



PRZYWRACANIE KRAŻENIA I ODDECHU W UTONIĘCIACH

RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO – ODDECHOWA W UTONIĘCIACH

<p>1</p> <p>ZADBAJ O BEZPIECZEŃSTWO W MIEJSCU UDZIELANIA POMOCY</p>	<p>2</p> <p>SPRAWDŹ PRZYTOMNOŚĆ (potrząśnij i zawołaj) głośno wzywaj pomocy!</p>	<p>3</p> <p>UDROŹNIJ DROGI ODDECHOWE (broda skierowana ku górze)</p>
<p>4</p> <p>SPRAWDŹ ODDECH przez 10 sekund</p>	<p>5</p> <p>WEZWIJ POMOC 999 LUB 112</p>	<p>WYKONAJ 5 WDECHÓW</p>
<p>6</p> <p>UŁÓŻ RĘCE CENTRALNIE NA KLATCE PIERSIOWEJ</p>	<p>7</p> <p>WYKONAJ 30 UCIŚNIEŃ KLATKI PIERSIOWEJ</p>	<p>8</p> <p>WYKONAJ 2 WDECHY</p>

**PRZYWRACANIE KRAŻENIA
i ODDECHU** prowadzimy:

- ⇒ do momentu odzyskania czynności życiowych przez poszkodowanego
- ⇒ do czasu przejęcia przez wykwalifikowane służby medyczne
- ⇒ do utraty sił ratownika

30 UCIŚNIEŃ : 2 WDECHY

