

## SEKWENCJA DZIAŁAŃ ZABIEGÓW RESUSCYTACYJNYCH



**1. Zapewnij bezpieczeństwo ratownikowi i ratowanemu.**



**2. Sprawdź, czy ratowany reaguje.** Delikatnie potrząśnij za ramię i głośno zapytaj: „Co się dzieje?”



**3. Jeśli ratowany reaguje, odpowiada, rusza się:**

- ułóż ratowanego w pozycji bezpiecznej lub pozostaw w pozycji zastanej (gdy brak zagrożeń), oceń jego stan i wezwij pomoc,
- wyślij kogoś po pomoc, a gdy jesteś sam, musisz pozostawić ratowanego i samemu udać się po pomoc,
- oceniaj na bieżąco stan ratowanego.



**4. Jeśli ratowany nie reaguje:**

- głośno wezwij pomoc,
- jeśli nie możesz ocenić stanu ratowanego w pozycji, w jakiej go zastałeś, odwróć go na plecy i udrożnij drogi oddechowe,
- ułóż dłonie na czole ratowanego i ostrożnie odchyl głowę ku tyłowi,
- usuń z jamy ustnej wszelkie widoczne ciała obce, w tym ruchome protezy zębowe,
- nie odchylaj głowy, jeśli podejrzewasz obrażenia kręgosłupa szyjnego,
- przytrzymaj czubkami palców podbródek (żuchwę) ratowanego, a następnie unieś żuchwę, co pozwoli udrożnić drogi oddechowe.





## 5. Utrzymując drożność dróg oddechowych, oceń:

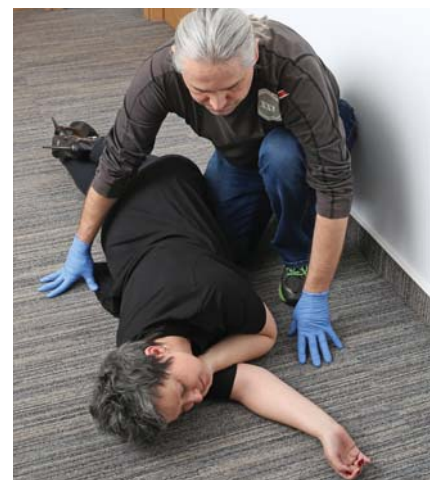
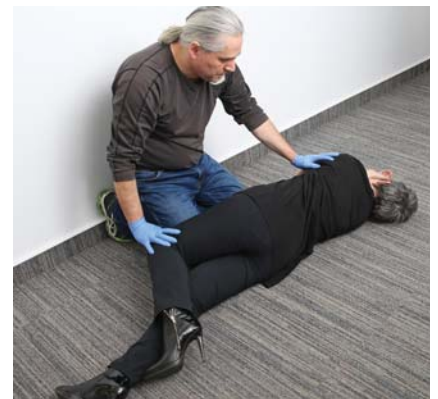
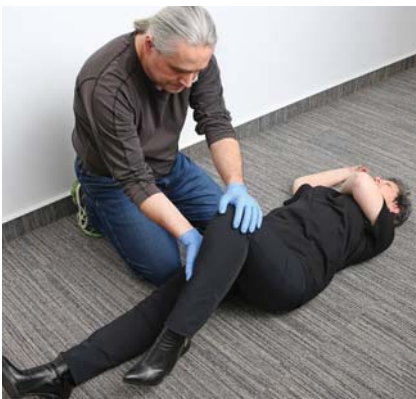
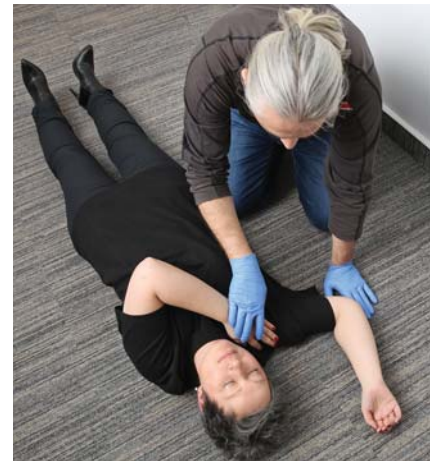
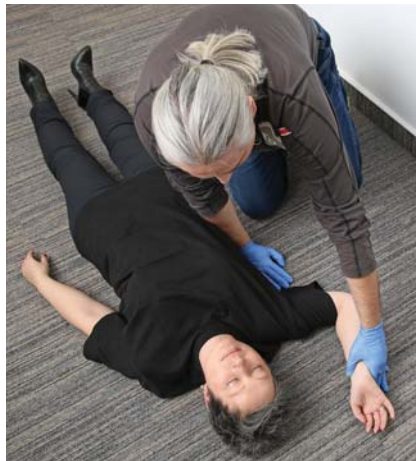
- wzrokowo,
  - słuchowo,
  - dotykiem
- czy oddechy są prawidłowe.

Masz nie więcej niż 10 sekund na ocenę obecności oddechu.

## 6. Jeśli ratowany oddycha w sposób prawidłowy:

- ułóż go w pozycji bezpiecznej,

- wyślij kogoś po pomoc, a gdy jesteś sam, zostaw ratowanego i udaj się po pomoc,
- regularnie oceniaj czynności życiowe.







## 7. Jeśli ratowany nie oddycha lub wykonuje tylko okresowe westchnięcia bądź słabe próby oddechu:

- wyślij kogoś po pomoc, a gdy jesteś sam, pozostaw ratowanego i udaj się po pomoc; po powrocie rozpocznij masaż serca,
- wykonaj 30 uciśnień klatki piersiowej.

Po 30 uciśnięciach udroźnij drogi oddechowe, wykonaj dwa skuteczne wdechy ratownicze.



## 8. Poproś o przyniesienie AED i postępuj zgodnie z poleceniami.



## Schemat postępowania na miejscu wypadku

