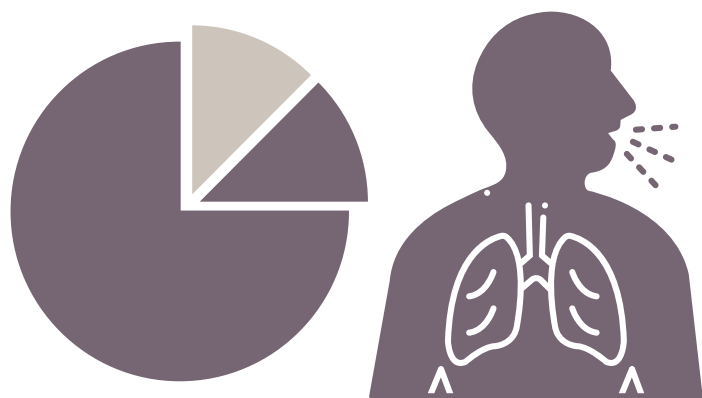
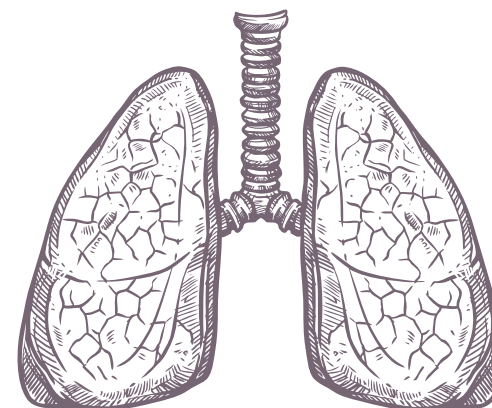




# Kā sniegt pirmo palīdzību?

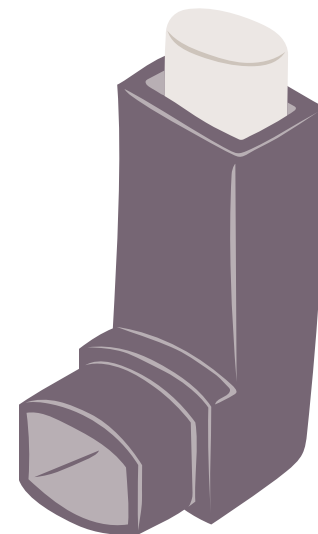


**Bronhiālā astma ir hronisks elpceļu iekaisums.**



**Katru gadu no astmas iet bojā ap 180 000 cilvēku.**

**2-5% Latvijas iedzīvotāju slimu ar astmu.**



**#astmas lēkme**



# Atpazīsti astmas lēkmi!

Astmas lēkme ir pēkšņa astmas simptomu pasliktināšanās.



Tā var būt gan samērā viegla, gan ļoti smaga un apdraudēt cilvēka dzīvību.

To izraisa elpceļu sienu pietūkšana, kā rezultātā tie sašaurinās.



**#astmas lēkme**



# Atpazīsti astmas lēkmi!

čīkstoša  
izelpa



zili pirksti un lūpas



klepus



**#simptomi**



# Atpazīsti astmas lēkmi!

elpošanas laikā plaši  
atvērtas nāsis



grūtības ēst, runāt vai iet  
elpas trūkuma dēļ



**#simptomi**





# Kā sniegt pirmo palīdzību?



Ja tev ir aizdomas, ka kādam ir astmas lēkme, nemēģini noteikt tās intensitāti, bet piedāvā savu palīdzību.



Astmas lēkmes simptomi līdzinās citu elpošanas traucējumu simptomiem. Esi pieklājīgs un uzklausi saslimušo! Viņš/a savu diagnozi pārzin vislabāk.

**#palīdzība**





# Kā sniegt pirmo palīdzību?



Saglabā mieru un nomierini saslimušo.



Palīdzi saslimušajam attālināties no vietas, kur sākusies astmas lēkme un nodrošini cietušajam svaigu gaisu.

Palīdzi cietušajam ieņemt visērtāko pozu.

**#palīdzība**

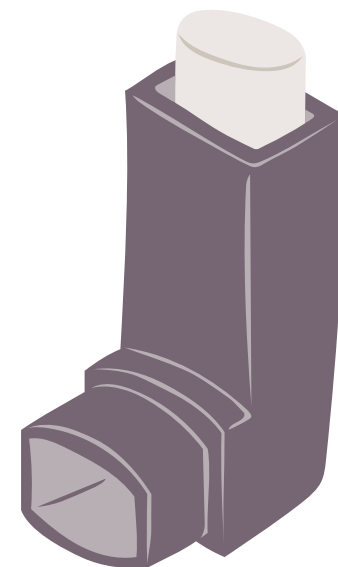




# Kā sniegt pirmo palīdzību?



Palīdzi sameklēt saslimušā „glābšanas” inhalatoru un to izmantot.



Ja saslimušajam „glābšanas” inhalators nav pieejams un situācija neuzlabojas, izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību, zvanot uz 113.

**#palīdzība**





# Kā sniegt pirmo palīdzību?



Neļauj atdzist saslimušajam/  
pasargā to no apkārtējās  
vides iedarbības.



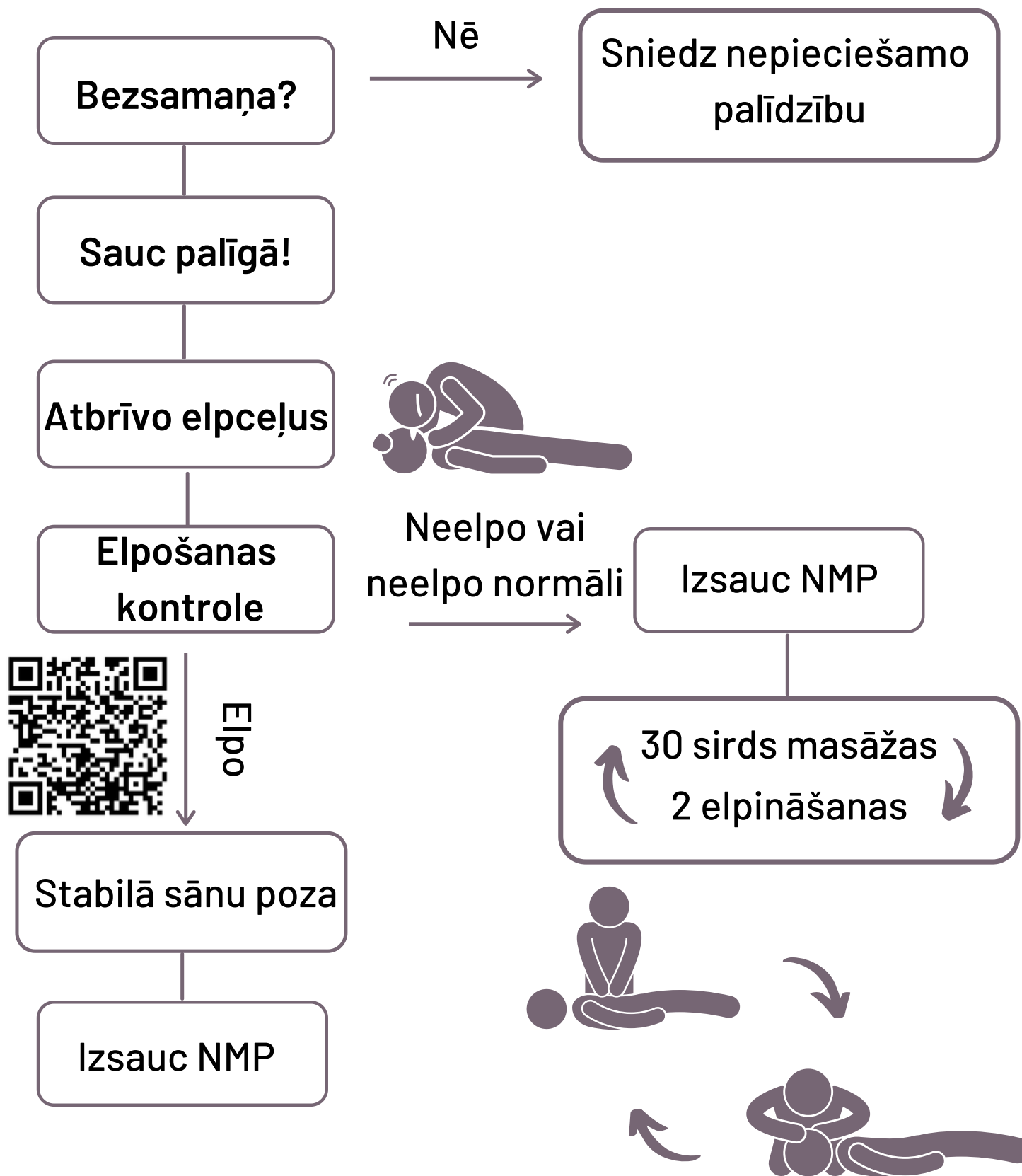
Veic atdzīvināšanas pasākumus,  
ja nepieciešams.

Neatstāj saslimušo vienu!

**#palīdzība**









# Kā sniegt pirmo palīdzību?



Materiāli veidoti sadarbībā ar  
Latvijas Astmas un alerģijas biedrību.

Ja vēlies uzzināt vairāk par astmu  
un tās ietekmi, dodies uz



**#astmas lēkme**

