

KIEROWCO – PRZECHODNIU

Po rozpoznaniu osoby nieprzytomnej bez oddechu należy natychmiast podjąć zabiegi resuscytacyjne.
Wykonaj 30:2 czyli 30 ucisków mostka na 2 wdechy ratunkowe.

1



1. Upewnij się, czy poszkodowany i wszyscy świadkowie zdarzenia są bezpieczni.
2. Sprawdź reakcję poszkodowanego - Przytomność: delikatnie potrząśnij za ramiona i głośno zapytaj: „halo co się stało?”

2.



3. Zabezpiecz sobie osobę do pomocy. Jeżeli nie masz osoby do pomocy, przejdź do sprawdzania oddechu.

5

4. Udroźnij drogi oddechowe (tak aby broda patrzyła ku niebu): jedną ręką na czole, a dwa palce drugiej ręki na częściach kostnych brody i odegnij głowę poszkodowanego.

3



4



5. Utrzymując drożność dróg oddechowych, wzrokiem, słuchem i dotykiem sprawdź oddech przez 10 sekund.



6



6. Uklęknij obok poszkodowanego.
7. Ułóż nadgarstek na środku klatki piersiowej poszkodowanego.

8. Ułóż nadgarstek drugiej ręki na już położonym.

7



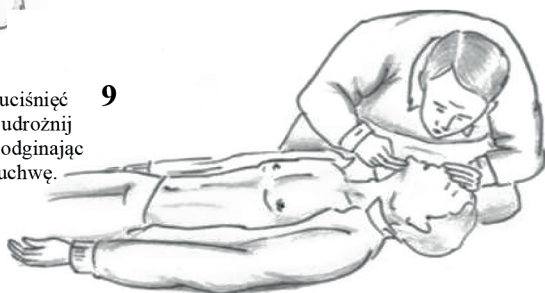
9. Pochyl się nad poszkodowanym, ręce wyprostuj w łokciach, a ramiona ustaw prostopadłe do mostka i uciskaj na głębokość 4-5 cm.

8



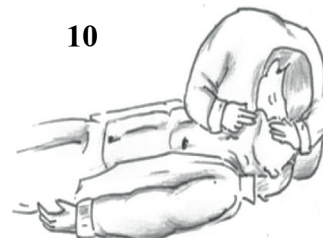
10. Po wykonaniu 30 uciśnień klatki piersiowej, udroźnij drogi oddechowe odginając głowę i unosząc żuchwę.

9



11. Wdmuchaj powoli powietrze do ust poszkodowanego przez około 1 sekundę, obserwując jednocześnie, czy klatka piersiowa się unosi.
- Utrzymując odgięcie głowy i uniesienie żuchwy, odsuń swoje usta od ust poszkodowanego i obserwuj, czy podczas wydechu opada jego klatka piersiowa.

10



- Jeszcze raz nabierz powietrza i wdmuchnij do ust poszkodowanego dążąc do wykonania dwóch skutecznych oddechów ratowniczych.
- Kontynuuj uciskanie klatki piersiowej i oddechy ratownicze w stosunku 30:2.
- Przerwij swoje działania w celu sprawdzenia stanu poszkodowanego tylko wtedy, gdy zacznie on prawidłowo oddychać.

Kondynuuj reanimację do czasu, gdy: - poszkodowany zacznie samodzielnie oddychać, - gdy zespół ratunkowy przejmie za ciebie działania reanimacji, - gdy ratownik opadnie z sił.

ZAWSZE WEZWIJ POMOC MEDYCZNĄ tel: 112



Gminny Ośrodek Zdrowia
w Gogolinie

