

# Materi BLS

## ❖ **Basic Life Support**

Suatu tindakan oleh HCP (Health Care Professional) atau orang terlatih untuk mengusahakan keselamatan nyawa seseorang yang terkena *respiratory arrest*, *cardiac arrest*, atau *airway obstruction*.

## ❖ **Cardio Pulmonary Resuscitation** adalah suatu tindakan *emergency* untuk mengusahakan kembalinya aliran darah dari jantung ke organ tubuh terutama ke organ vital dan pada akhirnya mengembalikan fungsi kerja dari organ tersebut

## ❖ **Indikasi RJP (Resusitasi Jantung Paru)**

- Tenggelam
- Tersedak
- Serangan jantung
- Tersengat listrik / tersambar petir
- Overdosis obat-obatan

## ❖ **Tujuan CPR**

- Aktivasi aliran darah
- Maksimalisasi oksigen
- Mengembalikan sirkulasi spontan
- Meminimalisir kerusakan neurologis

# SRSCAB

(Safety, Response, Shout for Help, Circulation, Airway, Breathing)

## • **Safety**

1. Penolong
  - Perkenalan diri
  - Inform consent
2. Korban
  - Cek keadaan korban
3. Lingkungan
  - Aman/tidak

## • **Response**

1. berteriak (suara)
2. menepuk bahu/ pundak (sentuhan)
3. menekan sternum (nyeri)

## • **Shout for Help**

1 Penolong segera menghubungi telpon jogja (0274) 420 118 atau EMS dan mengambil AED (jika tersedia)

Saat menghubungi EMS, sebutkan informasi :

- a. Identitas penolong

- b. Nomor telepon yang bisa dihubungi
  - c. Identitas korban
  - d. Jumlah korban
  - e. Lokasi korban secara spesifik
  - f. Kondisi korban (tidak sadar karena....)
  - g. Dibutuhkan ambulan segera dan meminta bantuan AED untuk dewasa/ anak – anak
- Menanyakan instruksi dan tutup telepon setelah diinstruksikan oleh petugas

\*Melakukan cek nadi

- Meletakkan 2 jari (jari telunjuk dan tengah) melintang dan menempel leher pasien.
- Geser pelan-pelan kedua jari tersebut dari arah trachea ke tepi leher sambil rasakan adakah denyutan karotis teraba. Tidak lebih dari 10 detik

- **Circulation**

- Posisi tangan yang tepat
  - ½ bawah sternum.
  - Letakkan tumit telapak tangan pada daerah pijatan dan tangan lain (dominan) di atasnya.
- Posisi tubuh yang tepat
  - Tidak membungkuk
  - Posisi kaki sejajar dengan bahu
  - Siku diekstensikan (lurus)
  - Badan seperti “dijatuhkan” ke pasien
- Pijat dada efektif/ High Quality CPR
  - *Landmark* yang tepat
  - sebanyak 5 siklus dengan rasio kompresi dan ventilasi 30:2 selama 2 menit.
  - Kedalaman minimal 5 cm / 2 inchi tetapi tidak lebih dari 6 cm / 2,4 inchi
  - Memberi kesempatan dada kembali mengembang sempurna (complete recoil)
  - Frekuensi mencapai 100 -120 kali per menit.
  - Minimalkan interupsi
  - Hindari ventilasi berlebihan

- **Airway**

- Buka jalan napas, menggunakan teknik ( Head tilt – Chin lift)
  - Letakkan satu tangan pada dahi korban dan berikan tekanan ke arah belakang dengan telapak tangan untuk menengadahkan kepala (*head tilt*).
  - Tempatkan jari - jari tangan yang lain di bawah tulang rahang bawah untuk mengangkat dagu ke atas (*chin lift*).
- Buka mulut dengan hati - hati dan periksa bilamana ada sumbatan benda asing

- **Breathing**

- Lakukan ventilasi 2 kali tiap selesai 30 pijat dada
- Pertahankan posisi kepala tengadah dan dagu terangkat.
- Tutup hidung korban dengan cara pencet hidung korban
- Ambil napas seperti biasa

- Mulut penolong harus menutupi seluruh mulut korban, berikan 2 tiupan pendek dengan jeda singkat diantaranya.
- Tiup sampai terlihat dada mengembang
- Tiap napas bantuan yg diberikan harus diberi jarak 1 detik
- Biarkan dada mengempis
- Volume ventilasi antara 400-600ml/ adekuat.
- Ulangi

#### **cek napas (LLF/LDR (lihat, dengar rasakan)/ 3M (melihat, mendengar, merasakan)**

- Look : melihat naik - turunnya dada korban
  - Listen : mendengarkan adanya hembusan napas
  - Feel : rasakan dengan pipi udara yang dihembuskan oleh korban
- Perhatikan tanda-tanda sirkulasi

#### ***rescue breathing***

- Jika *breathing* tidak menimbulkan pengembangan dada yang normal, maka dilakukan *Cross Finger for Airway Obstruction*
    - Gunakan hooking action untuk mengeluarkan benda asing
  - Pencet hidung korban
  - Ambil napas seperti biasa
  - Mulut penolong harus menutupi seluruh mulut korban, berikan 2 tiupan pendek dengan jeda singkat diantaranya.
  - Tiup sampai terlihat dada mengembang
  - Lakukan napas buatan 12x/menit selama 2 menit (1 tiupan tiap 6-7 detik) dengan hitungan **satu ribu, dua ribu, tiga ribu, empat ribu...tiup!**
- Cek nadi dan napas setelah 2 menit

#### ***recovery position***

- Yang terpenting posisi harus stabil, mendekati posisi lateral dengan kepala tergantung dan tanpa menekan dada untuk menghindari terganggunya pernapasan.
- Lengan kanan harus dilipat disilangkan di depan dada dan tempelkan punggung tangan pada pipi kiri korban.
- Tekuk lutut kanan korban dengan sudut 90 derajat.
- Gulingkan korban ke arah penolong
- Pastikan kepala (pipi) korban di alasi punggung tangannya.
- Periksa posisi tangan korban yang lain menggeletak bebas dengan telapak menghadap ke atas.
- Reassessment nadi setiap beberapa menit (2 menit).
- Posisi dirubah sebaliknya tiap 30 menit

**CHECK LIST BLS**

NO.	ASPEK YANG DINILAI	SKOR			
		0	1	2	3
1.	Memastikan safety dari penolong dan korban				
2.	Melakukan cek respon				
3.	Mengaktifkan EMS				
4.	Mengecek nadi				
5a.	Menentukan landmark yang tepat dalam melakukan CPR				
5b.	Melakukan High Quality CPR				
5c.	Melakukan pengecekan airway dalam siklus CPR				
5d.	Melakukan breathing dengan teknik yang benar dalam siklus CPR				
6.	Melakukan pengecekan nadi setelah 5 siklus CPR				
7.	Melakukan cek napas setelah 5 siklus CPR				
8.	Melakukan rescue breathing				
9.	Melakukan pengecekan nadi dan napas kembali				
10.	Melakukan recovery position				
11.	Mengetahui indikasi penghentian CPR				
12.	Mengetahui indikasi dilakukannya CPR				