

**SVI GRAĐANI**  
svijeta  
— mogu **SPASITI** život —

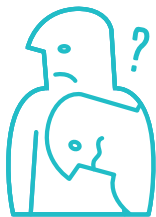


**16. OKTOBAR 2022**

Svjetski dan reanimacije

podizanje svijesti o srčanom zastoju

---



## 1. PROVJERA

Provjeri da li je bezbjedno:

- Provjerite reaguje li osoba na podražaj
- Zabacite glavu, podignite bradu i provjerite disanje
- Ukoliko osoba ne diše ili disanje nije normalno, započnite CPR



## 2. POZIV

- Nazovite 124 i slijedite upute dispečera
- Ukoliko ima još neko u blizini, neka pozove 124 i neka donese AED
- Kompresije su najvažnije za preživljavanje
- Nemojte odgađati ili prekidati kompresije



## 3. KOMPRESIJE

- Postavite obje ruke na sredinu grudnog koša
- Pritisnite grudni koš 5-6 cm u dubinu 100-120 puta u minuti, u ritmu pjesme "Stayin' alive"
- Ako znate vještačko disanje dajte 2 udisaja nakon svakih 30 kompresija, ako ne znate radite kompresije bez prekida
- Kompresije radite snažno i brzo
- Ne brinite, ne možete naškoditi
- Ukoliko stigne AED odmah ga uključite i pratite glasovne upute
- Kada stigne hitna medicinska pomoć nastavite dok vam se ne kaže da prestanete
- Odlično! Učiniti nešto može spasiti život i uvijek je bolje nego ne učiniti ništa.

Inicijativa



EUROPEAN  
RESUSCITATION  
COUNCIL  
[www.erc.edu](http://www.erc.edu)



UHMT FBiH  
Udruženje hitnih medicinskih  
tehničara Federacije BiH

[WWW.ILCOR.ORG/WRAH](http://WWW.ILCOR.ORG/WRAH)  
[#worldrestartaheart](https://twitter.com/worldrestartaheart)