

Jak provádět základní neodkladnou resuscitaci?



PRVNÍ POMOC



Bezpečnost

Zastav se, rozhlédni se a ujisti se, že nehrozí žádné nebezpečí. Přivolej další svědky na pomoc.



Kontrola

Zjisti, zda postižený reaguje (oslovení, zatřesení) a po záklonu hlavy ověř (10 vteřin) kvalitu dechu.



Oživování

Nereaguje, nedýchá normálně nebo lapá po dechu – přivolej pomoc (155 nebo aplikace Záchranka) a zahaj základní neodkladnou resuscitaci.



AED

Pokud jste alespoň dva nebo máš přístroj velmi blízko, použij AED a postupuj podle instrukcí.

Stlačuj hrudník do hloubky 5–6 cm frekvencí 100–120 za minutu.



Ukončení

Pokud je to možné, po 2 minutách se v resuscitaci střídej. Oživování prováděj až do chvíle obnovení základních životních funkcí (postižený se brání, reaguje a normálně dýchá), předání záchranářům nebo do úplného vyčerpání.