

# Gmina Chełmno Oficjalny portal informacyjny

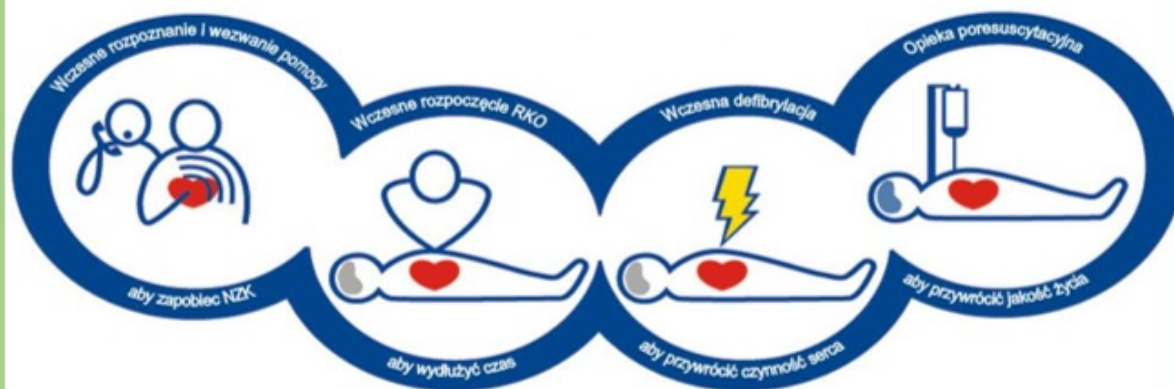
Adres artykułu: <https://gmina-chelmno.pl/arttykul/191-5765-pierwsza-pomoc>

## Pierwsza pomoc



### PIERWSZA POMOC

#### ŁAŃCUCH PRZEŻYCIA



#### SCHEMAT RESUSCYTACJI KRAŻENIOWO-ODDECHOWEJ (RKO)

**NIE REAGUJE?**

**GŁOŚNO WOŁAJ O POMOC**

**UDROŹNIJ DROGI ODDECHOWE I SPRAWDŹ ODDECH**

**NIE ODDYCHA PRAWIDŁOWO?**

**ZADZWOŃ POD NUMER ALARMOWY 112 LUB 998**

**30 UCIŚNIEŃ KLATKI PIERSIOWEJ**

**2 ODDECHY RATOWNICZE  
30 UCIŚNIEŃ KLATKI PIERSIOWEJ**

<b>OCEŃ BEZPIECZEŃSTWO</b>	<p>Podejdź do poszkodowanego dbając o własne bezpieczeństwo. Upewnij się, że leży na plecach na twardym podłożu.</p>
<b>OCEŃ PRZTOMNOŚĆ</b>	<p>Uklęknij przy poszkodowanym. Potrząśnij za ramiona, zapytaj: „Co się stało?” Jeśli nie odpowiada, wskaż konkretną osobę i poproś ją o pomoc.</p>
<b>SPRAWDZENIE ODDECHU</b>	<p>Odegnij głowę do tyłu (połóż jedną rękę na czole, drugą pod brodę i odegnij głowę). Przyłóż policzek do ust poszkodowanego, patrz na klatkę piersiową. Przez 10 s. oceniaj oddech na zasadzie: widzę (unosząc się klatkę piersiową), słyszę (oddech) i czuję (wydychane powietrze).</p>
<b>BRAK ODDECHU</b>	<p>Poproś świadka, aby pobiegł po AED (jeśli dostępne) i rozpocznij uciskanie klatki piersiowej. Ułóż splecione dłonie na środku odsłoniętej klatki piersiowej. Uciskaj mocno (co najmniej 5 cm) i szybko (w tempie 100/min) do momentu: – zmiany stanu poszkodowanego – podłączenia elektrod AED i komunikatu: „Nie dotykaj pacjenta”. Po podłączeniu urządzenia, postępuj zgodnie z zaleceniami, – przyjazdu Zespołu Ratownictwa Medycznego, Nie przerywaj uciśnień! Jeśli zmęczysz się uciskaniem klatki piersiowej, poproś o zmianę.</p>
<b>OSOBA POSZKODOWANA I CHĘTNA DO WYKONANIA ODDECHÓW</b>	<p>Po 30 uciśnięciach klatki piersiowej, odegnij głowę do tyłu, zaciśnij nos poszkodowanego, obejmij jego usta swoimi i wykonaj 2 wdechy Jak najszybciej wróć do uciśnień klatki piersiowej i kontynuuj działania w schemacie 30 uciśnień, 2 wdechy do momentu: – zmiany stanu poszkodowanego, – podłączenia elektrod AED i komunikatu: „Nie dotykaj pacjenta”. Po podłączeniu urządzenia, postępuj zgodnie z zaleceniami, – przyjazdu Zespołu Ratownictwa Medycznego.</p>
<b>JEŚLI ZMIENI SIĘ STAN PACJENTA</b>	<p>Przerwij działania. Potrząśnij poszkodowanego za barki i sprawdź czy reaguje. Sprawdź czy oddycha. Jeśli oddycha – ułóż go na boku z głową odgiętą do tyłu, okryj go i czekaj na przyjazd Zespołu Ratownictwa Medycznego. Jeśli nie oddycha – jak najszybciej wróć do uciśnień klatki piersiowej.</p>
<b>OCENA PACJENTA PO NAGŁYM ZATRZYMANIU KRĄŻENIA</b>	<p>Do czasu przyjazdu Zespołu Ratownictwa Medycznego co 1 minutę sprawdzaj czy poszkodowany oddycha. Jeśli przestał oddychać – jak najszybciej wróć do uciśnień klatki piersiowej.</p>

Źródło: Opracowano na podstawie: K. Kaczmarek. *Resuscytacja Krążeniowo – Oddechowa (RKO) z wykorzystaniem Automatycznego Defibrylatora Zewnętrzny (AED) na podstawie wytycznych Europejskiej Rady Resuscytacji (ERC) i Amerykańskiego Towarzystwa Kardiologicznego (AHA) 2015. Poznań 2017.*

## Metryczka

<b>Opublikował w BIP:</b>	Jarosław Zima
<b>Data opublikowania:</b>	30.07.2019 12:41
<b>Ostatnio zaktualizował:</b>	
<b>Liczba wyświetleń:</b>	341