

JAK POMÓC OSOBIE NIEPRZYTMNEJ

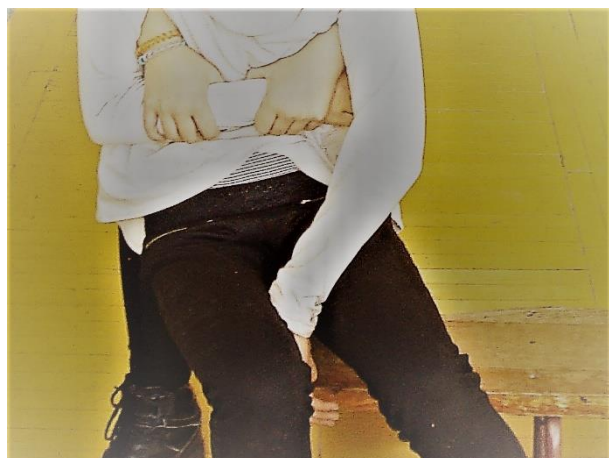
1.Oceń bezpieczeństwo



Zanim podejdziesz do poszkodowanego, sprawdź bezpieczeństwo:

- własne, poszkodowanego, świadków
- zastosuj środki ochrony własnej (rękawiczki ochronne, maseczkę do oddychania)

Jeśli miejsce zdarzenia stwarza zagrożenie **życia** dla poszkodowanego jak i ratującego decydujemy o ewakuacji w bezpieczny rejon (sytuacje niebezpieczne : poszkodowany leży na drodze poruszania się pojazdów, torach kolejowych, istnieje groźba wybuchu pożaru lub gazu) . W innym przypadku pozostawiamy poszkodowanego na miejscu zdarzenia.



2.Sprawdź przytomność



- potrząśnij delikatnie poszkodowanego za barki
- zapytaj głośno i stanowczo, „ co się stało? ” „, czy wszystko w porządku?



- Jeśli poszkodowany nie reaguje, a jesteś sam – wzywaj pomocy!



- Jeśli w pobliżu jest świadek zdarzenia poproś aby pozostał do pomocy

3. Udrożnij drogi oddechowe



- Jedną dłoń ułóż na czole poszkodowanego, dwa palce drugiej dłoni na brodzie
- Odchyl głowę do tyłu



4. Sprawdź czy oddycha prawidłowo przez 10 sekund

Utrzymując głowę w pozycji odchylonej, przybliż policzek do twarzy poszkodowanego

- obserwuj klatkę piersiową (czy się unosi)
- słuchaj szmeru oddechu
- wyczuwaj oddech na policzku

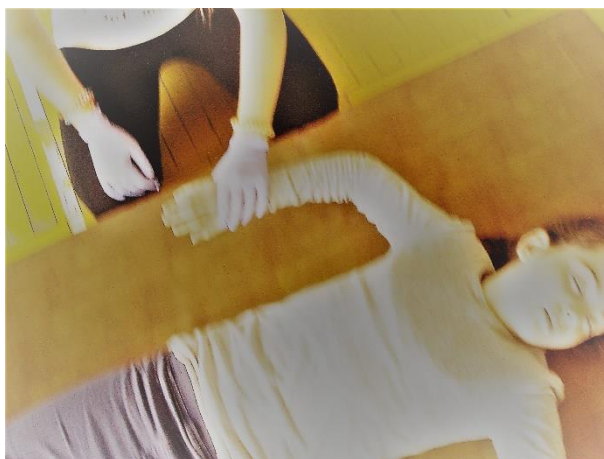
(jeśli oddycha, po ułożeniu w pozycji bezpiecznej, sprawdzaj co minutę oddech do momentu przyjazdu ratowników medycznych).

Jeśli poszkodowany oddycha, ułóż go w pozycji bezpiecznej

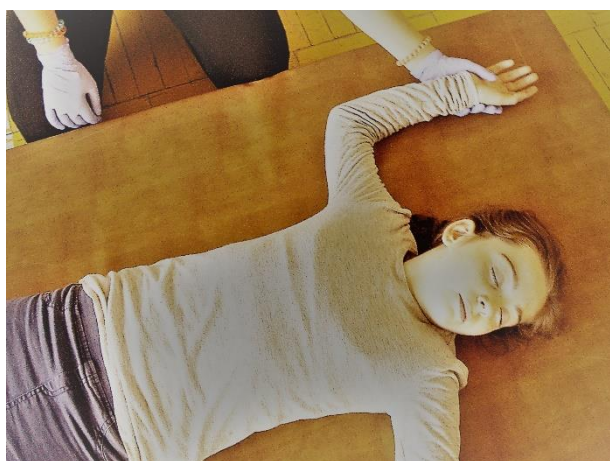


Sprawdź czy poszkodowany posiada przy sobie przedmioty mogące spowodować dodatkowe urazy (uszkodzenie tętnicy przez znajdujący się długopis w kieszeni, założone okulary), jeśli tak należy je odłożyć najlepiej przed głową poszkodowanego i wykonuj następujące czynności:

1



2





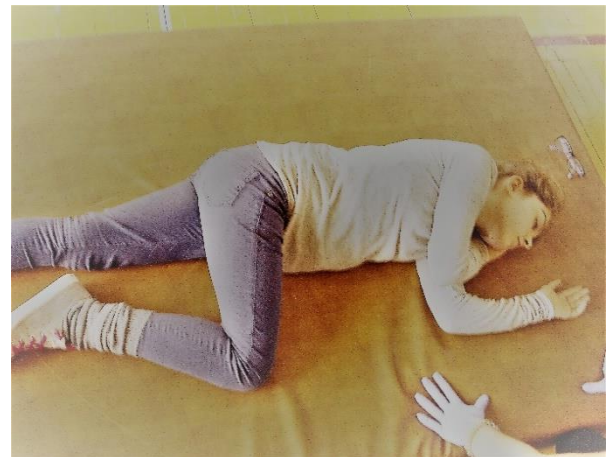
3

4



5

6



7

8



9 Wezwij pomoc, jeśli jest z Tobą jakaś osoba poproś, aby zadzwoniła pod numer 999 lub 112, jeśli w pobliżu nie ma nikogo zadzwoń sam.



W trakcie rozmowy z pogotowiem należy podać następujące informacje:

- co się zdarzyło i gdzie
- stan poszkodowanego
- przybliżony wiek
- imię i nazwisko informującego

GDY OSOBA JEST NIEPRZYTOMNA I NIE ODDYCHA

1. Wykonaj czynności sprawdzające stan poszkodowanego (punkty 1-4)
2. Po stwierdzeniu braku oddechu, przystąp do resuscytacji krążeniowo – oddechowej (RKO).

Wykonaj 30 uciśnień klatki piersiowej



- ułóż się przy poszkodowanym
- ułóż nasadę dłoni na środku jego klatki piersiowej
- dołóż drugą dłoń splatając palce obu dłoni
- wyprostuj ręce w łokciach – uciskaj klatkę piersiową tak aby palce nie dotykały żeber poszkodowanego

Należy wykonać nie mniej niż 100 uciśnień, ale nie więcej niż 120/min na głębokość 5-6 cm

Następnie wykonaj 2 oddechy ratownicze



- udrożnij drogi oddechowe poprzez odchylenie głowy w tył
- zaciśnij palcami skrzydełka nosa poszkodowanego
- drugą dłonią przytrzymaj jego żuchwę, otwierając usta
- obejmij jego usta i wykonaj 2 wdechy jeden po drugim
- powtórz czynności (30 uciśnień i 2 wdechy) do momentu przybycia ratowników

PAMIĘTAJ !

Jeśli poszkodowany ma krew w jamie ustnej, a nie posiadasz maseczki do oddechów ratowniczych, wykonuj tylko uciśnięcia klatki piersiowej