



MANUAL DE PRIMEROS AUXILIOS

LAS INDICACIONES QUE SE DAN A CONTINUACION, SERVIRAN UNICAMENTE PARA ESPERAR LA LLEGADA DEL MEDICO.

Si tiene que proporcionar primeros auxilios:

- 1.- Compórtese tranquilo y sereno
- 2.- Coloque al paciente en posición cómoda
- 3.- No levante a la persona sin que le hayan aplicado los primeros auxilios
- 4.- No le ponga alcohol en ninguna parte del cuerpo
- 5.- No darle líquidos

Siempre deberá darle prioridad a las lesiones que pongan en peligro la vida, en base al siguiente orden:

PARA TOMAR EL PULSO

Se colocan dos dedos en las arterias de la muñeca o del cuello. Deben sentirse aproximadamente 60/80 latidos en adultos, 100/120, y 140 en recién nacidos.

PARA VERIFICAR QUE EL PACIENTE RESPIRA

- 1.- Acerque su oído a la nariz del lesionado, para oír y sentir el aliento
- 2.- Acerque el dorso de su mano a la nariz para sentir el aliento
- 3.- Si es posible, coloque su mano bajo el tórax para sentir el movimiento
- 4.- Coloque un espejo cerca de la fosa nasal para ver si se empaña
- 5.- El numero de respiraciones normales de 15 a 20 por minuto





PARA CHEQUEAR LOS REFLEJOS

- 1.- Golpee la cornea para ver si el parpado responde con un movimiento
- 2.- Observe si la pupila se contrae al inducir un rayo de luz sobre ella
- 3.- Pellizque o pinche la parte interna del brazo o pierna, la cual debe moverse como respuesta

TRATAMIENTO ANTI-SHOCK

- 1.- Elimine la causa (contenga hemorragias, inmovilice fracturas, etc.)
- 2.- Tranquilice a la víctima
- 3.- Actúe con seguridad
- 4.- Retire cuerpos extraños de boca y garganta
- 5.- Abra las vías respiratorias colocando una almohadilla en la espalda, a la altura de los omoplatos
- 6.- Afloje la ropa del accidentado
- 7.- En caso de vómito, ladee la cabeza de la víctima para evitar la asfixia
- 8.- Cubra a la víctima para mantenerla a una temperatura adecuada
- 9.- Si es posible, eleve las piernas del lesionado de 30 a 40 cm.
- 10.- No le de líquidos aunque se lo pida





REANIMACION CARDIO-RESPIRATORIA

Cuando el enfermo haya perdido el conocimiento y no respire

- 1.- Colóquelo boca arriba
- 2.- Extienda el cuello teniendo cuidado en que no se trague la lengua
- 3.- Haga la respiración de boca a boca 20 veces por minuto
- 4.- Si aparentemente no late el corazón, presione sobre el centro de pecho 50-60 veces por minuto (2 personas pueden hacer esto, una atendiendo la respiración y otra los latidos del corazón)
- 5.- Llame de inmediato a un servicio medico de urgencias. (112)
- 6.- Continúe sin cesar las maniobras anteriores, hasta que llegue el medico

CONTUSION

Golpes y desgarraduras de la piel, chichón, moretón. Se colocaran en el sitio lesionado lienzos empapados en agua fría. Si el dolor es intenso, conviene aplicar un algodón impregnado de alcohol alcanforado. Horas después si la hinchazón es excesiva, póngase lienzos humedecidos en agua caliente y sostenga esta curación con vendaje ligeramente apretado.

HERIDAS

No hay que tocarlas con las manos sucias o con instrucciones que no este desinfectados. En las heridas de vientre, pecho, espalda y cabeza, llámese inmediatamente al medico mas cercano. Para curar una herida tendrá que esterilizar los instrumentos y desinfectar las manos: en una bandeja o plato de peltre se colocan una pinza y unas tijeras, se echa un poco de alcohol y se enciende. Las manos se levantan repetidas veces con agua y jabón se secan con algodón y se les baña abundantemente en alcohol. En la curación de las heridas hay que dar especial atención a la hemorragia y a la prevención de la infección.





HEMORRAGIAS

Si la sangra se escapa en forma de chorro, hay que ligar el miembro herido de la manera siguiente: con una cuerda, correa, pañuelo, etc., se rodea el miembro ciñéndolo fuertemente y anudando las extremidades de la cuerda. Esta ligadura quedara situada entre la herida y el raíz del miembro. Solamente si la sangre continua brotando en abundancia puede aumentarse la constricción amarrando un trozo de madera en las extremidades del vendaje y haciéndolo girar solamente en lo preciso para que se detenga la hemorragia. Si esta no es muy abundante, basta comprimir la herida con un pedazo grande de gasa estéril. Debe llamarse de inmediato al medico. Para prevenir la infección, póngase en la herida agua oxigenada, toques con tintura de yodo o alcohol, recúbranse de agua y algodón estériles, terminando la curación con un vendaje. El herido deberá ir a ver al medico lo mas pronto posible.

AMPUTACION

Cuando se desprende una mano, dedo, pierna, etc., cúrese la herida como otra cualquiera ligando la raíz del miembro, De ninguna manera debe separarse la porción amputada si esta queda todavía colgando de por algunos fragmentos de tejido.

LUXACIONES Y DISLOCACIONES

Se producen cuando un hueso se sale de su coyuntura sin que haya herida. No hay que tratar de componerla mediante tirones y maniobras bruscas que podrían ocasionar una fractura, concrétese a colocar una curación húmeda caliente y esperar la llegada del medico.

FRACTURAS

Los golpes y caídas pueden romper los huesos. Con toda suavidad coloque al lesionado en la posición más cómoda. Averigüe si hay o no herida y corte las ropas para descubrir la región golpeada. Si hay herida, es preciso curarla como se explico en heridas poniendo una ligadura en la raíz del miembro si hubiese fuerte hemorragia, inmovilice la extremidad utilizando tiras de cartón grueso o de madera de triplay. Mantenga al lesionado en reposo completo.





QUEMADURAS

Causadas por cuerpos sólidos a alta temperatura, líquidos hirviendo. etc. No hay que quitar las ampollas. Debe desinfectarse alrededor de la quemadura; cubrir esta con pomada de ácido pícrico al 2% o linimento óleo calcáreo. Colocar encima grasa estéril, algodón y vendaje suave. En quemaduras por cal viva, potasa o sosa y amoníaco fuerte, deben lavarse con agua de vinagre o azucarada, después de curarlas como las anteriores. Si son externas y profundas debe llamarse inmediatamente al médico.

INSOLACION

Les viene a los individuos que han estado mucho tiempo al sol; se siente con vértigos, basca, debilidad general, respiración rápida. Hay que ponerlo en la sombra, desnudarlo y echarles agua fría en la cabeza hasta que vuelva en sí. No hay que darles bebidas calientes ni alcohólicas.

MORDEDURAS Y PICADURAS DE VIBORAS Y ALACRANES

Líquense apretado, arriba de la mordida o piquete. Con una navaja o cuchillo puntiagudos flameados en alcohol, córtese en forma de cruz en todos los sitios de la mordedura o picadura, déjense sangrar libremente. Si la persona que atiende al lesionado está segura de no tener ninguna herida en la boca, debe chupar la sangre que brota de las cortaduras, escupiendo de inmediato. Si se ve que el enfermo se debilita, debe ponerse una inyección de las drogas llamadas hidro cortisona o Prednisolona. Si se dispone de sueros contra piquetes de alacranes o de la víbora que haya mordido, debe aplicarse de inmediato por vía intramuscular, siempre y cuando sea posible cerciorarse de que el paciente no hay recibido suero antes en su vida.





ATRAGAMIENTOS

Bebes: Sosténgalo boca abajo con un solo brazo y propínele golpes secos entre los omoplatos para liberar el objeto. Tenga mucho cuidado de extraer algún objeto de la boca del bebe; introduzca el dedo en la boca solamente si puede ver la obstrucción y si no hay peligro de empujarla hacia atrás en lugar de extraerla.

Para personas de un año en adelante: Se recomienda abrazar a la víctima por atrás, y hacer presión con ambas manos en el estómago, para intentar liberar la obstrucción. Si la víctima está acostada, la presión debe hacerse sobre el estómago, y si no se cuenta con nadie que nos ayude, se debe uno empujar el estómago con ambas manos.

DESCARGA ELECTRICA

Hay que separar al accidentado del contacto con la corriente eléctrica desconectando el switch o empujando con un palo para separarlo del alambre en caso de lo anterior no sea posible. Consiguiendo esto, si no respira, procédase como se indica en "REANIMACION CARDIO-VASCULAR"

AHOGAMIENTO POR INMERSION EN AGUA

Colóquese al accidentado boca abajo y con la cabeza a un nivel inferior que el resto del cuerpo. Espérese unos momentos a que escurra el agua aspirada y procédase a la "REANIMACION CARDIO-RESPIRATORIA".

SINCOPE VAHIDOS Y DESMAYOS

Es decir pérdida del sentido y del conocimiento. Hay que llevar al accidentado a un lugar ventilado conservarlo horizontalmente o con la cabeza colgando, aflojarle las ropas y darle a oler alcohol o eter, frotarle el pecho y darle una bebida caliente.





TAPIADO

Obstrucción de la vejiga, imposibilidad de orinar o tapadura. No tomar líquidos ni alimentos y someterse a un baño de asiento caliente y prolongado. Sea que se logre o no orinar casi siempre hay tiempo, sin mayor riesgo de buscar un medico que resuelva la emergencia. Descubra su causa y aconseje al paciente lo que tiene que hacer después.

ATAQUES CONVULSIONES

Introdúzcase un pañuelo enrollado en la boca, aflójese las ropas y llévesele a un sitio bien ventilado.

ENVENENAMIENTOS

Por ácidos, sosa, cal, amoniaco y oras sustancias químicas, gasolina, thinner y otros derivados del petróleo.

Cuando se trata de ácidos: Poner dos cucharadas soperas de bicarbonato de sodio en dos vasos de agua y darlo a beber de inmediato.

Cuando se trata de sosa o potasa: Poner una cuchara de vinagre o el jugo de cuatro limones en un vaso de agua y darlo a beber. NUNCA HAY QUE HACER VOMITAR AL PACIENTE.

Cuando se trata de sustancias químicas: Hacer vomitar al paciente metiendo un dedo a la boca tocándole la campanilla y dándole agua tibia con abundante sal. Batir dos claras de huevo en dos vasos de agua, darlo a beber y a los cinco minutos provocar nuevamente el vomito.

Pastillas para dormir: Provocar el vomito y dar a beber café negro en abundancia. Procurar no dejarlos dormir.

MORDEDURA DE PERRO

Hay que curar la herida como cualquier otra. No debe matarse al perro hasta convencerse si tiene o no rabia, pues de estar enfermo morirá a los tres días. En este caso el medico debe inyectar suero contra la rabia.





CUERPOS EXTRAÑOS EN LOS OJOS

No debe frotarse el ojo. El paciente debe cerrar los ojos hasta que lloren. Haciendo que el enfermo vea para arriba muévanse muy suavemente el parpado superior e inferior hacia la nariz.

HEMORRAGIA POR LA NARIZ

Colocar al enfermo con la cabeza hacia atrás y comprimir suavemente el orificio nasal que sangra.

