

# LISTA E KONTROLLIT TE NDIHMES SE SHPEJTE

## Per shoferet profesioniste te kamionave

Njohja si te pergjigjesh ne situata aksidenti eshte kritike ne shpetimin e jetes dhe minimizimin e plageve. IRU dhe UICR kane zhvilluar kete liste kontrolli te ndihmes se shpejte per te ndihmuar profesionistet e transportit rrugor te pergatiten per t'u pergjigjur sic duhet ne situata emergjence. Kjo liste kontrolli eshte ripare nga Federata Nderkombetare e Kryqit te Kuq dhe Shoqerite e Gjysem-Henes se kuqe (IFRC).

### 4 HAPA PER PERGJIGJE GJATE URGJENCES

#### 1. Vleresoni situaten



Vleresoni shpejt skenen e aksidentit, kini kujdes dhe shmagni pjesemarrjen tuaj ne te. Nese ndihma ka ardhur tashme ne vendngjarje, vazhdo udhetimin.

#### 2. Mbroni dhe siguroni mjetin



Perdorni pajisjen tuaj te sigurise ne bord per sigurimin e zones. Ju do te parandaloni aksidente shtese dhe do te lajmeroni perdorues te tjere rrugor te ecin me kujdes.

#### 3. Lajmero autoritetet Kompetente



Telefono sherbimet e urgjences dhe informoji ata per cdo rrezik te pranishem (zjarr, produkte kimike) dhe per situaten. Cfare ndodhi? Ku? Sa veta jane plagosur? Qendro i qete dhe ndiq udhezimet.

\* mund te jene numra te tjere kombetare

#### 4. Jep ndihme



Afroju viktimave dhe vlereso natyren e plageve. Ndermerr te gjitha masat per ti mbajtur ata te qete dhe minimizo plaget e tyre ndersa vijne sherbimet e urgjences.

### POZICIONI PERMIRESUES



Nese viktimja eshte pa ndjenja dhe merr fyte, vendosi ne

- 'pozicionin permiresues' duke i:
- rrotulluar ata butesisht dhe pa u shkaktuar plage ne nje pozicion te qendrushem anesor,
  - siguruar qe fytyra e tyre te jete e shtrire dhe goja e tyre te jete e hapur.

Pozicioni shtrire i lejon viktimen te mbaj rruget a frymemarrjes te pastra dhe te shmange mbytjen ndersa eshte pa ndjenja.

Duhet te shikoni vazhdimisht frymemarrjen e viktimes ne pozicionin permiresues derisa te arrijne sherbimet e urgjences.



## RIAKTIVIZIMI KARDIO-PULMONAR

Nese viktima eshte pa ndjenja dhe nuk merr fryme, ndiq keto hapa:



1) Ano koken nga mbrapa, ngri butesisht mjekren, dhe sigurohu qe rruget e frymemarrjes jane te pastra.



2)Kontrollo frymemarrjen per maksimumi 10 sekonda: Nese viktima nuk merr fryme, Fillo CPR dhe shihni nese gjeni nje Defibrilator te Jashtem te automatizuar (AED).



3) Vendos nje dore ne mes te kraharorit te gjoksit te viktimes dhe doren tjetër sipër te pares dhe pozicionoje veten direkt mbi viktimen.



4) Shtyp fort me te dyja duart 5-6 cm ne kraharor 30 here (me nje ritem prej dy shtypje karaharoi per sekond) ndjekur nga 2 frymemarrje.



5) Fryj ne gojen e viktimes 2 here. Ju do te shihni gjoksin e viktimes tek ngrihet.



6) Perserit ciklet prej 30 shtypje gjoksi derisa nje AED ose sherbim urgjence vjen ose frymemarrja rifillon.

## PLAGET: GJAKDERDHJA, DJEGJET DHE KAFSHIMET



Ne rast gjakderdhje, perdor materialet ne kutine e ndihmes se shpejte per te aplikuar shtypjen ne plage. Nese eshte e mundur, perdor nje fashe te paster ose shtyp duke mbajtur me duar.



Ne rast djegiesh zona e djegur duhet te ftohet me uje te ftohte (15-25C) sa me shpejt te jete e mundur dhe duhet te vazhdoje te ftohet derisa dhimbja te ulet.



Ngrijeni plagen duke ushtruar presion direkt ne plage me nje fashe lidhese.



Ne rastet e kafshimit te kafsheve ose plageve te tjera, plaga duhet te laget me uje te paster dhe te thirren mjeket profesioniste per te parandaluar infeksione si terbimi apo tetanozi.

## PARANDALIMI I AKSIDENTEVE



Nese nuk ndjeheni mire, nuk duhet te ngisni mjetin. Ndalo ne vendin me te afert te sigurte.

Telefononi nje mjek profesionist dhe ndiq rekomandimet per permiresim.



Pusho dhe shiko nese ndjehesh mire para se te vazhdosh udhetimin.



[www.uicr.org](http://www.uicr.org)



**ANALTIR**  
ATI INSTITUTI I TRAJNIMIT ANALTIR

[www.iru.org](http://www.iru.org)  
**IRU**  
Academy