

# Arratsaldeon





# LEHEN SOROSPENAK MENDIAN

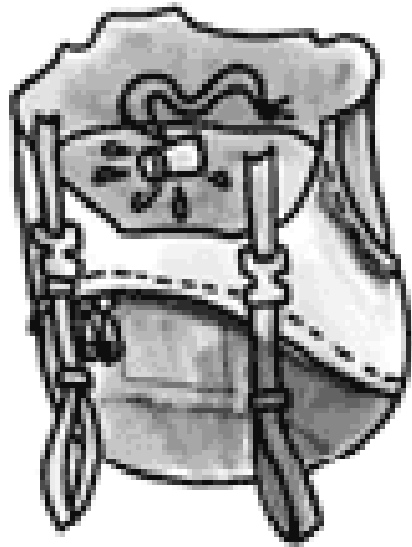
Tito Grijalba- Inés Asequinolaza  
Inda Mendi M.B.  
Zumaia, 2008 maiatza

# Ardura Orokorrak

- Arazorik ez izateko modurik onena berauek sahiestean datza.
- Zailtasun tekniko eta fisiko egokiak dituen ibilbideak aukeratu.
- Taldeko maila, bertako kiderik ahulena duen maila bera da.
- Istripuren bat izanez gero, egiten dakizuna soilik egin, batez ere okerragoa den zerbait gerta ez dadin.
- Urduritasuna sahiestu eta lasaitasuna mantendu.

# Prebentzio Neurriak

- Informazioa: eguraldia, ingurua eta ibilbidea
- Ekipaje egokia: botak, erropa, txapela, betaurrekoak, motxila eta makila.
- Dieta egokia: afari eta gosari ugariak, ibilaldian zehar tarteka-tarteka jan.
- Hidratazioa: pixaren koloreak esango digu, gure hidratazio maila zenbatekoa den.
- Prestakuntza fisikoa.
- Tetanoen aurkako txertoa.
- **ZUHURTZIA**



Larrialdietarako telefono  
europarra



112

- Animalien hozkada eta ziztada
- Landareen intoxikazioa
- Traumatismoak

# Animalien ziztada eta hozkadak

- **Ugaztunak:** Saguzarrak

- **Artropodoak**

- Intsektuak

- Erleak, listorak
- Eltxoak, ezparak
- Pinu-beldar

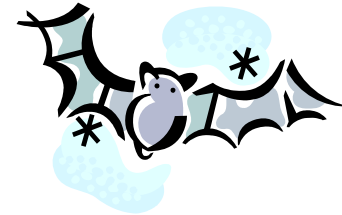
- Araknidoak: kaparrak, armiarmak eta eskorpioiak

- **Sugeak:** Montpellierko sugea eta sugegorria



# Ugaztunen hozkadaka

- Zauriaren azterketa
- Zauria betadine, ura eta xaboi ugarirekin garbitu.
- Min hartutako gorputz-adarra geldirik eta jasota izan.
- Sahiestu saguzarrak hartzea eta ukitzea.





erlea



erlastarra



liztorra

# Sintomak eta seinaleak

- Erreakzio **zehatzak**: azaleko hantura eta gorritasuna, oso mingarriak.
- Erreakzio **orokorrak**:
  - Toxikoak: era askotako ziztadengatik.
  - Inmunologikoak: erreakzio alergikoa.

# Intsektuen ziztada

- Eztena atera presiorik egin gabe
- 15 minutuz izotza izan.
- Gorputz-adarra igo.
- Analgesikoak.
- Hidrokortisonazko pomada %1ean



# Pinu-beldarra



- Substantzia urtikarizanteak liberatzen dituzten glanduladun ileak.
- Azalera itsatsita dauden ileak esparatrapu zati batekin aska daitezke.
- Hazkura oso sakona bada, hidrokortisonazko krema.

# Kaparrak



- Odolez elikatzen diren parasitoak.
- Rickettsien bidez parasitatutakoak dira %20.
- Eltxoek kaparrek baino gaixotasun gehiago zabaltzen dituzte.
- Lehen orduetan hateratzeko errazak.
- Gasolina, eter edo inzektizidarekin hiltzea komeni.
- Pintzekin heldu eta zuzen baina xuabe bota.
- Eskuak ongi garbitu eta ondoren betadine eman.



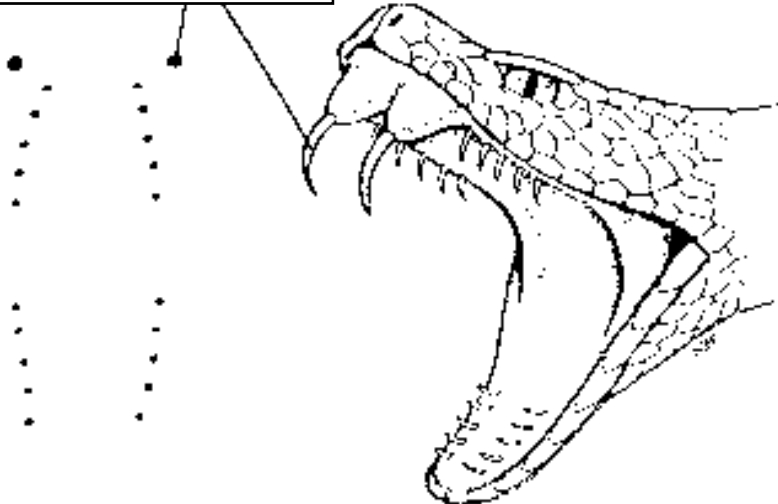
Mordedura  
de serpiente

Sugegorri

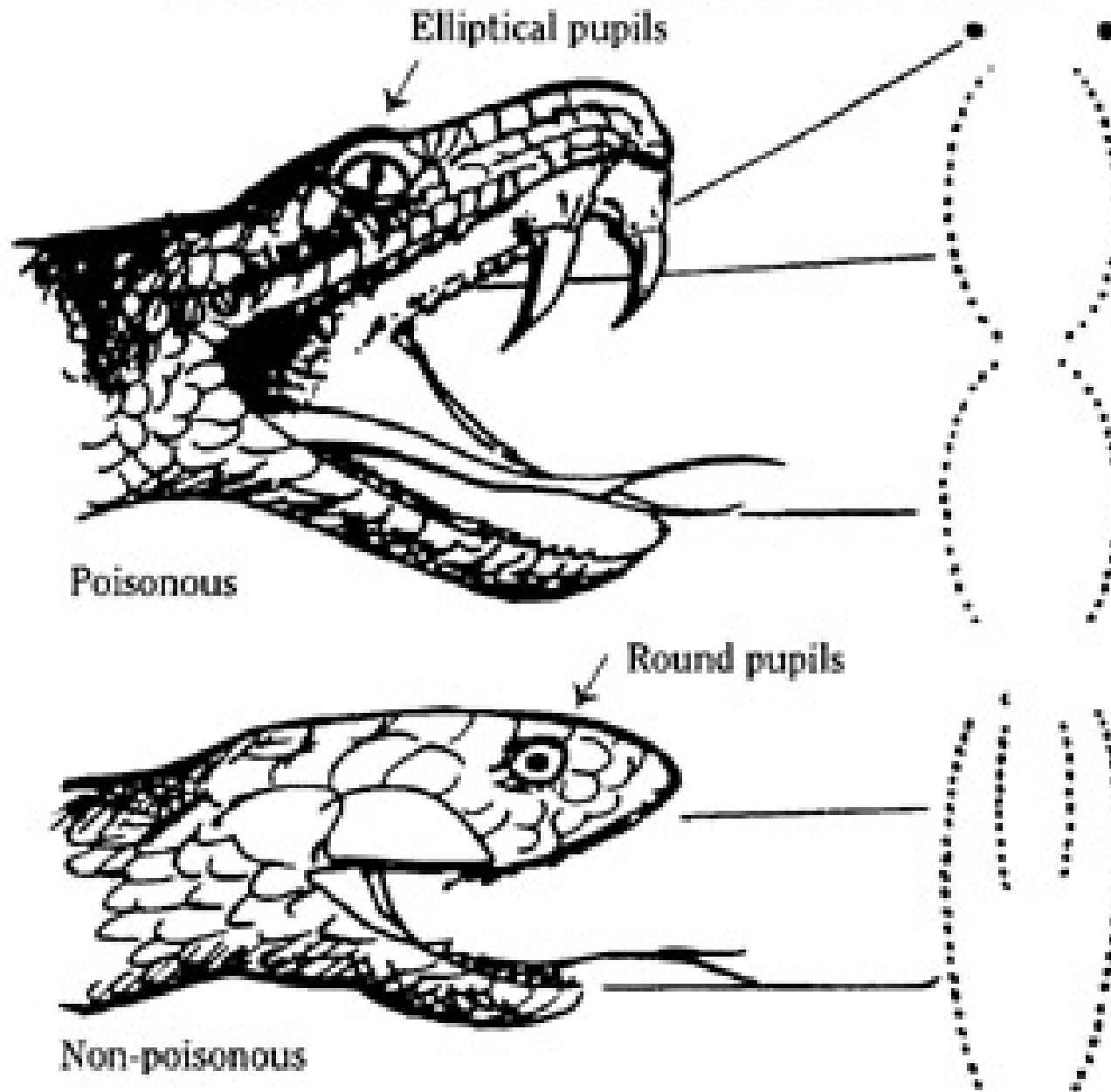


Marcas de dientes

Montpellierko sugea



# SNAKE BITE TEETH PATTERNS





# Seinu eta sintomak

## ● Zehatzak

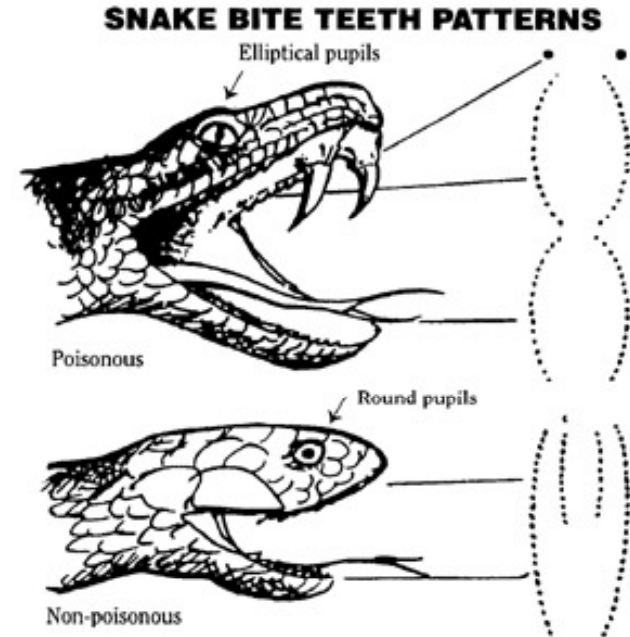
- Mina
- Edema (handitasuna)
- Gorritasuna, hematoma eta anpoilla.

## ● Orokorrak

- Liseri aparatukoak: goragalea eta gonbitoa.
- Neurologikoak: buruko mina, konbultsioak, bertigoa eta agitazioa.
- Kardiobaskularak: hipotentsioa, takikardia

# Tratamentua

- Hankada egiaztatu
- Lasaitasuna mantendu.
- Ez hasi korrika. Gaixoa ahalik eta gutxien mugituaz eraman.
- Xurgatzea ez da oso eraginkorra.
- 30 minutuz ur hotza.
- Ur eta xaboi askorekin garbitu. Ez ipini iodorik.
- Zauritutako lekua immobilizatu. Zauritatuko atala gorputza bera baino baxuago mantendu.
- Analgesikoa. Aspirina sahiestu
- Ospitalera eraman.



LANDARE  
POZOIDURAK







# Landare bidezko intoxikazio kasuen tratamendua

**iiiSAHIESTU, SAHIESTU, SAHIESTU!!!**

- Zuzenean ospitalera eraman. Berau kontsumitu duten eta sintomarik ez dutenak ere ospitalera bidali.
- Kontsumitutako perretxikuak ospitalera eraman.
- Bomitoa hasierako orduetan da erabilgarri.
- Konortetik gabeko pertsonetan debekatuta.

# Gorputz-adarretako traumatismoak

- **Hausturak:** Hezurrei eragiten die.
- **Zaintiratu eta luxazioak:** Lotailu artikularrei eragiten die.
- **Giharretako lesioak:** kalanbreak, kontrakturak, giharretako mina eta giharren haustura.

# Hausturak

## Seinale eta sintomak:

- Traumatismo bat izana aurretik.
- Zauritutako lekuan momentuan sortutako min handia.
- Inpotentzia funtzionala
- Itxuragabetasuna
- Soma daiteke karrakaren bat.



# Haustura baten aurrean nola jokatu

- Gaixoa **Aztertu** beste arazorik ez duela ziurtatzeko
- Beretzako **komodoena den posturan** ipini minik ez hartzeko.
- Zauria duen lekutik eraztuna, pultserak, erlojua eta abar.. **kendu**
- **Ez** saiatu haustura gutxitzen.
- Ospitalera eramateko gaixoa **inmobilizatzen** saiatu

# Zer egin zaintiratu baten aurrean

## ● Sintomak:

- Mina
- Haunditasuna
- Inguruak kolore morea hartzen du
- Artikulazioa mugitu daiteke nahiz eta mingarria izan.

## ● Tratamendua:

- Artikulazioa geldirik izan.
- Izotza edo hotza.
- Bendatu eta inmovilizatu.
- Larritasunaren arabera ospitalera eraman.

# Bihurdurak

## ● Sintomak

- Mina
- Haunditasuna
- Artikulazioak bere forma eta funtzionalitatea galtzen du

## ● Tratamendua

- Dagoen postura berdinean inmovilizatuko dugu.
- Ez da egokia trakzioa, horren bidez lesioak areagotu daitezke.

# Bendajeak

Gauza askotarako balio dute: zauriak estaltzeko, gorputz-adarrak geldirik izateko eta apositoak lotzeko.

- Ahalik eta posizio komodoena
- Artikulazioak posizio funtzionalean.
- Haustura bat dagoela sumatzen badugu, artikulazioa immobilizatu goitik eta behetik.
- Behatzak agerian utzi.
- Immobilizatzeko ferulak behar dira.

# Eskuetako eta behatzetako bihurtura eta hausturak.

- Eskua modu funtzionalean bendatu, (teniseko pelota bat helduko balu bezala).

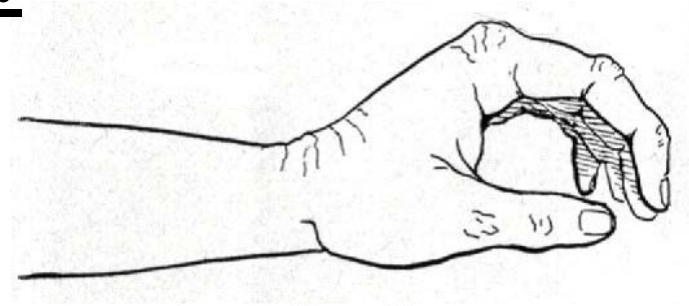
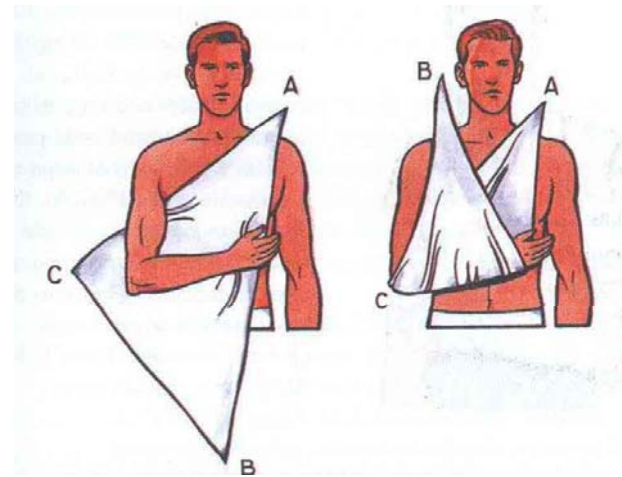


Figura 10

- Beso euskarri batekin jaso zauritutako lekua.

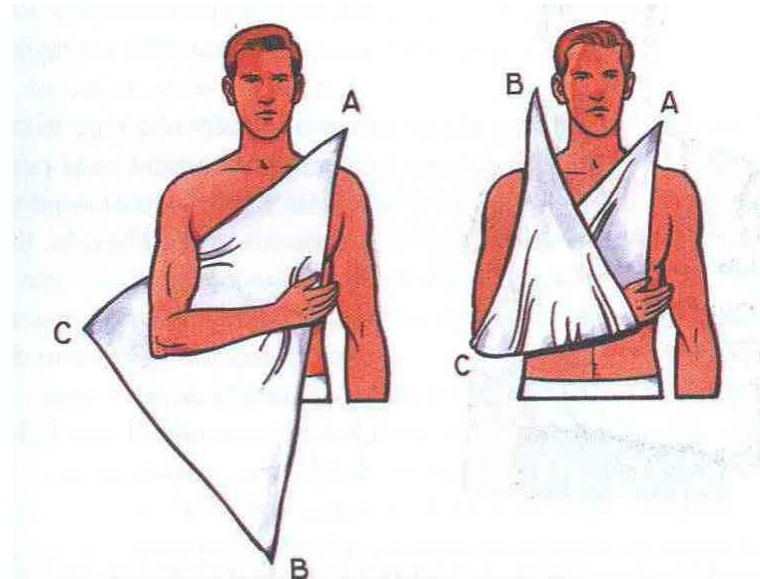
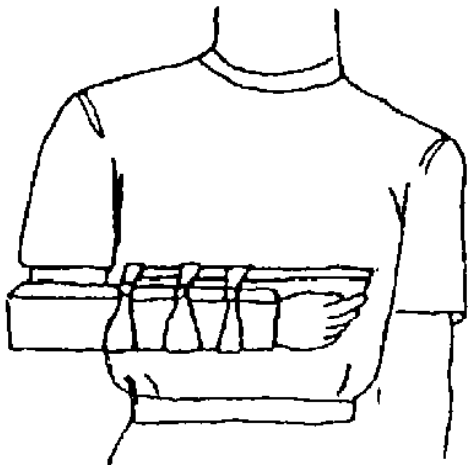


- Behatzak: alboko behatzarekin elkartuaz inmovilizatu.



# Besagainari eragiten dioten hausturak

- Tratamendu orokorra: eskumuturra eta ukondoa immobilizatu zuzen 90 gradutara.



# Sorbalda, ukondo eta besoko hausturak



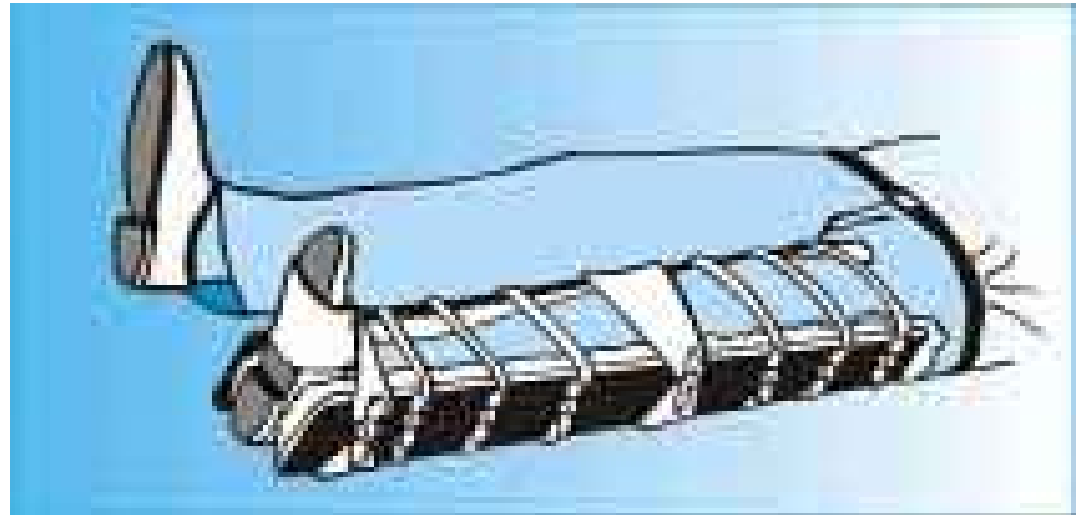
# Klabikulako hausturak





# Femur haustura

- Ferula ezarri
- Analgesikoa
- Ospitalera eraman.



# Tibia eta perone hezurren haustura



# Orkatilleko zaintiratu

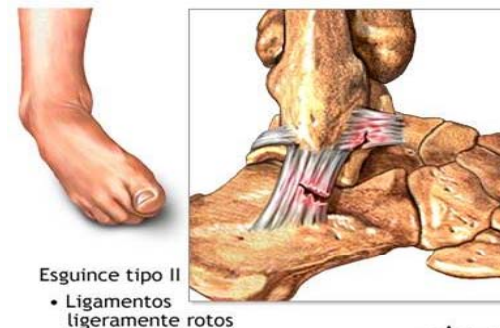
## ● 1. **Gradua:**

Sintomarik gabe egon ondoren,  
min handia.



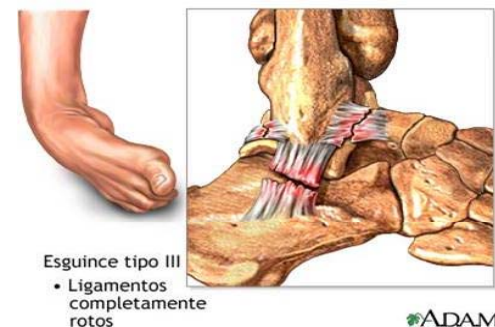
## ● 2. **Gradua:**

Tumefakzioa hasierako orduetan.  
Hematoma beranduago ateratzen da.



## ● 3. **Gradua:**

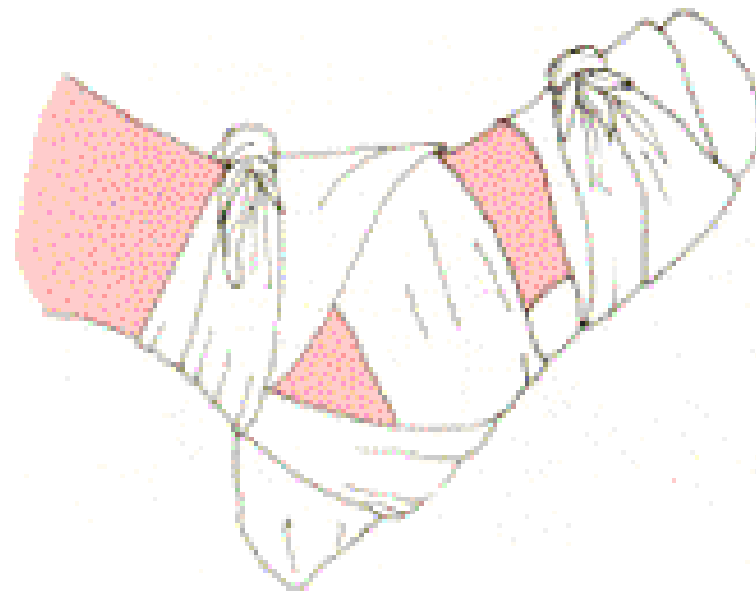
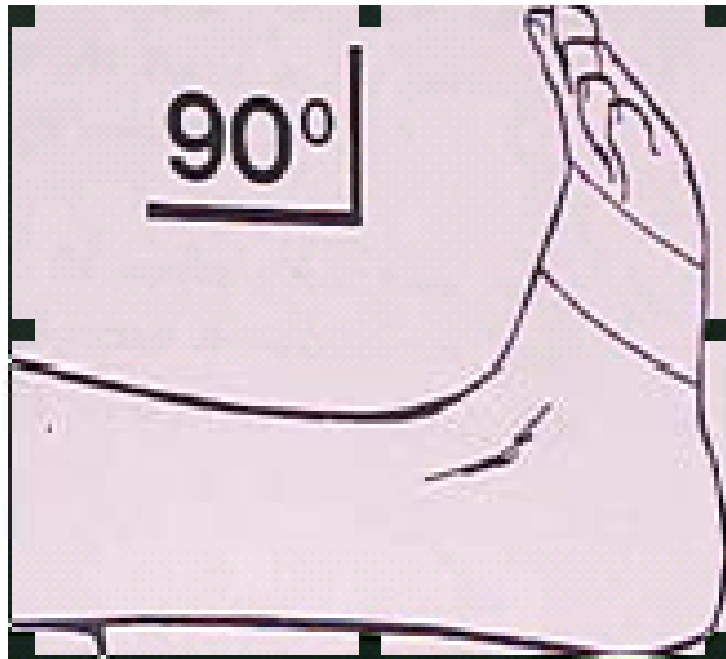
Min handia momentuan.  
Hematoma berehala ateratzen da eta batzutan gaixoak urradura antzematen du.



# Tratamendua

- Hotza ipini 15-20 minutuz 4 ordutik behin.
- Bendajea, benda elastiko batekin.
- Atsedena.
- Antiinflamatorioak.

# Orkatilleko bendajea



11)



Fig - 9



Fig - 10



Fig - 11

# Atal biguneko lesioak

- Kontusioak, kolpeak edo beltzuneak.
- Urradura: erorketa garaian belarrarekin edo elurrarekin kontaktua izatea.
- Zauriak.
- Anpoilak.
- Hematoma ungueala.

# Urradura eta zauriak

- Hemorragia kontrolatu:
  - Apositu bidez odolez dagoen zauria estali.
  - Zauritutako lekua jaso.
  - \*\*\*Torniketea: hau anputazioak daudenean kontrolatu ezin daitezkeen odoleztatze kasuetan.
- Zauria sakon garbitu.
- Urradura eta zaurietan ez da aholkatzen betadine eta mikromina ematea.
- Zauria txikia bada eta inguru garbian badago, libre utzi estali gabe. Gainontzean estali.



# Anpoilak

Prebentzioa: Ondo pentsatu botak noiz eta nola estreinatu.

- Botak ondo estutu.
- Roze puntuak badaude, esparadrapo zati batzuk ezarri. Hiru edo lau zati esparadrapo.
- Talkoa edo baselina.
- Bidean zoazela, mina baduzu, gelditu eta esparadrappoa ipini.

Tratamendua:

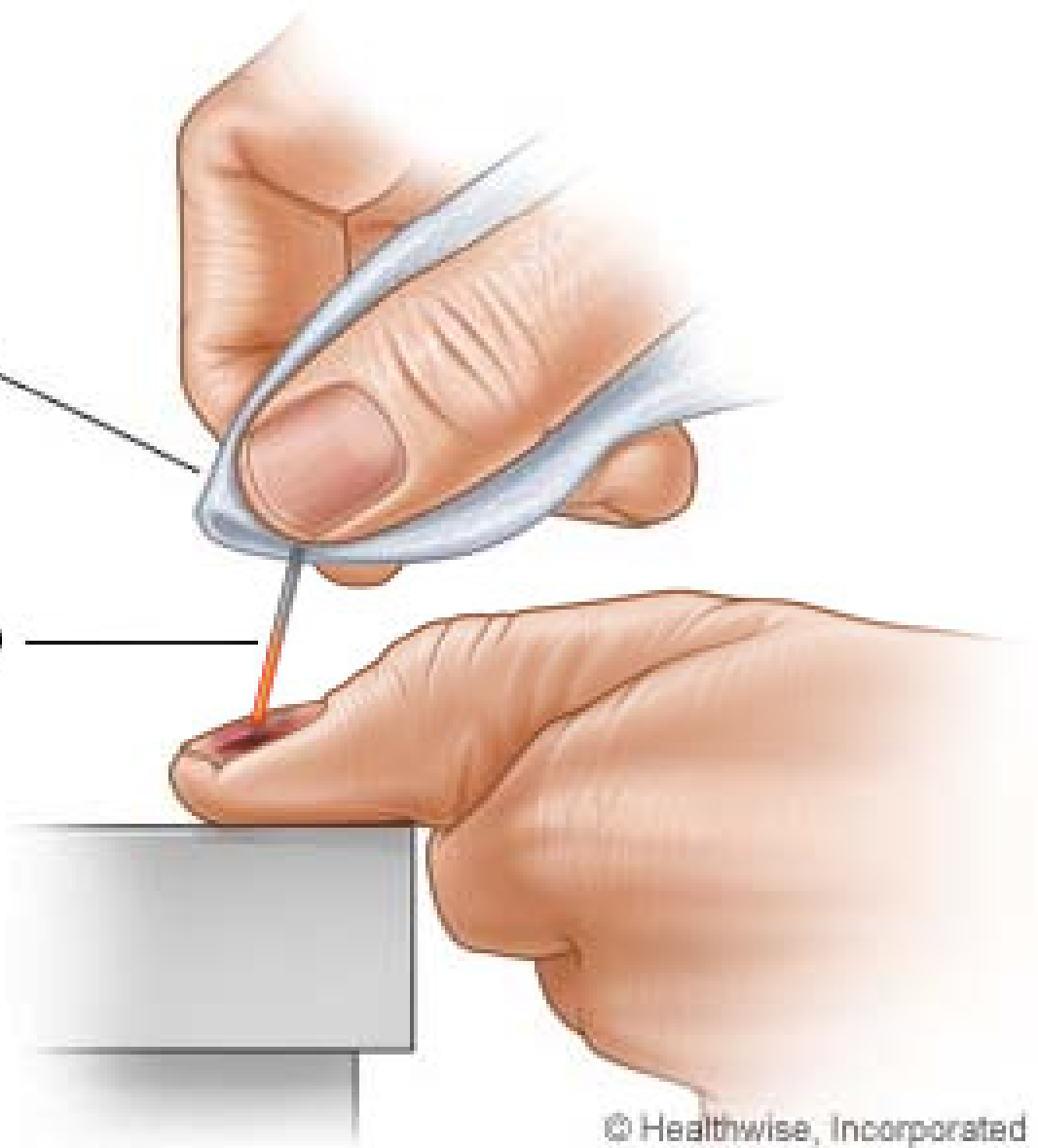
- ¿Anpoila ur desinfektatuarekin hustu?
- Betadinekin garbitu.
- Compeed-ekin estali.

# SUBUNGUEAL HEMATOMA



trapo limpio  
y grueso

sujetapapeles que ha sido  
enderezado y calentado



# Mendiko botikina

- Botikinaren pisua eta tamaina.
- Mendi ibilaldiaren iraupena.
- Mendizaleen ezaugarriak eta mendizale kopurua.
- Sendatzeko materialarekin inprobisatzeko aukera.
- **Erabiltzen dakiguna soilik eraman.**



## Mendiko botikin baten osaketa

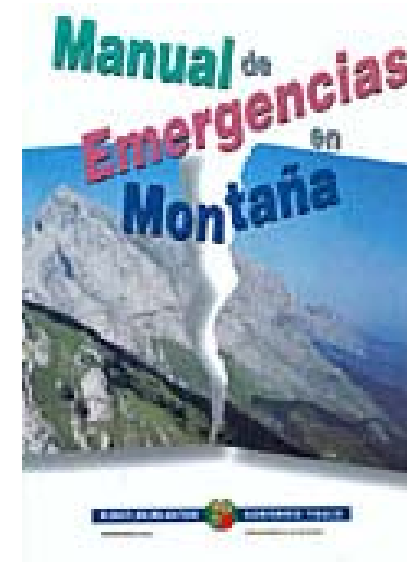
- Salbamendurako manta bat (hotzetik babesteko, zilarrezko aldea gorputzaren alderako eta berotik babesteko zilarrezko aldea kanpokaldea).
- 20x20eko gasak
- 5x10eko benda elastikoa.
- Telazko esparadrapo rolo bat.
- Compeed
- Guraizeak.
- Iodatutako Povidona.
- Zapi haundi bat.
- Paracetamol 500 mgr., ibuprofeno 400
- Erabilera pertsonaleko ohiko medikamentuak.
- Telefono mugikorra.

# Bibliografía

## **Manual de emergencias en montaña.**

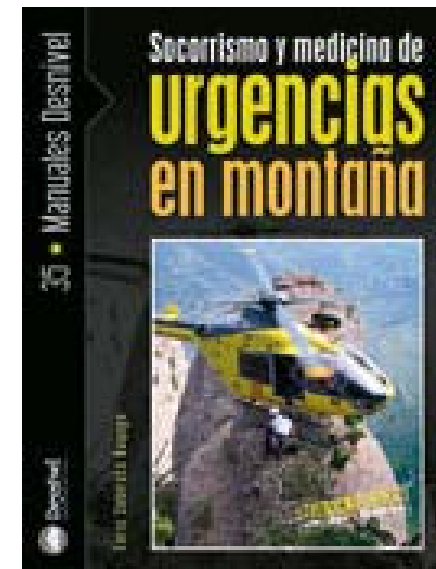
R. Gárate, K.Lizarraga, R. García Cuesta,R.  
Elkoro, J. Armentia, A. Burcio, R. Arregui,X.  
Garoia

Servicio Central de Publicaciones del  
Gobierno Vasco. 2006



## **Socorrismo y medicina de urgencias en montaña**

Enric Subirats Bayego. Ed. Desnivel.  
2006



# Eskerrikasko





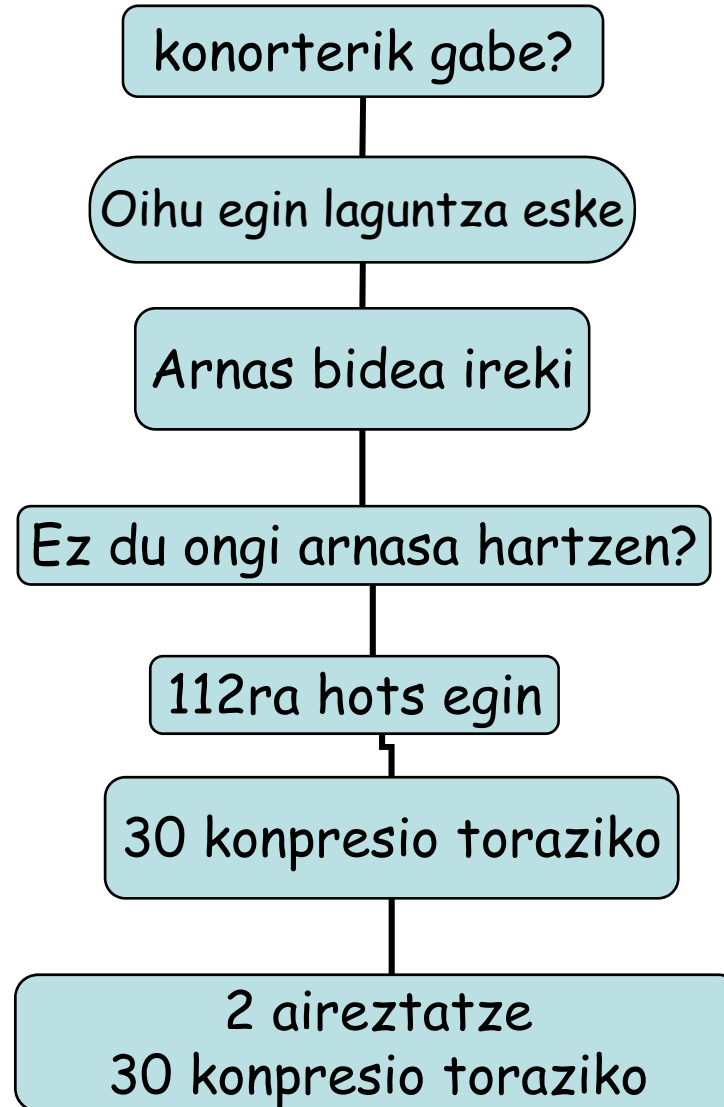
Arratsaldeon



# RCP (Erreanimazio kardiopulmonarra)

- Bihotza eta arnas aparatua gelditzean gaixo bati aplikatzen zaizkion teknika multzoa.
- Arnas mugimendu eta pultsua ez izatean oinarritzen da.
- Erreanimazio kardiopulmonarra momentuan burutu ez gero bizi iraupena bi edo hiru aldiz biderkatzen da.
- Bihotz gelditzearen pronostikoa lehenengo lau minutuetan burutzen ez bada okerrera egingo da.
- Oinarrizko RCPa: ekiporik eta medikazio berezirik gabe egiten da.
- Ingurua ebaluatu eta gaixoa babestu

# Oinarrizko RCP baten sekuentzia



# Konortetik gabe?

Oihu egin laguntza eske

Arnas bidea ireki

Ez du ongi arnasa hartzen?

112ra hots egin

30 konpresio toraziko

2 aireztatze  
30 konpresio toraziko



# Konstziente



Konortetik gabe?

Oihu egin laguntza eske

Arnas bidea ireki

Ez du ongi arnasa hartzen?

112ra hots egin

30 konpresio toraziko

2 aireztatze  
30 konpresio toraziko

Konortetik gabe?

Oihu egin laguntza eske

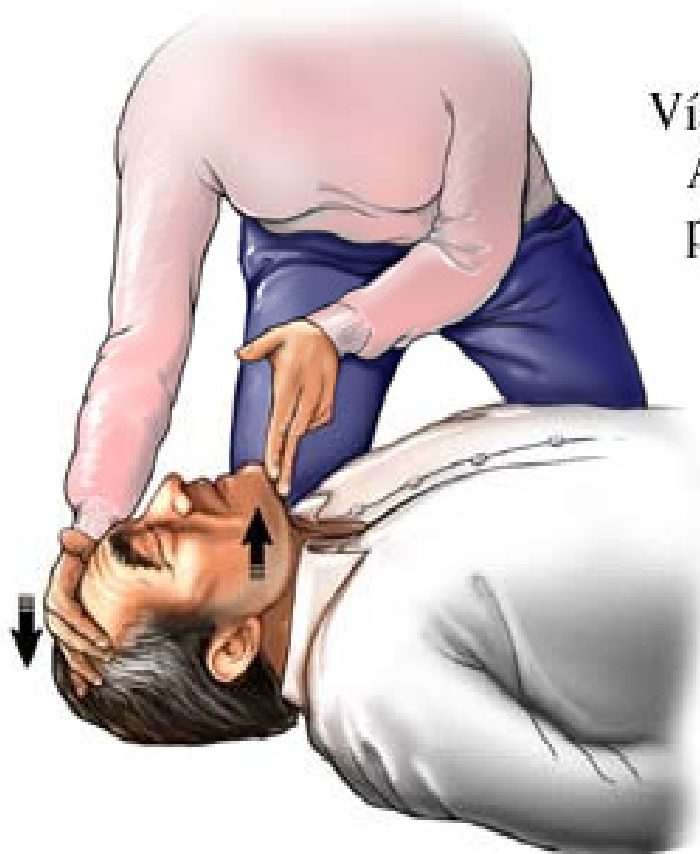
**Arnas bidea ireki**

Ez du ongi arnasa hartzen?

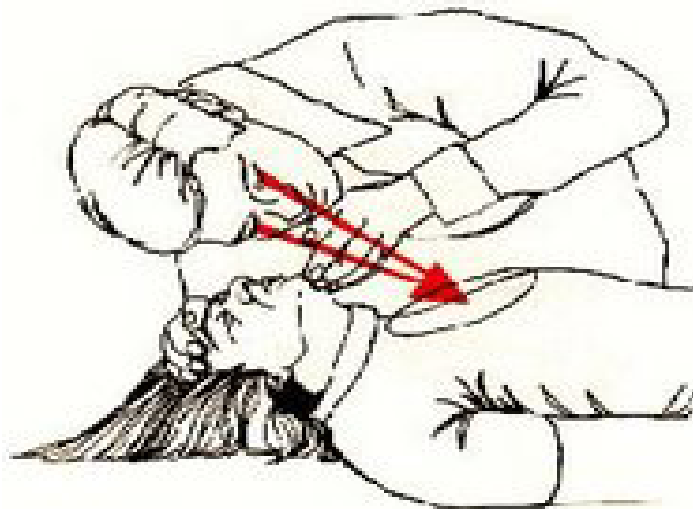
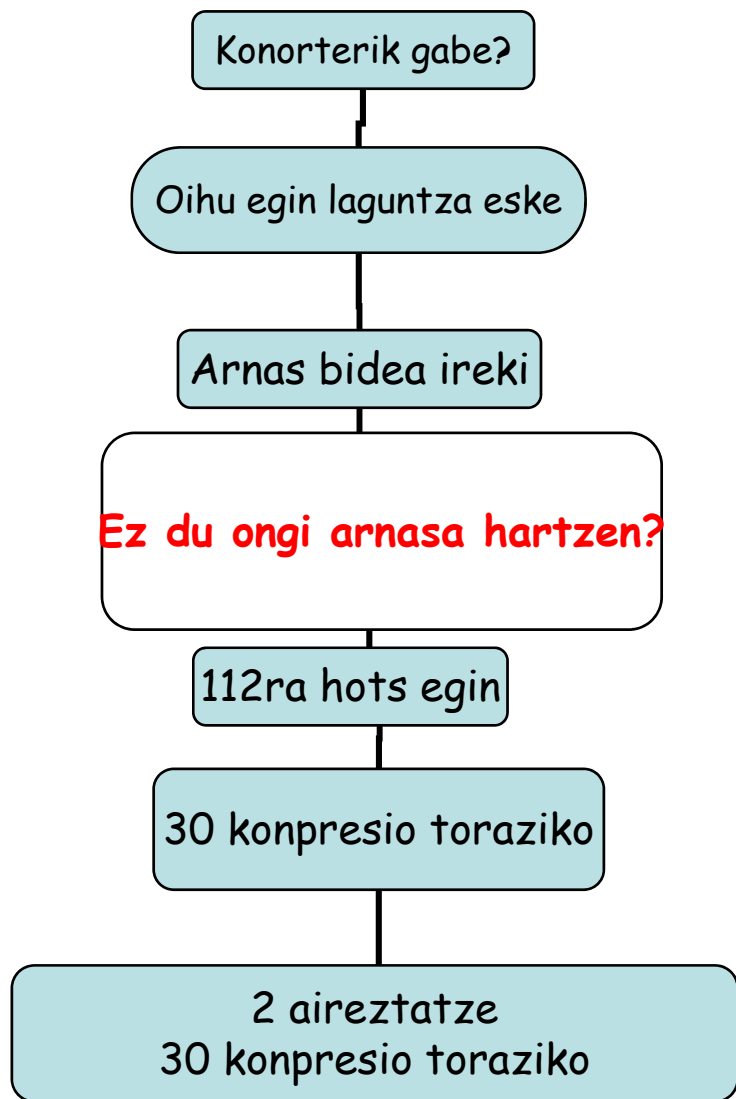
112ra hots egin

30 konpresio toraziko

2 aireztatze  
30 konpresio toraziko

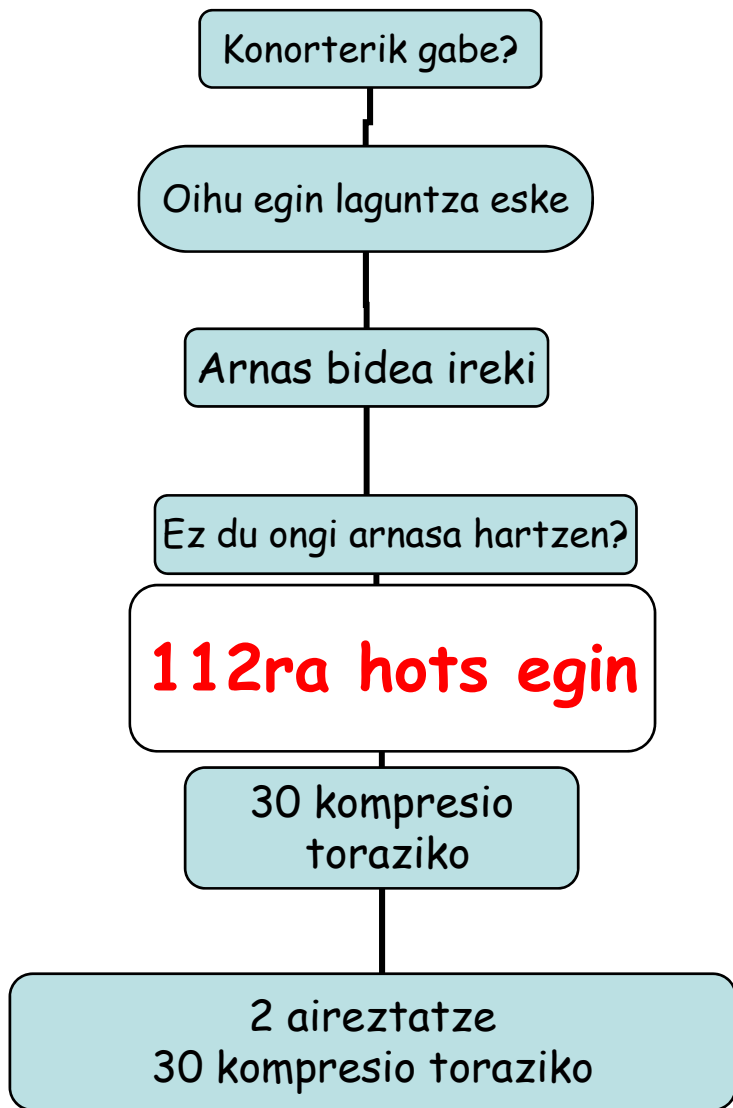


Vía aérea:  
Acomode la cabeza  
para abrir la vía aérea.

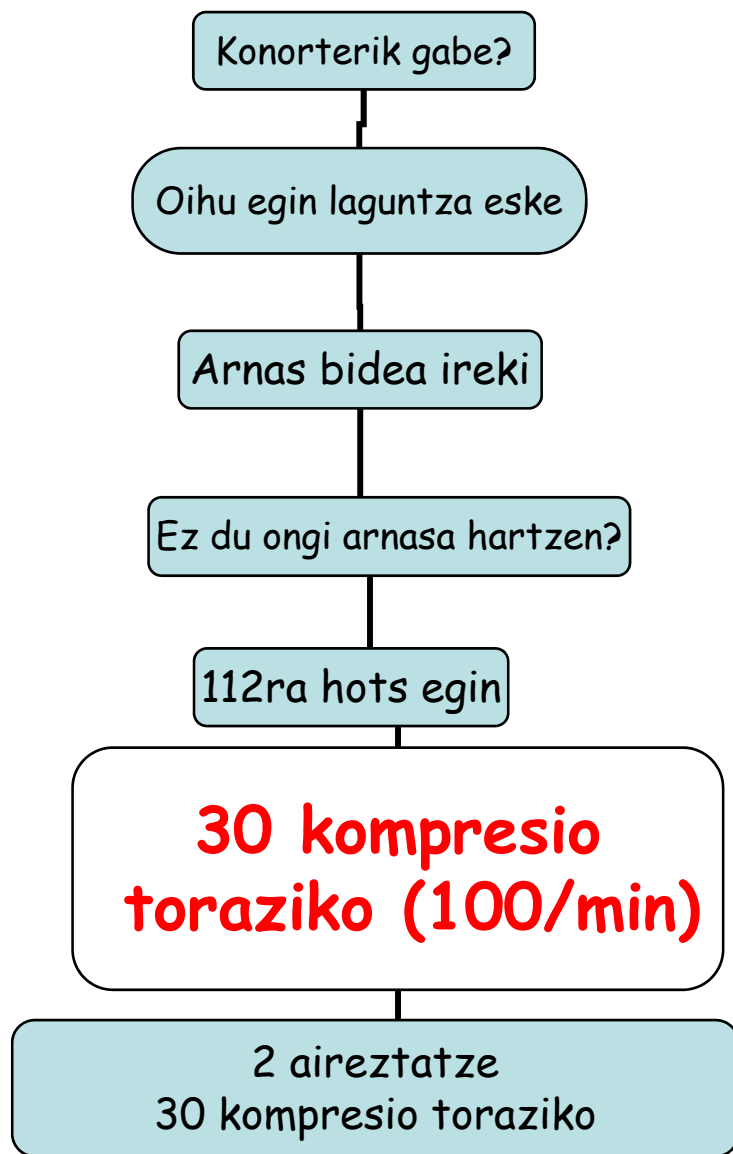


- ikusi
- entzun
- sentitu



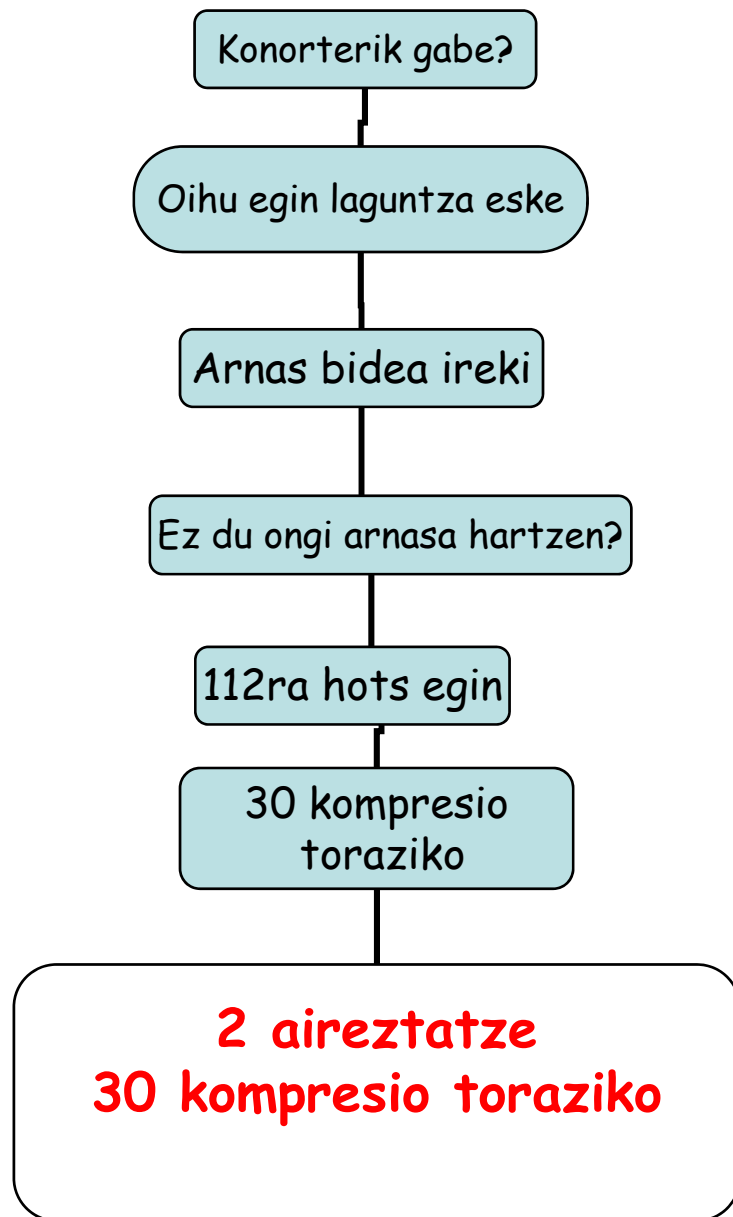






# KONPRESIO TORAZIKOA

- Eskuko orpoa bular erdian ipini.
- Beste eskuko orpoa lehenengoaren gainean ipini.
- Eskuak elkartu.
- Ziurtatu sahietsean, sabelaldean edo esternoi bukaeran presiorik ez egiten.
- Bertikalki ezarri gaixoaren bularrarekiko.
- Estutu esternoia 4-5 zm.



# ITOTZEA

- Itotzea gertatzen denean, guztia ongi irtetzeko aukerak areagotu egiten dira konpresio abdominalak bizkarrean ematen diren zartadekin **nahasten** badira.
- Ahotik material solidoren bat atera behar izanez gero, **begibistan dagoena bakarrik atera.**

# ITOTZEA

- **Seinale arinak** - estula egitera animatu.

- **Seinale larriak,**  
konortearekin

- 5 zartada bizkarrean
- 5 konpresio abdominal

- **Konorterik gabe:**

- Gaixoa lurrean ipini.
- Larrialdi serbitzua martxan jarri.
- RCP teknikarekin hasi.

Se coloca el puño por encima del ombligo de la persona, con el pulgar contra el abdomen



adam.com



Eskerrikasko