



Toplo vreme prinaša pričetek motoristične sezone. Zaščitne čelade močno zmanjšajo tveganje za poškodbe motoristov ob morebitnih nesrečah, hkrati pa je potrebno vedeti, kako in ali jih ob nudenju prve pomoči varno sneti.

**Str. 11-12**



# Aktualno spomladi in poleti: Prva pomoč motoristom

**K**er se je ravno te dni pričela motoristična sezona, je trenutno aktualno reševanje motoristov, kjer so zelo pomembni postopki snemanja zaščitnih čelad. Če znamo sneti motoristično čelado, bomo v nujnih primerih znali sneti tudi katero koli drugo (delovno, športno, gasilsko, kolesarsko) čelado.

**Avtor:**  
Danijel Andoljšek, dipl. zn.

Zadnje čase pogosto slišimo o hudih prometnih nesrečah motoristov in sopotnikov. V večini primerov gre za neprilagojeno hitrost in padec po tleh ali trk v oviro. Udeleženci imajo v večini primerov težje poškodbe. Prve minute vladata med naključno mimoidočimi panika in strah. Pristop do poškodovancev naj bi bil vedno enak, vedno poskušamo pristopati frontalno, tako, da nas poškodovanci najprej zagledajo in šele nato zaslišijo.

Kako ukrepati? Ali motoristu snamemo čelado? Ali mu poskušamo pomagati, da vstane, ali ga pustimo pri miru?

## ZAŠČITNE ČELADE

Pri motoristih najpogosteje zasledimo dva tipa zaščitnih čelad. Preklopne čelade, pri katerih se bradni del dvigne, in integralne čelade, ki so popolnoma fiksne.

[Kdaj lahko laiki snamejo poškodovancu zaščitno čelado?](#)

**Samo v primeru, ko je potrebno oživljanje, ali pa v izjemnih okoliščinah, ko bi poškodovanec začel bruhati in bi se s čelado na glavi lahko zadušil.**

Pri preklopnih čeladah je sam postopek potega čelade z glave malo lažji, saj se čelada nekoliko bolj razširi in lažje zdrсне z glave.

## POSTOPEK

Ko pristopamo na mesto nesreče, vedno najprej poskrbimo za lastno in poškodovančev varnost. Poskušamo pristopiti od spredaj, saj s tem preprečimo nepotrebno obračanje poškodovančeve glave, ko poskuša ugotoviti, iz katere strani prihajajo ropot naših korakov ali drugi šumi. Ko prispemo do poškodovanca, poklekne in ga primemo za čelado.



Slika 2: Pristop in fiksacija glave preko čelade

S tem, ko smo ga prijeli za čelado, smo ročno zavarovali premike glave in vratne hrbtenice. Poskušamo vzpostaviti verbalen kontakt in počakamo na morebiten odziv. Če se poškodovanec odzove, je pri zavesti in ni potrebe, da mu snamemo čelado – počakamo na nujno medicinsko pomoč. Če se poškodovanec ne odziva, pa je stanje bolj resno. Zelo priporočljivo je, da nam pri prvi pomoči nekdo pomaga. Druga oseba naj poklekne za poškodovančev glavo in preprime mesto, kjer smo pred tem sami držali.

*nadaljevanje na naslednji strani*



Slika 1: Preklopna čelada in integralna čelada



Slika 3: **Preprijevanje glave**

Pomočnik drži glavo, sami preverimo ali je poškodovanec živ. Z eno roko primemo bradni del čelade, z drugo roko pa odpremo vizir čelade.



Slika 4: **Kontrolirano odpiranje vizirja**

Prislonimo uho nad njegov nos in usta, ob tem pa gledamo v poškodovančev prsni koš. Preverjamo, ali poškodovanec diha. Za to ne porabimo več kot 10 sekund.

Če po desetih sekundah ugotovimo prisotnost dihanja, ga pustimo v takem položaju in počakamo na reševalce, vendar ne spuščamo poškodovančeve glave ter vsako minuto preverjamo dihanje.

Če poškodovanec ne kaže znakov življenja, pa moramo sneti zaščitno čelado. Sledi odpenjanje podbradnega pasu čelade (če ga ne znamo odpeti, ga kontrolirano prerežemo). Če imamo opravka s preklopno čelado, poskušamo na čeladi otipati mehanizem (zatič), ki sprosti bradni del čelade in nam omogoča dvig bradnega dela.



Slika 5: **Dvig bradnega dela čelade**

Pri integralni čeladi odpnemo samo pritrdilni pašček. Od tu naprej sledita prijem in fiksacija spodnje čeljusti z eno roko, z drugo roko pa primemo pod zatilni del glave. Roka, ki drži zatilni del glave, je naslonjena na podlago.



Slika 6: **Fiksacija spodnje čeljusti in zatilnega dela glave**

Ko je glava tako fiksirana, pomočnik, ki kleči za glavo, preprime čelado za spodnja robova, čelado kolikor je mogoče razširi in prične snemanje s poškodovančeve glave.

**Kako ukrepati?  
Ali motoristu  
snamemo čelado?  
Ali mu poskušamo  
pomagati, da  
vstane, ali ga  
pustimo pri miru?**



Slika 7: **Postopek vleke čelade z glave**

Pomočnik, ki je snel čelado, jo čim prej odloži ter ponovno prevzame varovanje glave in vratnega dela hrbtenice. Glavo drži na enak način, kot jo je pred tem držal preko čelade. Takoj za tem se prične z nadaljnjimi neodložljivimi posegi.



Slika 8: **Prevzem fiksacije glave**

V takem položaju počakamo na reševalce. V članku sem poskušal nazorno opisati postopek, kako pri poškodovanem motoristu snamemo zaščitno čelado. Vse druge čelade (gasilska, športna, kolesarska, delovna ...) se veliko lažje snamejo, postopek ukrepanja pa je popolnoma enak. [50](#)

#### VIR IN LITERATURA:

1. ERC European Resuscitation Council, Guidelines 2015
2. prof. dr. sc. Uroš Ahčan, dr. med. Prva pomoč, priročnik s praktičnimi primeri
3. Slike: lasten foto arhiv