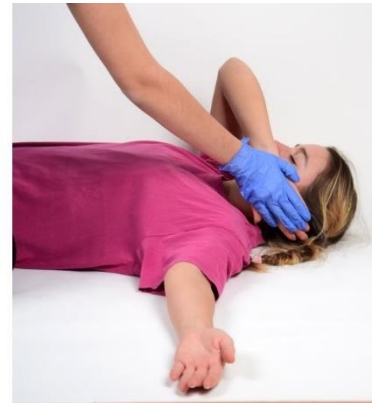


MENTÉSI TESTHELYZET (stabil oldalfektetés)

1. A bajbajutott alsó végtagjait, a sarkainál zárja össze! /
A bajbajutott alsó végtagjait egyenesítse ki!
2. Térdeljen a beteg csípőjével egy vonalba!
3. Szemüvegét, illetve a zsebében lévő nagyobb tárgyakat távolítsa el!



4. A sérült, segélynyújtóhoz közelebbi felső végtagját fektesse a talajra, a testre merőlegesen, nyújtott könyékkel.



5. A távolabbi felső végtagját helyezze az arcára, tenyere kifelé nézzen!
A segélynyújtó és a bajbajutott tenyere illeszkedjen, azt ne engedje el!



6. Távolabbi alsó végtagját térdnél húzza fel! A talpa a talajon legyen.

7. Térdénél megfogva óvatosan billentse maga felé!
Ügyeljen arra, hogy a beteg feje/arca ne csapódjon!



8. A sérült fejét hajtsa hátra, ügyeljen arra, hogy a nyál és egyéb váladék kifelé folyjon!
A beteg fej alatti kezét úgy pozícionálja, hogy az rögzítse a fejét, egyúttal biztosítsa az átjárható légutat.

9. Alsó végtagját csípőjénél és térdénél hajlítsa derékszögbe!

10. Ellenőrizze a sérült stabilitását, majd légzését!

További teendők:

A sérült légzését inntól kezdve percenként ellenőrizni szükséges!

Trauma esetén, illetve szabad téren a lehülés elleni védelemről is gondoskodni kell!

A betegellátás folyamata során abban az esetben, ha egyedül tartózkodunk a helyszínen, a légútbiztosítást követően szükséges a mentőhívás, hisz a mentőhívás alatt, légútbiztosítás hiányában a sérült megfulladhat.

Forrás: https://elsosegely.hu/stabil_oldalfektetes (utolsó letöltés: 2025.04.14.)

