

APSTIPRINU  
LLU ITF dekāns

  
G.Vītols

Jelgavā, 2020. gada 14. augusts

**LLU Informācijas tehnoloģiju fakultātes  
Lielā iela 2, Jelgavā, LV-3001**

## **DARBA AIZSARDZĪBAS INSTRUKCIJA**

### **DARBA AIZSARDZĪBAS INSTRUKCIJA PIRMĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANAI**

**LLU Informācijas tehnoloģiju fakultāte, Lielā ielā – 2, Jelgavā, LV-3001**  
Pils rietumu korpusa ITF apsaimniekotajos nodarbināto kabinetos, auditorijās,  
datoru klasēs, laboratorijās un koplietošanas telpās izglītojamajiem un  
nodarbinātajiem

Izstrādāta saskaņā ar LR Darba aizsardzības likumu un  
2010.gada 10.augusta Ministru kabineta noteikumiem  
Nr.749 “Apmācības kārtība darba aizsardzības  
jautājumos” un, kā arī izvērtējot darba vides riskus un  
situāciju darbavietās.

**Nr. 4**

## 2. Vispārīgās prasības

- 1.1. Darba aizsardzības instrukcija „DARBA AIZSARDZĪBAS INSTRUKCIJA PIRMĀS PALĪDZĪBAS SNIEGŠANAI” (turpmāk tekstā Instrukcija) ir saistoša Informācijas tehnoloģiju fakultātes (turpmāk ITF) nodarbinātajiem un izglītojamajiem, tai skaitā mācību spēkiem, darbiniekiem, praktikantiem un visu fakultāšu studējošajiem, kuriem ielānotas nodarbības ITF apsaimniekotajās auditorijās un datoru klasēs.
- 1.2. Nodarbinātajiem, praktikantiem, studējošajiem ir pienākums iepazīties ar šīs instrukcijas prasībām un tās ievērot.
- 1.3. Nepieļaut to personu atrašanos darba, prakses vai studiju vietā, kuras nav iepazīnušās ar šo darba aizsardzības instrukciju.
- 1.4. Darba devējam ir tiesības piemērot nodarbinātajiem disciplinārsodus par darba aizsardzības normatīvo aktu pārkāpumiem, kā arī darba devēja prasību neizpildi darba aizsardzības jautājumos.
- 1.5. Pirmā palīdzība – palīdzība, ko cietušajam (saslimušajam) dzīvībai vai veselībai kritiskā stāvoklī savu zināšanu un iespēju apjomā sniedz personas ar kvalifikāciju medicīnā vai bez tās, neatkarīgi no sagatavotības un ekipējuma.
- 1.6. Nodarbinātā, izglītojamā un praktikaanta **rīcības secība negadījuma vietā:**
  - 1.6.1. **novērtēt situāciju!** Ja iespējams, novērst esošo vai draudošo briesmu avotu – liesmu nodzēšana, elektrības atslēgšana, gāzes noslēgšana;
  - 1.6.2. sniegt palīdzību cietušajam, veikt dzīvības glābšanas pasākumus, ja tādi nepieciešami – asiņošanas apturēšana, atdzīvināšanas pasākumu uzsākšana;
  - 1.6.3. atkarībā no cietušā vai saslimušā stāvokļa, izsaukt Neatliekamo medicīnisko palīdzību pa telefonu **113** vai **112** – Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta vienotais ārkārtas palīdzības izsaukuma numurs;
  - 1.6.4. ziņot par notikušo tiešajam darbu vadītājam un darba aizsardzības speciālistam;
  - 1.6.5. sniegt pirmo palīdzību līdz cietušā veselībai briesmas vairs nedraud vai ir ieradusies Neatliekamā medicīniskā palīdzība.
- 1.7. Nodarbinātajam, izglītojamajam vai praktikantam ir **aizliegts** atstāt notikuma vietu bez pirmās palīdzības sniegšanas cietušajam un ziņošanas attiecīgajiem dienestiem.
- 1.8. Izsaucot Neatliekamo medicīnisko palīdzību, ziņo:
  - 1.8.1. kur noticis negadījums;
  - 1.8.2. kas noticis;
  - 1.8.3. cik cietušo vai saslimušo;
  - 1.8.4. nepārtrauc sarunu, pirms to nav izdarījis dispečers.

## 2. Atdzīvināšanas pasākumi

- 2.1. Pārlicinies par savu un apkārtējo drošību.
- 2.2. Pārbaudi cietušā samaņu: saudzīgi papurini cietušo aiz pleciem un skaļi uzruna to:
  - 2.2.1. ja cietušais reaģē/atbild, tāad ir pie samaņas:
    - atstāj cietušo tādā pašā pozā, kādā atradi vai piedāvā nogulties vēlamajā pozā;
    - centies nodibināt ar cietušo kontaktu, mierini, nepārmet;
    - pasargā cietušo no apkārtējās vides iedarbības;
    - centies noskaidrot, kas noticis ar cietušo un sniedz nepieciešamo palīdzību;
    - ja nepieciešams, izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
    - aprūpē un mierini cietušo;
    - regulāri atkārtoti pārbaudi cietušā samaņu.
  - 2.2.2. ja cietušais nereaģē/neatbild, tad uzskati, ka viņš **zaudējis samaņu**.

### 2.3. Sauc palīgā.

2.4. Novieto cietušo uz muguras, uz cieta pamata.

2.5. **Atbrīvo elpceļus**, atliecot galvu un paceļot zodu.

2.6. **Pārbaudi un izvērtē elpošanu** redzot, dzirdot un jūtot ne ilgāk kā 10 sekundes:

2.6.1. ja cietušais elpo normāli:

- novieto cietušo stabilā sānu pozā;
- liec kādam izsaukt vai, ja esi viens, pats izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
- atkārtoti pārbaudi cietušā elpošanu;

2.6.2. ja cietušais **neelpo** vai **neelpo normāli** (lēni, trokšņaini gārdzieni vai tikko nosakāma elpošana);

- liec kādam izsaukt Neatliekamo medicīnisko palīdzību vai, ja esi viens, pats izsauc;
- atbrīvo sirds masāžas vietu no apģērba, rokas novieto krūškurvja vidū un uzsāc **sirds masāžu**:
  - veic 30 sirds masāžas;
  - sirds masāžas temps 100 – 120 reizes minūtē;
  - sirds masāžas dziļums 5 – 6 cm.

2.7. Veic **2 elpināšanas** “mute - mutē” - :

2.7.1. atbrīvo elpceļus, atliecot galvu un paceļot zodu;

2.7.2. aizspied cietušā degunu;

2.7.3. katrai elpināšanai patērē apmēram 1s (ieteicams izmantot elpināšanas masku ar vienvirziena vārstuli);

2.7.4. elpināšanas tilpums – mierīgas izelpas tilpums;

2.7.5. novēro cietušā pasīvās izelpas.

2.8. Turpini **masēt un elpināt attiecībā 30:2**;

2.9. Atdzīvināšanas pasākumus veic līdz:

2.9.1. ierodas Neatliekamā medicīniskā palīdzība un pārņem cietušā atdzīvināšanu;

2.9.2. cietušais sāk kustēties, atver acis un sāk normāli elpot;

2.9.3. tavi spēki izsīkst.

## 3. Šoks

3.1. Šoks ir dzīvībai bīstams stāvoklis, kas izrausa nepietiekamu skābekļa apgādi dzīvībai svarīgos orgānos un var novest pie to bojājuma.

3.2. Katrs nelaimes gadījums, kad cietušajam ir asins zudums vai sāpes, var izraisīt šoku.

Palīdzība:

3.2.1. novērs vai ierobežo šoka cēloni (apturi asiņošanu, nepastiprini sāpes ar savu rīcību);

3.2.2. atstāj vai novieto cietušo guļus;

3.2.3. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;

3.2.4. neļauj atdzist cietušajam/pasargā to no apkārtējās iedarbības;

3.2.5. aprūpē, nomierini cietušo.

## 4. Dzīvībai bīstama asiņošana

4.1. Pazīmes: asinis tek ar straumi vai strūklu, redzams daudz asiņu un ir asiņainas drēbes.

4.2. Palīdzība, ja brūce ir **rokā** vai **kājā**:

4.2.1. uzvelc rokās vienreizlietojamus gumijas cimdus vai cita necaurlaidīga materiāla izstrādājumu (piem. plastikāta maisiņš);

4.2.2. aizspied brūci ar pirkstu, plaukstu, dūri, izmantojot marles kompresi vai tīru drēbes gabalu;

- 4.2.3. novieto cietušo guļus un pacel ekstremitāti uz augšu;
  - 4.2.4. uzliec spiedošu pārsēju;
  - 4.2.5. pārlicinies vai asiņošana neturpinās. Ja tā turpinās, papildini spiedošā pārsēja konstrukciju ar vēl vienu spiedošu priekšmetu;
  - 4.2.6. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību.
- 4.3. Palīdzība, ja brūce ir **ķermenī, kaklā, galvā:**
- 4.3.1. uzvelc rokās vienreizlietojamus gumijas cimdus vai cita necaurlaidīga materiāla izstrādājumu (piem. plastikāta maisiņš);
  - 4.3.2. aizspied brūci ar pirkstu, plaukstu, dūri un turi līdz Neatliekamās medicīniskās palīdzības atbraukšanai;
  - 4.3.3. ja iespējams, brūces nospiešanai izmanto marli vai tīru audumu;
  - 4.3.4. noguldi cietušo guļus pozā ar asiņojošo vietu uz augšu;
  - 4.3.5. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību.

## 5. Termiskie bojājumi

- 5.1. **Pārkaršana.** Var izraisīt smagus veselības traucējumus un ir bīstama cietušā dzīvībai. Palīdzība:
- 5.1.1. novieto cietušo vēsākā vietā vai ēnā pusguļus;
  - 5.1.2. atģērb cietušo;
  - 5.1.3. mitrini ar vēsu ūdeni cietušā pieri, kaklu, krūtis;
  - 5.1.4. dot dzert vēsu ūdeni;
  - 5.1.5. vēdini, dzesē, radi gaisa plūsmu, izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību.
- 5.2. **Atdzišana.** Palīdzība:
- 5.2.1. vienmēr izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
  - 5.2.2. novieto cietušo siltā telpā vai vismaz aizvējā;
  - 5.2.3. ja iespējams, atbrīvo cietušo no mitrām drēbēm, apaviem;
  - 5.2.4. sasedz ar siltām, sausām drēbēm, un tad ietin folija segā;
  - 5.2.5. ja cietušajam nav traucēta apziņa, dod siltus, cukurotus dzērienus;
  - 5.2.6. atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.
- 5.3. **Apsaldējumi.** Visbiežāk apsalst ausis, seja, deguns, roku un kāju pirksti. Palīdzība:
- 5.3.1. atģērb cieši pieguļošās drēbēs, apavus;
  - 5.3.2. ietin apsaldētās ķermeņa daļas sausā apģērbā;
  - 5.3.3. dod cietušajam dzert siltus, cukurotus dzērienus;
  - 5.3.4. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību.
- 5.4. **Apdegumi.** Palīdzība:
- 5.4.1. pēc iespējas ātrāk apdegušo vietu dzesē ar vēsu (no +15°C līdz +25°C), tekošu ūdeni vismaz 10 minūtes (lej ūdeni starp apģērbu un ādu);
  - 5.4.2. dzesēšanas laikā uzmanīgi novelc no cietušā traumētās ķermeņa daļas apģērbu, apavu, gredzenus;
  - 5.4.3. meklē mediķu konsultāciju (ja apdegums lielāks par cietušā plaukstu, izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību);
  - 5.4.4. neļauj atdzist cietušajam/pasargā to no apkārtējās vides iedarbības;
  - 5.4.5. aprūpē, nomierini cietušo;
- 5.5. Neplēs nost no ķermeņa piedegušos apģērba gabalus; neatver pūšļus; nelieto ziedes, pūderus, dezinfekcijas līdzekļus.
- 5.6. Sejas apdegumu gadījumā vienmēr apdeg elpceļi. Ja cietušajam ir elpceļu apdegums, vienmēr zvani Neatliekamajai medicīniskajai palīdzībai, jo draud smakšana.
- 5.7. Ja aizdedzies apģērbs:
- 5.7.1. degošu cilvēku nogāž zemē;
  - 5.7.2. noslāpē liesmu ar segu, vārtot vai aplejot cietušo ar ūdeni;
  - 5.7.3. vari lietot speciālās ugunsdzēsšanas ierīces, bet, dari to, saudzējot seju.

## 6. Ķīmiska viela

- 6.1. **Uz ādas.** Palīdzība:
  - 6.1.1. sausu vielu nopurini;
  - 6.1.2. skalo cietušo vietu ar vēsu (no +15°C līdz +25°C) tekošu ūdeni 20 minūtes;
  - 6.1.3. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
  - 6.1.4. pārsien ar tīru pārsēju.
- 6.2. **Acī.** Palīdzība:
  - 6.2.1. skalo traumēto aci ar vēsu (no +15°C līdz +25°C) tekošu ūdeni 20 minūtes;
  - 6.2.2. skalo tā, lai ūdens netecētu uz veselo aci;
  - 6.2.3. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
  - 6.2.4. pārsien ar sausu pārsēju abas acis.
- 6.3. **Gremošanas traktā.** Palīdzība:
  - 6.3.1. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
  - 6.3.2. dod vēsu ūdeni, bet ne vairāk kā 200ml;
  - 6.3.3. neizsauc vemšanu.
- 6.4. **Ielpota.** Palīdzība:
  - 6.4.1. Bīstami! Pārvietojies drošā attālumā (svaigā gaisā) no nelaimes gadījuma vietas;
  - 6.4.2. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
  - 6.4.3. nodrošini svaigu gaisu;
  - 6.4.4. aprūpē un nomierini.

## 7. Rīcība ugunsgrēka laikā

- 7.1. Ugunsgrēka gadījuma ir tumsa, dūmi un karstums.
- 7.2. Atklātas liesmas gadījumā jārēķinās ar 30 sekundēm, lai nodzēstu ugunsgrēku vai glābtos pats.
- 7.3. Atrodies piedūmotās telpās rāpo uz durvju pusi, pārbaudi, vai durvis ir karstas:
  - 7.3.1. ja durvis **ir karstas**, neatver tās:
    - durvju spraugas var aizbāzt ar mitriem dvieļiem, segām vai palāgiem;
    - rāpo uz loga pusi, nedaudz to atver un elpo gaisu, atrodoties zemē pie atvērta loga;
    - lai apkārtējiem zināt, kur atrodies – izkar pa atvērto logu dvieli, palagu vai citu auduma gabalu.
  - 7.3.2. ja durvis **nav karstas**, lēni atver tās:
    - atstāj telpu pēc iespējas ātrāk;
    - nemeklē degšanas perēkli;
    - izmanto tikai kāpnes, nekad – liftu;
    - kad esi drošībā, izsauc Glābšanas dienestu, tālr. **112**.

## 8. Elektrotrauma

- 8.1. **Zemspriegums** (līdz 1000 V). Palīdzība:
  - 8.1.1. sargā sevi!;
  - 8.1.2. atslēdz strāvu;
  - 8.1.3. atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams;
  - 8.1.4. **vienmēr** izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību.
- 8.2. **Augstspriegums** (virs 1000 V). Palīdzība:
  - 8.2.1. sargā sevi!;
  - 8.2.2. netuvojies nelaimes gadījuma vietai, sargies no soļa sprieguma un elektriskā loka izlādes;

- 8.2.3. **vienmēr** izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību, informējot par augstspriegumu;
- 8.2.4. atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams, tikai tad, kad atslēgta augstsprieguma strāva.

## 9. Traumas

9.1. Traumas var būt: brūces, sasitumi, sastiepumi, izmežģījumi, lūzumi.

9.2. **Brūces.** Palīdzība:

- 9.2.1. pārsien tikai ar sausiem, vēlams steriliem pārsējiem;
- 9.2.2. nelieto ziedes, pūderus, dezinfekcijas līdzekļus;

9.3. **Roku un kāju.** Palīdzība:

- 9.3.1. ja traumēts augšdelms vai kāja:
  - nekustini, nepārvieto cietušo;
  - izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
- 9.3.2. ja traumēts apakšdelms:
  - fiksē roku ar diviem trīsstūrveida lakatiņiem un vari transportēt cietušo pats;
  - saglabā traumas radīto deformāciju.

9.4. **Mugurkaula.** Palīdzība:

- 9.4.1. nekustini, nepārvieto cietušo!;
- 9.4.2. pārvieto tikai tad, ja draud briesmas dzīvībai;
- 9.4.3. pārvietojot saudzē mugurkaulu;
- 9.4.4. vienmēr izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību.

9.5. **Vēdera.** Palīdzība:

- 9.5.1. Necenties ievietot izkritušos orgānus atpakaļ vēderā;
- 9.5.2. Pārsien ar sterilu pārsēju;
- 9.5.3. nedod ēst, nedod dzert, nedod medikamentus;
- 9.5.4. novieto guļus ar valnīti zem ceļiem, vai saglabā cietušā saudzējošo pozu;
- 9.5.5. vienmēr izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību.

9.6. **Galvas.** Palīdzība:

- 9.6.1. novieto cietušo pusguļus;
- 9.6.2. **vienmēr** izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
- 9.6.3. ja cietušais vemj – pagriez uz sāniem;
- 9.6.4. atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.

9.7. **Asiņošana no deguna.** Palīdzība:

- 9.7.1. aizspiest cietušajam asiņojošo nāsi;
- 9.7.2. galvu noliec uz priekšu, apsēdini;
- 9.7.3. pieliec aukstumu pie deguna un pakauša;
- 9.7.4. ja asiņošana turpinās ilgāk par 20 minūtēm, izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību.

## 10. Svešķermeņi

10.1. **Elpceļos.** Bīstami, iespējama smakšana. Ļauj cietušajam svešķermeņi atklepot pašam Palīdzība, ja nespēj pats atklepot:

- 10.1.1. noliec cietušā ķermeņa augšdaļu un uzsit 5 reizes starp lāpstiņām;
- 10.1.2. lieto Heimliha paņēmienu (5 reizes spēcīgi spied savu dūri starp nabu un krūtīm);
- 10.1.3. turpini veikt gan sitienus starp lāpstiņām, gan Heimliha paņēmienu, ja neieciešams;
- 10.1.4. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
- 10.1.5. atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.

- 10.2. **Brūcē.** Palīdzība:  
10.2.1. apturi dzīvībai bīstamu asiņošanu, spiežot uz asiņojošās vietas blakus svešķermenim;  
10.2.2. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību.
- 10.3. **Acī.** Palīdzība, ja svešķermenis iedūries acī :  
10.3.1. uzliec pārsēju abām acīm;  
10.3.2. meklē mediķa konsultāciju;  
10.3.3. **neizvele** svešķermeni no acs.
- 10.4. **Ausī.** Palīdzība:  
10.4.1. svešķermeni no auss neizvele un meklē mediķu konsultāciju;  
10.4.2. ja auss ejā iekļuvis kukainis:
  - iepili ausī eļļu vai ūdeni, lai to noslīcinātu;
  - meklē mediķu konsultāciju.

## 11. Slimības

- 11.1. **Krampji.** Palīdzība, lēkmes laikā:  
11.1.1. nefiksēt slimo, nemēģināt atvērt sakostos zobus un neko neliec mutē;  
11.1.2. sargā no iespējamām traumām;  
11.1.3. pasargā cietušā galvu;  
11.1.4. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;  
11.1.5. pēc lēkmes veic atdzīvināšanas pasākumus, ja nepieciešams.
- 11.2. **Sāpes krūtīs vai elpas trūkums.** Palīdzība:  
11.2.1. nodrošini saslīmušajam mieru un svaigu gaisu;  
11.2.2. palīdzi slimniekam ieņemt visērtāko ķermeņa stāvokli;  
11.2.3. palīdzi slimniekam ieņemt viņa paša jau zināmas zāles;  
11.2.4. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;  
11.2.5. atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.
- 11.3. **Sāpes vēderā.** Palīdzība:  
11.3.1. nedod ēst, nedod dzert;  
11.3.2. nedod pretsāpju medikamentus, nesildi;  
11.3.3. palīdzi slimniekam ieņemt visērtāko ķermeņa stāvokli;  
11.3.4. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;
- 11.4. **Cukura diabēts.** Palīdzība:  
11.4.1. Ja slimnieks sāk justies slikti – dod cukuru saturošus dzērienus vai ēdienus (cukura aizvietotāji neder!!!);  
11.4.2. izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību;  
11.4.3. ja slimnieks zaudē samaņu – atdzīvināšanas pasākumi.
- 11.5. **Insults.** Pazīmes, kas liecina par insultu – smaidot šķīta viena sejas puse, nevar pacelt abas rokas, nevar atkārtot vienkāršu teikumu. Palīdzība:  
11.5.1. Nekavējoties izsauc Neatliekamo medicīnisko palīdzību, ja ir kaut viena no pazīmēm;  
11.5.2. Atdzīvināšanas pasākumi, ja nepieciešams.

## 12. Pirmās palīdzības aptieciņas saturs

Nr.p.k.	Pirmās palīdzības aptieciņas nosaukumi, izmēri, iepakojuma veids	Minimālais skaits
1.	Komplekta medicīnisko materiālu saraksts valsts valodā	1
2.	Vienreizējās lietošanas cimdi iepakojumā	4 pāri
3.	Spraužamās adatas	4
4.	Šķēres (10 – 14 cm) ar noapaļotiem galiem	1
5.	Mākslīgās elpināšanas maska ar vienvirziena vārstuli iepakojumā	1
6.	Trīsstūrveida pārsējs (96 x 96 x 136 cm) iepakojumā	2
7.	Leikoplasts (2 – 3 cm) spolē	1
8.	Brūču plāksteri (dažāda izmēra) sterilā iepakojumā	15
9.	Tīklveida pārsējs Nr. 3 (40 cm)	3
10.	Folijas sega (viena puse metalizēta, otra spilgtā krāsā – oranžā vai	1
11.	Marles saites (4 m x 10 cm) sterilā iepakojumā	4
12.	Marles saites (4 m x 5 cm) sterilā iepakojumā	2
13.	Pārsienamās paketes sterilā iepakojumā	2
14.	Marles komprese (600 x 800 mm) sterilā iepakojumā	1
15.	Marles komprese (400 x 600 mm) sterilā iepakojumā	1
16.	Marles komprese (100 x 100 mm) sterilā iepakojumā	5



### 13. Glābēja drošība

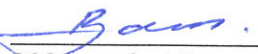
- 13.1. Nebaidies sniegt palīdzību!
- 13.2. Esi piesardzīgs!
- 13.3. Atceries, cietušais var būt inficēts ar dažādām infekcijas slimībām (AIDS, vīrusu hepatīts u.c.).
- 13.4. Elpinot lieto masku.
- 13.5. Pārsienot lieto cimdus.

**Tālrunis Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienesta izsaukšanai:  
113, 112**

**Vienotais ārkārtējo notikumu tālrunis:  
112**

neatliekamās palīdzības dienestiem (policija, ugunsdzēsības un glābšanas dienests, neatliekamā medicīniskā palīdzība u.c.)

IZSTRĀDĀJA:  
VSK laboratoriju vadītāja

 / V. Balss /  
2020. gada 14. augusts

SASKAŅOTS:

ITF dek.vietn.  / A. Paura /

DSK lab.vad.  / K. Notruma /

FK lab.vad.  / J. Rumba /