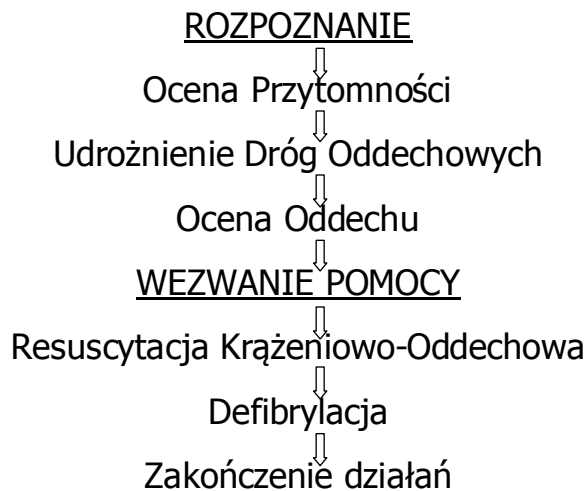


## POSTĘPOWANIE Z POSZKODOWANYM NIEPRZYTOMNYM



**ROZPOZNANIE:** przedstaw się, oceń sytuację, zapewnij bezpieczeństwo, określ liczbę osób poszkodowanych, zorganizuj ludzi i sprzęt do pomocy, określ mechanizm urazu; zawołaj o pomoc.

**OCENA PRZYTOMNOŚCI:** zapytaj; „Co się stało?” i potrząśnij za ramiona; jeśli poszkodowany nie reaguje, zawołaj o pomoc, jeśli dotąd tego nie zrobiłeś.

**UDROŻNIENIE DRÓG ODDECHOWYCH:** odchyl głowę do tyłu, by zapewnić dostęp powietrza do płuc; nawet jeśli podejrzewasz, że poszkodowany ma obrażenia kręgosłupa.

**OCEŃ ODDECH:** pochyl twarz 2cm nad ustami poszkodowanego, postaraj się poczuć wydychane powietrze na policzku, usłyszeć „szmery” oddechowe, obserwować czy unosi się klatka piersiowa, poświęć na to do 10 sekund; jeśli poszkodowany ma min. 2 oddechy/10 sekund to oddycha prawidłowo (ułóż go wtedy w pozycji bezpiecznej na boku i wezwij pomoc); jeśli poszkodowany nie oddycha lub ma oddech nieprawidłowy, np. 1 oddech/10 sekund, słabo wzdycha (wezwij pomoc i wykonaj RKO).

**WEZWANIE POMOCY:** poproś kogoś w pobliżu, aby zadzwonił na pogotowie (nr 999) i dokonał zgłoszenia – jeśli nie ma nikogo w pobliżu, zrób to sam. Poproś o dostarczenie urządzenia AED.

**RESUSCYTACJA KRĄŻENIOWO-ODDECHOWA (RKO):** jeśli poszkodowany jest nieprzytomny i nie oddycha bądź ma oddech nieprawidłowy: wykonaj 30 uciśnieć klatki piersiowej i 2 oddechy ratownicze; klatkę piersiową uciskaj na środku z częstością ok. 100/min. na głębokość 1/3 wymiaru przednio-tylnego klatki piersiowej; każdy oddech ratowniczy wykonuj do momentu uniesienia się klatki piersiowej przez 1 sekundę.

**DEFIBRYLACJA:** zastosuj urządzenie AED, jeśli jest dostępne; uruchom je i stosuj się do jego poleceń.

### ZAKOŃCZENIE DZIAŁAŃ:

- jeśli czujesz się zmęczony – odpocznij by uniknąć omdlenia na skutek prowadzonych działań;
- jeśli miejsce, w którym udzielasz pomocy stanie się niebezpieczne wtedy, przerwij RKO i zapewnij bezpieczeństwo;
- jeśli podczas RKO poszkodowany zacznie „krztusić się”, „kaszleć”, przerwij resuscytację i sprawdź oddech: poszkodowanego nieprzytomnego z min. 2 oddechami w ciągu 10 sekund ułóż w pozycji bezpiecznej na boku lub pozostaw na plecach zapewniając drożność dróg oddechowych, jeśli jest podejrzany o obrażenia kręgosłupa; jeśli masz wątpliwości czy oddech jest prawidłowy kontynuuj resuscytację;
- jeśli poproszą Cię o to służby ratownicze przerwij działania i przekaz im poszkodowanego.