

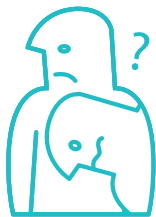
BÁRKI a világon
képes életet
MENTENI



16 október

Az Újraélesztés Világnapja

Felhívjuk a figyelmet az újraélesztés fontosságára



1. ÉSZLELD

Győződj meg arról, hogy biztonságos a helyszín, majd:

- Ellenőrizd, hogy a bajbajutott reagál-e valamire.
- Hajtsd hátra a bajbajutott fejét, emeld ki az állát és ellenőrizd a légzését.
- Amennyiben nincs légzés vagy nem tűnik normálisnak, kezd meg az újraélesztést.



2. HÍVD

- Hívd a 112-t, majd kövesd az utasításait.
- Ha van veled segítség, őt kérd meg, hogy hívja a 112-t és küldd el félautomata defibrillátorért.
- A mellkasnyomás a legfontosabb, hogy a bajbajutott túléljen. Ne késlekedj a megkezdésével és folyamatosan végezd!



3. NYOMD

- Mindkét kezed helyezd a mellkas közepére.
- Nyomd a mellkast 5-6 cm mélyen, 100-120/perc frekvenciával a BeeGees „Stayin’ Alive” zenéjének ritmusára.
- Ha tanultad már a kivitelezését, akkor minden 30 mellkasnyomás után végezz 2 befúvásos lélegeztetést, egyebekben nyomd a mellkast folyamatosan.
- Nyomd a mellkast mélyen és gyorsan. Ne aggódj, nem tudsz ártani.
- Ha van elérhető félautomata defibrillátor, azonnal kapcsold be és kövesd az utasításait.
- Amikor megérkezik a mentő, folytasd az újraélesztést mindaddig, amíg fel nem szólítanak arra, hogy állj meg.
- Nagyon jó! Tenni valamit életet ment és MINDIG sokkal jobb, mint nem tenni semmit.

An initiative by

