



Atdzīvināšanas pasākumi zīdaiņiem (0-1g.)

Publicēts: 30.09.2020.

Atjaunināts: 01.12.2021.

Par zīdaini tiek uzskatīts bērns vecumā līdz viena gada vecumam.

Situācijā, kad zīdains gūst nopietnu traumu (piemēram, cieš ceļu satiksmes negadījumā, nokrīt no augstuma - gultiņas, pārtināmā galdiņa u.c.) vai kādas saslimšanas dēļ pārstāj elpot, var notikt ar jebkuru ģimeni. Lai glābtu pašu mazāko, nekavējoties ir jāuzsāk atdzīvināšanas pasākumi un jāzvana uz ārkārtas tālruni [113](https://www.113.lv).

Kā sniegt atdzīvināšanas pasākumus zīdaiņim?

Gadījumā, ja nezināsi, kā sniegt palīdzību, izsaucot Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta mediķu brigādi, zvanot uz [113](https://www.113.lv), dispečercentra mediķi dos norādes un teiks priekšā, kā veikt atdzīvināšanas pasākumus, kamēr brigāde ir ceļā.

Pārliecinies par savu un zīdaiņa drošību.

Pārbaudi zīdaiņa samaņu: skalji uzrunā un viegli uzsit pa pēdiņu:

Ja zīdains reaģē/atbild, tātad ir pie samaņas:

- Atstāj zīdaini tādā pašā pozā, kā atradi,
- Pasargā zīdaini no apkārtējās vides iedarbības;
- Centies noskaidrot, kas noticis un sniedz nepieciešamo palīdzību;
- Ja nepieciešams, izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību, zvanot [113](https://www.113.lv);
- Regulāri atkārtoti pārbaudi zīdaiņa samaņu.

Ja zīdains nereaģē/neatbild, tad uzskati, ka viņš ir zaudējis samaņu.

Sauc "palīgā".

Novieto zīdaini uz muguras, uz cieta pamata.

Atbrīvo elpceļus, uzmanīgi atliecot galvu un paceļot zodu, nenspīžot mīkstos audus zem zoda.

Pārbaudi un izvērtē elpošanu redzot, dzirdot un jūtot ne ilgāk kā 10 sekundes:

Ja zīdains elpo normāli:

- Novieto zīdaini uz sāniem;
- Liec kādam izsaukt vai, ja esi viens, pats izsauc NMP;
- Atkārtoti pārbaudi zīdaiņa elpošanu;

Ja zīdains neelpo vai neelpo normāli (lēni, trokšņaini gārdzieni vai tikko nosakāma, neregulāra elpošana):

- Liec kādam izsaukt NMP;
- Uzmanīgi izņem no mutes tikai redzamos svešķermeņus ar mazo pirkstu (nemēģini izņemt svešķermeni, ja to neredzi).

Veic 5 elpināšanas "no mute-mutē un degunā":

- Atbrīvo elpceļus, atliecot galvu un paceļot zodu, nenospiežot mīkstos audus zem zoda;
- Katrai elpināšanai patērē apmēram 1-1,5 sekundes:
- Novēro, vai zīdaiņa krūškurvis paceļas;
- Turot zīdaiņa galvu atliektu un zodu paceltu, pagriez savu galvu un skaties, kā zīdaiņa krūškurvis saplok izelpas laikā;
- Novēro, vai nav rīstīšanās vai klepošana kā atbilde uz elpināšanu (7.punkts)

*Ja pēc pirmā elpināšanas mēģinājuma zīdaiņa krūškurvis nepaceļas, tad pirms nākamās elpināšanas:

- Atver zīdaiņa muti un izņem tikai redzamos svešķermeņus ar mazo pirkstu;
- Pārbaudi, vai zīdaiņa galva ir atliekta un zods pacelts.

Pārbaudi zīdaiņa dzīvības pazīmes:

- Meklē zīdaiņim dzīvības pazīmes, kas ietver kustības, klepošanu vai normālu elpošanu (lēni, trokšņaini gārdzieni vai tikko nosakāma elpošana, neregulāra elpošana nav dzīvības pazīme);
- Patērē tam ne vairāk kā 10 sekundes:

Ja esi pārliecināts, ka zīdaiņim ir dzīvības pazīmes:

- Turpini elpināšanu, ja nepieciešams, kamēr zīdaiņis pats sāk elpot;

Novieto zīdaiņi uz sāniem, ja tas ir bezsamaņā;

- Pēc apmēram 1 minūtes: ja NMP vēl nav izsaukta, pats izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību (zīdaiņi ņem līdzi);
- Nepārtraukti novēro zīdaiņi.

Ja dzīvības pazīmju nav, vai arī neesi par tām pārliecināts:

Atbrīvo sirds masāžas vietu no apģērba, divus pirkstus novieto krūšu kaula apakšējā daļā un veic sirds masāžu:

- Veic 15 masāžas
- Sirds masāžas temps 100 – 120 reizes minūtē;
- Sirds masāžas dziļums – 1/3 no krūškurvja diametra priekšas-muguras virzienā.

Veic pārmaiņus sirds masāžu un elpināšanu.

- Turpini masēt un elpināt attiecībā 15:2
- Pēc 1 minūtes: ja neatliekamā medicīniskā palīdzība vēl nav izsaukta, pats izsauc NMP, zvanot [113](#) (zīdaiņi ņem līdzi);

Atdzīvināšanas pasākumus pārtrauc tikai tad, ja:

- ierodas NMP brigāde un pārņem zīdaiņa atdzīvināšanu;
- zīdaiņim parādās dzīvības pazīmes - zīdaiņis sāk kustēties, klepot un elpot normāli;
- tavi spēki izsīkst.

*Ja ir vairāki glābēji, tad tie var mainīties, patērējot maiņai pēc iespējas īsāku laiku, un katrs veic atdzīvināšanas pasākumus dažas minūtes.

<https://www.nmpd.gov.lv/lv/atdzivinasanas-pasakumi-zidainiem-0-1g>