

Podstawowe Zabiegi Resuscytacyjne

Oceń stan świadomości



- Delikatnie potrząśnij.
- Głośno wołaj o pomoc.

Jeżeli nie reaguje



- Udroźnij drogi oddechowe:
- Odchyl głowę i unieś żuchwę.



- Sprawdź czy oddycha:
- Patrz.
 - Słuchaj.
 - Wycuj.
 - Nie dłużej niż 10 sek.

Jeżeli reaguje

- Obserwuj.
- W razie konieczności sprowadź pomoc.

Jeżeli nie oddycha prawidłowo



Zadzwoń 112 lub 999 i wykonaj 30 uciśnień klatki piersiowej:

- Odstoń klatkę piersiową i połóż ręce na jej środku.
- Uciśnij 30 razy klatkę piersiową na głębokość 5-6cm.

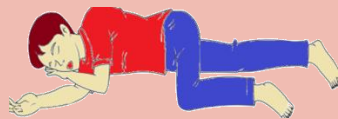
Wykonaj 2 wdechy:

- Przyłóż szczelnie usta wokół ust poszkodowanego.
- Wdmuchuj powietrze, aż klatka piersiowa się uniesie.
- Wykonaj następny oddech, gdy klatka opadnie.



Jeżeli oddycha prawidłowo

- Ułóż w pozycji bezpiecznej.



- Sprowadź pomoc.
- Ponownie oceń oddech.

**Kontynuuj RKO 30:2
do przyjazdu pogotowia ratunkowego**