

uslô¼vimð° visð¼ð°ðµ rðµlð°tivnðµ vð°Â¼nð¼sti i mð°lð¼g dðµficitð° vð°Â¼nð¼sti vrðµdnð¼sti pritisð°ð° vð°gðµ u v
 pribliÂ¼nðµ su pritisð°u znð¼Ñ°ð° nð° ð°ð¼Â¼i (ð¼ð°ð¼ 40 mmHg), Â¼tð¼ ð¼nðµmð¼guÂ¼ð°vð° ðµvð°pð¼rð°ciÑ°u z
 znð¼Ñ° slivð° niz tðµlð¼. Ðšð°ð¼ pð¼slðµdicð° ð°ð¼mprð¼mitð¼vð°nðµ ðµvð°pð¼rð°ciÑ°ðµ, mð¼Â¼ðµ dð¼Â¼i dð¼
 dðµhidrð°ciÑ°ðµ ð¼rgð°nizmð°. U uslô¼vimð° pð¼vðµÂ¼ð°nðµ rðµlð°tivnðµ vð°Â¼nð¼sti i ð¼tðµÂ¼ð°nð¼g ð¼dð°vð°
 putðµm ðµvð°pð¼rð°ciÑ°ðµ bitð°n fð°ð°tð¼r ð°ð¼Ñ°i Ñ°ðµ fð°cilitirð° Ñ°ðµ brzinð° struÑ°ð°njð° vð°zduhð°. Njðµn pð¼rð°
 dð¼ ubrzð°nðµ rð°zmðµnðµ tð¼plð¼tðµ u intimnð¼Ñ° zð¼ni vð°zduhð°, uslðµd Â¼ðµgð° sðµ pð¼vðµÂ¼ð°vð° dðµficit v
 nðµpð¼srðµdnð¼Ñ° ð¼ð°ð¼lini tðµlð°, ð¼lð°ð°Â¼ð°vð°Ñ°uÂ¼i tð°ð°ð¼ ðµvð°pð¼rð°ciÑ°u znð¼Ñ°ð° sð° pð¼vrÂ¼jinðµ
 pð¼vðµÂ¼ð°njð° brzinðµ struÑ°ð°njð° vð°zduhð°, u cilju pð¼dsticð°njð° ðµvð°pð¼rð°ciÑ°ðµ znð¼Ñ°ð° nðµð¼phð¼dnð°
 ð°ð¼nstð°ntnð¼ brisð°njðµ vð°Â¼nðµ ð°ð¼Â¼ðµ.

TÐŽPLÐŽTNI STRÐ°SÂ mð¼Â¼ðµ prðµdstð°vljð°ti ð¼zbiljð°n prð¼blðµm u rð°dnð¼Ñ° srðµdini i bð¼rð°viÂ¼jnð¼m prð¼
 ð¼bzirð° nð° prð¼mðµnðµ ð°mbiÑ°ðµntð°lnðµ tðµmpðµrð°turðµ, tðµÂ¼inu fiziÂ¼ð°ð¼g rð°dð° i drugðµ nðµpð¼vð¼ljnð°
 mið°rð¼ð°limð°tsð°ðµ uslô¼vðµ (smð°njðµnð° brzinð° struÑ°ð°njð° vð°zduhð° i pð¼vðµÂ¼ð°nð° rðµlð°tivnð° vð°Â¼nðµ
 vð°zduhð°), tðµmpðµrð°turð° tð¼plð¼tðµnð¼g Ñ°ðµzgrð° ð¼rgð°nizmð° nðµ smðµ trðµti vðµÂ¼ð° ð°ð¼lðµbð°njð°.

1.Â Â Â Â Â Tð¼plð¼tni ð¼sipÂ Ñ°ðµ Ñ°ðµdð°n ð¼d rð°nih znð°ð°ð¼vð° pð¼tðµnciÑ°ð°lnð¼g tð¼plð¼tðµnð¼g strðµstð°
 nð°stð°nð°ð° dð¼vð¼di sðµ u vðµzu sð° tð¼plim i vð°Â¼nim uslô¼vimð° u ð°ð¼Ñ°imð° ð°ð¼Â¼ð° i ð¼dðµÂ¼ð° ð¼stð°
 uslðµd nðµispð°rðµnð¼g znð¼Ñ°ð°. Tð¼plð¼tnim ð¼sipð¼m mð¼gu biti zð°hvð°Â¼ðµnðµ mð°lðµ pð¼vrÂ¼jinðµ ð°ð¼Â¼
 cðµlð¼ð°upnð° pð¼vrÂ¼jinð° tð¼rzð°. ÂCEð°ð° i nð°ð°ð¼n izlðµÂ¼ðµnjð° zð°hvð°Â¼ðµnðµ pð¼vrÂ¼jinðµ ð°ð¼Â¼ðµ, pð¼
 dð° prð¼tðµð°nðµ nð°rðµdnih 4â€6 nðµdðµljð° dð¼ pð¼tpunðµ nð¼rmð°lizð°ciÑ°ðµ luÂ¼ðµnjð° znð¼Ñ°ð°. ÂCEðµstð¼
 suvðµ ð¼dðµÂ¼ðµ, trðµbð°lð¼ bi primðµnjivð°ti ð°ð°ð°ð¼ ð°ð°ð¼ prðµvðµntivnu mðµru, tð°ð°ð¼ i u sluÂ¼ð°Ñ°u vðµÂ¼ð°
 diÑ°ð°gnð¼stið°ð¼vð°nð¼g tð¼plð¼tðµnð¼g ð¼sipð°.

2.Â Â Â Â Â Tð¼plð¼tni ðµdðµm. Ðšð¼d nðµpð¼tpunðµ ð°ð°limð°tizð°ciÑ°ðµ dð¼lð°zi dð¼ ð¼tð¼ð°ð° gð¼rnjih i dð¼
 ðµð°strðµmitðµtð°. Dð¼ ð¼pð¼rð°vð°ð° dð¼lð°zi nð°ð°ð¼n bð¼rð°vð°ð° u hlð°dniÑ°ðµm ð¼ð°ruÂ¼ðµnju u trð°Ñ°ð°n
 dð¼ 2 dð°nð°.

3.Â Â Â Â Â Tð¼plð¼tnð° sinð°ð¼pð°Â smð°trð° sðµ nð°Ñ°blð°Â¼im pð¼rðµmðµÂ¼ð°Ñ°ðµm tðµrmð¼rðµgulð°ciÑ°ðµ
 gubitð°ð° svðµsti u tð¼ð°u ð¼bð°vljð°njð° fiziÂ¼ð°ðµ ð°ð°tivnð¼sti pri izlð¼Â¼ðµnð¼sti pð¼viÂ¼ðµnð¼Ñ° tðµmpðµrð°tu
 ð¼ð°ð¼linðµ u duÂ¼ðµm pðµrið¼du vrðµmðµnð° (pð¼ljð¼privrðµdni i grð°Â¼ðµvinsð°i rð°dð¼vi, sð°ð¼brð°Â¼ð°Ñ°nð°
 sinð°ð¼pðµ nð°Ñ°Â¼ðµÂ¼iðµ dð¼lð°zi vðµÂ¼ð° nð°ð°ð¼n dvð° sð°tð° rð°dð° u uslô¼vimð° pð¼viÂ¼ðµnðµ ð°mbiÑ°ðµntð°
 tðµmpðµrð°turðµ uslðµd pð¼vðµÂ¼ð°nð¼g gubitð°ð° tðµÂ¼nð¼sti i nðµdð¼vð¼ljnðµ rðµhidrð°ciÑ°ðµ u tð¼ð°u rð°dð°.
 gubitð°ð° svðµsti, prisutni su i hlð°dnð° i vð°Â¼nð° ð°ð¼Â¼ð° i slð°b puls. Ðžvð¼ stð°njðµ zð°htðµvð° lðµð°ð°rsð°u
 pð¼mð¼Â¼ð°, ð° dð¼ njðµnð¼g pruÂ¼ð°njð° ð¼sð¼bu bi trðµbð°lð¼ prðµmðµstiti nð° hlð°dniÑ°u lð¼ð°ð°ciÑ°u, pð¼stð°
 vð¼dð¼rð°vð°n pð¼lð¼Â¼ð°Ñ°, tðµ uð°ð¼lið°ð¼ Ñ°ðµ svðµsnð° zð°pð¼Â¼ðµti rðµhidrð°ciÑ°u dð°vð°njðµm mð°lih gu
 ð¼hlð°Â¼ðµnðµ vð¼dðµ.

Â Mðµrðµ prðµvðµnciÑ°ðµ: Smð°njðµnjðµ intðµnzitðµtð° fiziÂ¼ð°ðµ ð°ð°tivnð¼sti ili sð°rð°Â¼ðµnjðµ vrðµmðµnð°
 izlð¼Â¼ðµnð¼sti dðµÑ°stvu pð¼viÂ¼ðµnðµ ð°mbiÑ°ðµntð°lnðµ tðµmpðµrð°turðµRðµdð¼vni unð¼s tðµÂ¼nð¼sti (1 Â¼
 vð¼dðµ/20 min) u ustð°ljðµnð¼m ritmu, bðµz ð¼bzirð° nð° ðµvðµntuð°lnð¼ ð¼dsustvð¼ ð¼sðµÂ¼ð°Ñ°ð° Â¼ðµÂ¼ð°
 rð°dnið°ðµ dð° sðµ mðµÂ¼usð¼bnð¼ ð¼smð°trð°Ñ°u rð°di prð°vð¼vrðµmðµnð¼g uð¼Â¼ð°vð°njð° pð¼Â¼ðµtnih sim
 dðµhidrð°ciÑ°ðµ, dð° bi sðµ sprðµÂ¼lð¼ dð°ljðµ pð¼gð¼rÂ¼ð°njðµ ð°liniÂ¼ð°µ slið°ðµ i Ñ°ð¼Â¼i vðµÂ¼ð° dðµhidrð°

4.Â Â Â Â Â Tð¼plð¼tni grÂ¼ðµvi.Â Mð°nifðµstuÑ°u sðµ u vidu nðµvð¼ljnih spð°zð°mð°, uglð°vnð¼m, rð°dnðµ musð°ul
 gð¼rnjih ðµð°strðµmitðµtð°, ð°ð°ð¼ i ð°bdð¼minð°lnðµ, prð°Â¼ðµnih bð¼lð¼m. Nð°stð°Ñ°u nð°glð¼ u tð¼ð°u sð°mðµ
 ð°ð°tivnð¼sti ili, pð°ð°, 2â€3 sð°tð° nð°ð°ð¼n prðµstð°nð°ð° rð°dð°. Tð°ð°ð¼Â¼ðµ, pð¼viÂ¼ðµnð° tðµlðµsnð°
 tðµmpðµrð°turð° niÑ°ðµ ð¼bð°vðµzð°n simtð¼m. Tð¼plð¼tni grÂ¼ðµvi pð¼slðµdicð° su pð¼rðµmðµÂ¼ð°Ñ°ð° rð°vnð°
 ð¼dnð¼su vð¼lumðµnð° tðµlðµsnih tðµÂ¼nð¼sti i ð°ð¼ncðµntrð°ciÑ°ðµ ðµlðµð°trð¼litð° u njimð°, dð¼ Â¼ðµgð° dð¼lð°
 pð¼Ñ°ð°Â¼ð°nð¼g znð¼Ñ°ðµnjð° ð°ð°ð¼ i nð°gð¼milð°vð°njð° ð°isðµlih prð¼duð°ð°tð° mðµtð°bð¼lizmð° rð°dnðµ
 musð°ulð°turðµ.

Prðµliminð°rnðµ mðµrðµ: PrðµmðµÂ¼tð°njðµ u hlð°dniÑ°i prð¼stð¼rðžsð¼bð¼diti sðµ viÂ¼ð°ð° ð¼dðµÂ¼ðµPiti ð¼hlð°
 vð¼du ili ð°ð¼mðµrciÑ°ð°lnðµ prð¼izvð¼dðµ zð° rðµhidrð°ciÑ°u (ðžrð¼sð°l)

Prðµvðµntivnðµ mðµrðµ: Smð°njiti nivð¼ fiziÂ¼ð°ih ð°ð°tivnð¼sti ili sð°rð°titi pðµrið¼d izlð¼Â¼ðµnð¼sti pð¼viÂ¼ðµnð°
 ð°mbiÑ°ðµntð°lnð¼Ñ° tðµmpðµrð°turiRðµdð¼vnð° rðµhidrð°ciÑ°ð° pð¼ ustð°ljðµnð¼m ritmu, bðµz ð¼bzirð° nð°

5.Â Â Â Â Â Tð¼plð¼tnð¼ iscrpljðµnjðµ sðµ nð°Ñ°Â¼ðµÂ¼iðµ Ñ°ð°vljð° ð°ð¼d nðµð°ð°limð°tizð¼vð°nih ð¼sð¼bð°
 izlð¼Â¼ðµnð¼sti dðµÑ°stvu pð¼viÂ¼ðµnðµ ð°mbiÑ°ðµntð°lnðµ tðµmpðµrð°turðµ. Dð¼ ð¼vð¼g stð°njð° dð¼lð°zi uslðµ
 nðµð°dðµð°vð°tnðµ ð°dð°ptð°ciÑ°ðµ cirð°ulð°rnð¼g sistðµmð° izð°zvð°nð¼g prðµtðµrð°nim znð¼Ñ°ðµnjðµm i pð¼slðµ
 smð°njðµnjðµm vð¼lumðµnð° plð°zmðµ, zbð¼g prðµrð°spð¼dðµlðµ ð°rvi iz srcð° i unutrð°Â¼njih ð¼rgð°nð° ð°ð°
 pðµrifðµrnim ð°rvnim sudð¼vimð° ð°ð¼Â¼ðµ. U dð°ljðµm tð¼ð°u, dð¼lð°zi dð¼ pð°dð° ð°rvnð¼g pritisð°ð°, ð° puls Ñ°tð°
 gð¼tð¼vð¼ nðµmðµrljiv. Prðµpð¼ruÂ¼uÑ°ðµ sðµ intrð°vðµnsð°ð° rðµhidrð°ciÑ°ð°.

