

PRESTAKUNTZA DA GAKOA

Etxeko istripuek herritar guztiengan dute eragina, adina, sexua, diru-sarrerak edo eskualde geografikoa kontuan hartu gabe.

Erorikoak dira etxeko istripu ohikoenak, eta lesio larriak eragiten dituzte bizitzaren edozein unetan; adinean aurrera egin ahala, ordea, arriskua handiagoa da. Lehen laguntzetako prestakuntzari esker, denok ikas dezakegu etxeko istripuen arriskuak eta arrazoiak zeintzuk diren, eta zauri baten aurrean zer egin behar dugun.

Etxean jasandako zaurien ondorioz trafikoistripuen ondorioz baino hildako gehiago daude. Etxean jasandako zauri baten ondorioz hiltzen den pertsona bakoitzeko milaka zaurituk bizirik irauten dute, baina horietako askok bigarren mailako ondorioak edo ezintasun iraunkorrak jasan behar izaten dituzte aurrerantzean. Hortaz, **funtsezkoa da familiek, lankideek eta komunitateko kideek lehen laguntzetako prestakuntza izatea**, bizirautearen katean urrats hori funtsezkoa delako norbaitek etxean istripu bat edo zauri bat jasaten duenean.

Etxeko istripu gehienak prebenitzeko aukera badako. Etxean bertan dauden arriskuez jabetzea da lehen urratsa, etxean segurtasun- eta prebentziokultura bat garatzeko bidean. Bakoitzak bere etxeko arriskuez jabetu beharko luke, zauriak eta zaurien ondorioak saihestu ahal izateko. Horrek esan nahi du, besteak beste, segurtasunneurriak ikasi behar ditugula elektrizitateari, suari, berokuntzari, sukaldeari, baratzeazaintzari, igerilekuei, medikamentuei edo etxea garbitzeko produktuei dagokienez. Arriskuak aurreikusteko gauza izatea eta beharrezkoa denean ekiten jakitea lagungarri izan daiteke etxeko istripu baten ondorioak murrizteko.



Jarri gurekin harremanetan
honako hauetan:

 <http://twitter.com/creformacion>

 <http://www.facebook.com/creformacion>



www.cruzroja.es 902 22 22 92

Gizatasuna Inpartzialtasuna Neutraltasuna Independentzia Boluntariotza Batasuna Unibertsaltasuna

Babestu Abisatu Lagundu

**Etxerako
lehen laguntzetako
ikastaroak.**
Ikasi bizitzak salbatzen.

Pertsonengandik gero eta hurbilago



BAT EGIN KEINU BALIOTSUENEKIN

Lehen laguntzak **keinu errazak dira, eta gure egunerokoan txertatu beharko genituzke**, motibatzen duen irribarra, laguntzen duen begirada, lasaitzen duen eskua, berri txar baten aurreko besarkada eta beste hainbat bezala.

Lehen laguntzak ikastea oinarrizkoa bezain beharrezkoa da; izan ere, edozein egunetan larrialdi-egoera batean egon gaitezke, eta lehen laguntzetako teknikak ezagutzea da besteei laguntzeko modurik errazena eta eraginkorrena.

DATUAK ETA ZENBAKIAK

- **Ererikoak dira istripurik ohikoena.** Adinarekin arriskua handitu egiten da.
- 1998an, gutxi gorabehera **5.8 milioi pertsona hil ziren zaurien ondorioz mundu osoan**, eta zauri horiek munduko gaixotze-tasaren % 16 izan ziren.
- Mundu osoan ia 16.000 pertsona hiltzen dira egunero horrelako zaurien ondorioz, eta beste askok bigarren mailako ondorioak edo ezintasun iraunkorrak jasaten dituzte aurrerantzean.
- Osasunaren Mundu Erakundearen arabera, etxeko istripuek adin kategoria guztietan dute eragina, baina **haurren heriotzaren lehen arrazoia dira** herrialde garatuetan.
- Europar Batasunean, 2016an istripuen ondorioz zauritako pazienteek 52.5 milioi egun eman zituzten guztira ospitaleetan.
- **Egongelan** etxeko beste edozein gelatan baino **istripu gehiago gertatzen dira**.
- 65 urtetik gorakoen artean, gizonezkoak baino emakumezko gehiago hiltzen dira etxeko istripuen ondorioz.
- **Istripuen % 80 etxeko inguruan gertatzen dira.**



GINARRIZKO LEHEN LAGUNTZAK

Senide bat, lagun bat, lankide bat... edozein unetan gerta daiteke beste pertsona baten bizitza edo segurtasuna zure esku geratzea. Askotan egoera hori konpontzeko nahikoa izan daiteke ekintza erraz bat behar den unean eta behar den moduan egitea. Gurutze Gorriaren eskutik, egoera horietan nola jardun ikasiko duzu ikastaro honetan. Lehen laguntzetako oinarrizko teknikak landuko dituzu, bihotz-biriketako bizkortzea nola gauzatu, zauritu edo gaixo bat nola mugitu, eta abar.

Prestakuntza horri esker, behar duenari laguntzeko prestatuta egongo zara, prebentzioan eta larrialdietan adituak garelako.



LEHEN LAGUNTZAK ETXEAN

Zartagin bat sutan nahigabe uztea, aulki bat eskailera moduan erabiltzea, haurtxo baten lehen urratsak... Etxeko egoera ohikoenak arrisku-iturri izaten dira. Kasu horietako asko nola prebenitu, istripuen bat izanez gero zure familiakoei

nola lagundu edo botikina nola antolatu jakinez gero, zuretzat errazagoa izango da etxea toki seguruagoa eta erosoagoa egitea.

Ikastaro honetan hori eta askoz ere gehiago ikasiko duzu modu errazean, eta modalitate presentzialean simulazioetan parte hartzeko eta entrenatzeko aukera izango duzu. Zureak zaintzeko, fidatu Gurutze Gorriarekin, prebentzioan eta larrialdietan adituak garelako.



 **Gurutze Gorria**