



AKADEMIA BEZPIECZEŃSTWA OSRAM RADZI:

PODSTAWOWE ZASADY UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY PRZEDMEDYCZNEJ

- 1** Pomagaj, ale nie szkodź sobie i innym!
- 2** Nie narażaj się na ryzyko wykonując niepewne i nieprzemyślane działania.
- 3** Zawsze używaj środków ochrony osobistej takich jak maseczka do sztucznego oddychania.
- 4** Wezwij pomoc!
Zgłaszając wypadek mów spokojnie i odpowiadaj ściśle na pytania dyspozytora.
Powiedz:
CO? Co się stało (np. wypadek drogowy, ilość poszkodowanych, ich stan)
GDZIE? Miejsce zdarzenia (ulica, nr domu, nr mieszkania, klatka, piętro, nr drogi, kilometr, charakterystyczne punkty)
KTO? Kto zgłasza wezwanie pomocy (numer telefonu i dane osobowe).

Numery alarmowe:

Pogotowie Ratunkowe **999**

Straż Pożarna **998**

Policja **997**

Europejski nr ratunkowy **112**

Więcej informacji na stronie

35m.pl

www.facebook.com/OSRAMpl

facebook



PODSTAWOWE ZASADY RESUSCYTACJI

Jeżeli oddech poszkodowanego nie jest prawidłowy:



Udrożnij drogi oddechowe



Sprawdź czy oddycha



nie oddycha



Wykonaj 30 uciśnień mostka



WEZWIJ POMOC!
Ułóż odpowiednio dłonie



Założ na usta poszkodowanego **maseczkę** i wdmuchuj w jego usta powoli powietrze przez około 1 sekundę



Kontynuuj uciskanie klatki piersiowej i oddechy ratownicze w stosunku 30:2

OSRAM

