Portal BHP .pl



W jaki sposób udzielić pierwszej pomocy

osobie z urazem narządów wewnętrznych?

Biblioteczka BHP – Twoje centrum wiedzy o bezpieczeństwie!

Zadbaj o bezpieczeństwo pracy z profesjonalnymi publikacjami dla specjalistów BHP!
Praktyczne analizy, eksperckie porady i najnowsze przepisy - wszystko w jednym miejscu.
Sięgnij po sprawdzone źródła
i podnieś standardy bezpieczeństwa!



Sprawdź już dziś!

Portal BHP.pl

W jaki sposób udzielić pierwszej pomocy osobie z urazem narządów wewnętrznych?
Copyright © Warszawa 2026 by Wiedza i Praktyka sp. z o.o.

Autor: Adam M. Pietrzak
Redakcja: Marek Kalman
Korekta: Zespół
Koordynator produkcji: Mariusz Jezierski
Koordynator projektów wydawniczych: Anna Jagodzińska
Content & Publishing Leader: Marta Grabowska-Peda

Projekt graficzny okładki: Agnieszka Makowska
Zdjęcie na okładce: Freepick
Skład i łamanie: Agnieszka Makowska

Wydanie II
Stan prawny: marzec 2026 r.
ISBN: 978-83-8409-658-1
Kod produktu: 1BF151

Wydawca:
Wiedza i Praktyka sp. z o.o.
03-918 Warszawa, ul. Łotewska 9a
tel. 22 518 29 29, faks 22 617 60 10
www.wip.pl

Publikacja uwzględnia stan prawny obowiązujący na dzień 1 marca 2026 r.

Niniejsza publikacja oraz wszystkie zawarte w niej teksty, grafiki i materiały są chronione prawem autorskim. Żadna część tego e-booka nie może być reprodukowana, przechowywana w systemach wyszukiwania lub transmitowana w jakiejkolwiek formie i jakimikolwiek środkami – elektronicznymi, mechanicznymi, kopiowania, nagrywania lub innymi – bez uprzedniej pisemnej zgody Redakcji.

Zakaz ten nie dotyczy cytowania ww. materiałów w granicach dozwolonego użytku, z powołaniem się na źródło.

Treści zawarte w niniejszej publikacji mają charakter wyłącznie informacyjny i edukacyjny. Publikacja została przygotowana z zachowaniem najwyższej staranności oraz z wykorzystaniem wysokich kwalifikacji, wiedzy i doświadczenia autorów oraz konsultantów. Niemniej jednak zawiera ona ogólne wskazówki i nie powinna być traktowana jako indywidualna porada prawna, finansowa, medyczna ani żadna inna forma profesjonalnej konsultacji.

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za decyzje podjęte na podstawie informacji zawartych w tej publikacji. W przypadku potrzeby uzyskania specjalistycznej porady zaleca się konsultację z odpowiednim ekspertem lub specjalistą w danej dziedzinie.

Spis treści

W jaki sposób udzielić pierwszej pomocy osobie z urazem narządów wewnętrznych? 5

Krwawienia wewnętrzne 5

Stłuczenia 6

Krwiak mózgu i uraz kręgosłupa szyjnego 6

Stłuczenia narządów trzewnych 9

Wstrząs 9

Złamanie kości i urazy stawów 10

Objawy wstrząsu 11

Przeciwdziałanie reakcji wstrząsowej 11

Poprawa ukrwienia narządów 11

Kontakt słowny 12

Ochrona przed stratami ciepła 12

W jaki sposób udzielić pierwszej pomocy osobie z urazem narządów wewnętrznych?

Jak prawidłowo udzielać takiej pomocy w przypadkach urazów narządów wewnętrznych – mózgu, serca, płuc czy trzewi – powodujących reakcję wstrząsową, do czasu przybycia profesjonalnej pomocy medycznej? Wskazówki te może komuś uratować życie...

Krwawienia wewnętrzne

Działanie dużych sił na organizm człowieka może spowodować uszkodzenie narządów wewnętrznych klatki piersiowej, jamy brzusznej i czaszki bez widocznego uszkodzenia skóry czy złamań kości.

Upadek z wysokości, pozornie zakończony bez obrażeń ciała, może faktycznie stanowić zagrożenie dla poszkodowanego. Uderzenie o podłoże może spowodować, początkowo często bezobjawowe, krwawienia wewnętrzne z pękniętych naczyń krwionośnych mózgu, płuc, serca, nerek lub narządów jamy brzusznej. Dopiero narastający stopniowo krwiak, uciskający najbliższe narządy, jak też ubytek krwi w układzie krążenia, może wywołać kliniczne objawy krwawienia, jak zasłabnięcie, zaburzenia świadomości, ból, obrzęk czy duszność. W zależności od intensywności krwawienia, pojemności jam ciała i wrażliwości narządów wewnętrznych, objawy mogą być bardzo opóźnione. Możliwe jest nawet śmiertelne wykrwawienie się do jamy brzusznej z powodu uszkodzenia śledziony czy wątroby!

Stłuczenia

Szczególne zagrożenie stwarzają stłuczenia i krwawienia narządów wewnętrznych, gdy objawy kliniczne są dyskretne lub występują z opóźnieniem. Charakterystyczne objawy bólowe mogą być nietypowe lub nie występować wcale! Znane są kliniczne opisy krwawień pourazowych narządów jamy brzusznej, gdy pierwsze objawy bólowe pojawiały się po 2 dniach od wypadku, lub tragiczne przypadki nagłych zgonów z powodu narastającego krwiaka śródczaszkowego po 3 dniach od urazu głowy, i to bez poprzedzającego bólu ani utraty świadomości!

Krwiak mózgu i uraz kręgosłupa szyjnego

Podejrzewając uraz głowy, mogący powodować powstanie krwiaka mózgu i urazu kręgosłupa szyjnego (np. w razie upadku z wysokości, wypadku komunikacyjnego), powinniście starać się ustabilizować odcinek szyjny kręgosłupa oraz nie pozostawiać bez nadzoru osoby poszkodowanej.

Taka doraźna stabilizacja może być wykonana zwiniętymi częściami ubrania poszkodowanego. Należy ułożyć głowę poszkodowanego tak, aby nie przemieszczała się na boki. Jednocześnie podczas stabilizacji nie wolno podnosić głowy ani poruszać szyją osoby poszkodowanej. Najlepiej w takich przypadkach skorzystać z kołnierza stabilizującego odcinek szyjny kręgosłupa (tzw. kołnierza stabilizującego lub ortopedycznego) – jeśli oczywiście jest on dostępny.

U osoby przytomnej zalecane jest ułożenie głowy i tułowia nieco wyżej. Zmniejszy to ciśnienie krwi w naczyniach głowy i ciśnienie śródczaszkowe (pozycja „półsiedząca podparta”).