



Jak pomagać - przewodnik krok po kroku

2019-11-28

Sprawdź, czy nic Ci nie
zagroza
zbliżając się do
poszkodowanego.

Zadbaj o swoje bezpieczeństwo. Jeżeli masz
przy sobie...

...przygotuj maseczkę do
wentylacji...

...ubierz rękawiczki.

Sprawdź przytomność potrząsając delikatnie
za ramiona. Zapytaj "Czy wszystko w
porządku?"

Jeżeli poszkodowany nie
reaguje zatrzymaj
kogoś do pomocy.

Udrożnij drogi oddechowe.

Położ jedną rękę na czole, dwa palce drugiej
ręki na twarde części brody i odegnij głowę do
tyłu.

Oceń czy poszkodowany
oddycha. Przyłóż
ucho do ust poszkodowanego i
przez
10 sekund nasłuchuj, staraj się
wyczuć
oddech i obserwuj czy porusza
się
klatka piersiowa.

Jeżeli poszkodowany nie
oddycha
poproś zatrzymaną osobę o
wezwanie
pogotowia i przyniesienie
AED (automatycznego
defibrylatora zewnętrznego).
Jeżeli nie ma nikogo, kto
mógłby
Ci pomóc, zostaw
poszkodowanego
i sam wezwij pogotowie.

Wybierz numer 999, lub 112, podaj miejsce
zdarzenia i stan poszkodowanego - dorosły,
nieprzytomny, nie oddycha.

Odsłoń klatkę piersiową
poszkodowanego.
Znajdź środek klatki
piersiowej.

Ułóż rękę na środku klatki
piersiowej.
Dołóż drugą zaplatając palce.
Wyprostuj łokcie,
pochyl się nad
poszkodowanym tak by
Twoje barki
były nad jego klatką
piersiową.

Wykonaj 30 uciśnień klatki piersiowej na
głębokość 4-5 cm w tempie 100 na minutę.

Wyciągnij maseczkę do
wentylacji.



**Magiczny
Kraków**

Rozłóż maseczkę na twarzy
poszkodowanego
zgodnie z załączoną
instrukcją.

Udrożnij drogi oddechowe wg
wcześniejszego
opisu, zaciśnij nos
poszkodowanego.

Obejmij ustami usta poszkodowanego i
wykonaj 2 wdechy, tak by klatka piersiowa się
uniosła.

Kontynuuj resuscytację w
sekwencji
30 uciśnień klatki piersiowej na
2 wdechy aż do przybycia
pogotowia, przywrócenia
oddechu,
bądź wyczerpania fizycznego.

Gdy tylko AED zostanie
dostarczone
włącz urządzenie i postępuj
zgodnie z jego instrukcjami
głosowymi.

Wyjmij elektrody i przyklej je na klatce
piersiowej poszkodowanego.

Jedna elektroda po prawej
stronie
mostka, poniżej prawego
obojczyka,
druga pod lewą pachą -
zgodnie
z instrukcją na rysunkach.

Zapewnij, żeby nikt nie
dotykał poszkodowanego
gdy
AED analizuje rytm serca.

Jeżeli AED zaleci defibrylację upewnij się, że
nikt łącznie z Tobą nie dotyka
poszkodowanego i naciśnij migający przycisk.

Zaraz po wyładowaniu
kontynuuj
resuscytację w sekwencji 30
uciśnień
klatki piersiowej na 2 wdechy,
aż do momentu gdy AED
poda następne komendy.
Prowadź resuscytację zgodnie
z kolejnymi komendami
AED aż do przybycia
pogotowia, przywrócenia
oddechu,
bądź wyczerpania fizycznego.