙΣΧΑΙΜΗΣ ΠΕΡΙΔΕΣΗΣ – TOURNIQUET

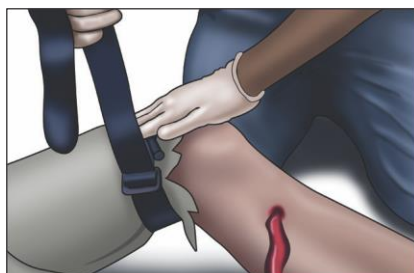
Αν υπάρχει διαθέσιμο φαρμακείο τραύματος:

Όταν υπάρχει απειλητική για τη ζωή αιμορραγία σε χέρι ή πόδι και είναι διαθέσιμος ιμάντας ισχαιμής περιδέσης – tourniquet :

■ Εφαρμοσε τον ιμάντα ισχαιμής περιδέσης – tourniquet

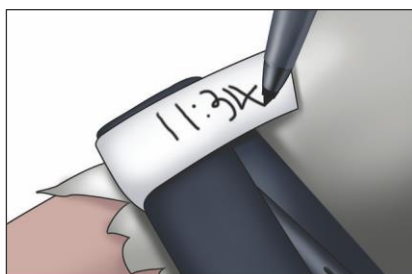
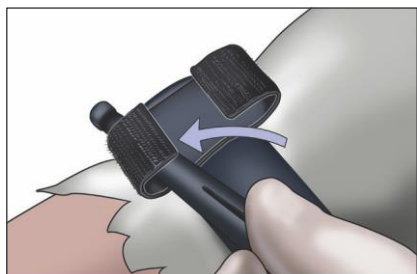
1. Τύλιξε τον ιμάντα γύρω από το χέρι ή το πόδι που αιμορραγεί περίπου 5 έως 8 εκατοστά πιο κεντρικά από το σημείο της αιμορραγίας.

Φρόντισε να ΜΗΝ τοποθετήσεις τον ιμάντα ισχαιμής περιδέσης – tourniquet πάνω σε άρθρωση – τοποθέτησέ το κεντρικότερα της άρθρωσης ένα αυτό είναι απαραίτητο



2. Τράβηξε το ελεύθερο άκρο του ιμάντα ισχαιμής περιδέσης – tourniquet, ώστε να το σφίξεις όσο περισσότερο γίνεται και ασφάλισε το ελεύθερο άκρο

3. Περίστρεψε ή γύρισε δεξιόστροφα το βαρούλκο έως ότου σταματήσει η αιμορραγία



4. Ασφάλισε το βαρούλκο ώστε να διατηρηθεί ο ιμάντας σφικτός

5. Σημείωσε την ώρα τοποθέτησης του ιμάντα ισχαιμής περιδέσης – tourniquet

Σημείωση:

Ένας ιμάντας ισχαιμής περιδέσης (tourniquet) προκαλεί πόνο, αλλά είναι απαραίτητος για τον έλεγχο απειλητικών για τη ζωή αιμορραγιών.

ΕΠΙΠΩΜΑΤΙΣΜΟΣ (ΓΕΜΙΣΜΑ) ΤΡΑΥΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΑΜΕΣΗ ΠΙΕΣΗ

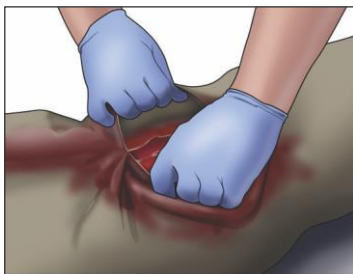
Αν υπάρχει διαθέσιμο φαρμακείο τραύματος:

Όταν υπάρχει απειλητική για τη ζωή αιμορραγία σε χέρι ή πόδι και **ΔΕΝ** είναι διαθέσιμος ιμάντας ίσχειμης περίδεσης – tourniquet

ή

Για απειλητική για τη ζωή αιμορραγία σε λαιμό, ώμο ή βουβωνική περιοχή βουβώνα:

- Γέμισε (επιπλωμάτισε) το εσωτερικό του τραύματος με αιμοστατική γάζα ή καθαρό ύφασμα, και εφάρμοσε πίεση με τα δύο χέρια.



1. Άνοιξε τα ρούχα πάνω από το τραύμα που αιμορραγεί
2. Σκούπισε τυχόν συσσωρευμένο αίμα



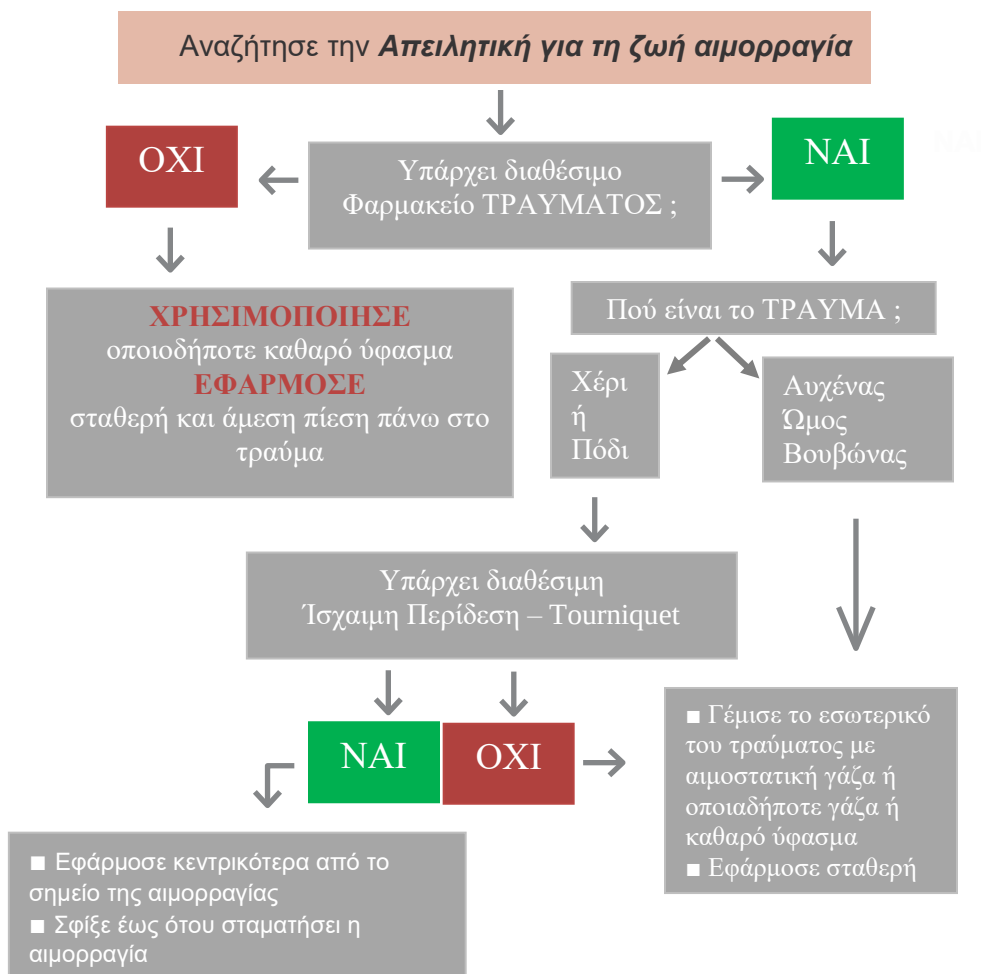
3. Γέμισε (επιπλωμάτισε) το εσωτερικό του τραύματος με αιμοστατική γάζα ή εναλλακτικά με απλή γάζα ή καθαρό ύφασμα.



4. Εφάρμοζε συνεχή πίεση και με τα δύο χέρια απευθείας πάνω στο τραύμα που αιμορραγεί
5. Πίεσε όσο πιο δυνατά μπορείς
6. Διατήρησε την πίεση για να σταματήσει η αιμορραγία. Συνέχισε να ασκείς πίεση μέχρι να σε αντικαταστήσει ιατρικό προσωπικό.

ΕΝΟΤΗΤΑ 6: ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΣΗ

Έλεγχξε την ασφάλειά σου





SAVE A LIFE



AMERICAN COLLEGE OF SURGEONS
*Inspiring Quality:
Highest Standards, Better Outcomes*

100+years



THE
COMMITTEE
ON TRAUMA



BLEEDINGCONTROL.ORG

Το μόνο πιο τραγικό από έναν
θάνατο από
αιμορραγία...
**ΕΙΝΑΙ ΕΝΑΣ ΘΑΝΑΤΟΣ
ΠΟΥ ΘΑ ΜΠΟΡΟΥΣΕ ΝΑ
ΑΠΟΤΡΑΠΕΙ.**

Η καμπάνια **STOP THE BLEED** - **Σταμάτα την αιμορραγία** ξεκίνησε από μια ομοσπονδιακή ομάδα εργασίας, η οποία συγκροτήθηκε από προσωπικό του Εθνικού Συμβουλίου Ασφαλείας του Λευκού Οίκου. Ο σκοπός αυτής της καμπάνιας είναι να καλλιεργήσει εθνικό σθένος, προετοιμάζοντας καλύτερα το κοινό να σώζει ζωές, αυξάνοντας την ευαισθητοποίηση σε ό,τι αφορά βασικές ενέργειες για τον έλεγχο απειλητικής για τη ζωή αιμορραγίας, σε καθημερινές καταστάσεις έκτακτης ανάγκης, καθώς και φυσικές καταστροφές. Η πρόοδος που σημειώθηκε στην στρατιωτική ιατρική και στην έρευνα σχετικά με τον έλεγχο της αιμορραγίας στη διάρκεια των πολέμων στο Αφγανιστάν και το Ιράκ, περιλαμβάνεται στο έργο αυτής της πρωτοβουλίας. Το STOP THE BLEED αποτελεί υπηρεσιακό σήμα κατατεθέν του Υπουργείου Άμυνας των Ηνωμένων Πολιτειών.

Η χρήση του εξοπλισμού και της εκπαίδευσης δεν εγγυάται τον έλεγχο όλων των αιμορραγιών ούτε την επίβιωση όλων των θυμάτων.

© 2017 Αμερικανικό Κολέγιο Χειρουργών