

life force

Αλγόριθμος Βασικής Υποστήριξης Ζωής

1

ΑΣΦΑΛΕΙΑ



Αναρωτήσου: «Είναι η κατάσταση ασφαλής για μένα, για τους γύρω μου και για το θύμα;»

2

ΕΛΕΓΧΟΣ ΑΝΤΙΔΡΑΣΗΣ



Κούνησε απαλά τους ώμους του θύματος και ρώτα: «Είσαι καλά;»

3

ΕΛΕΓΧΟΣ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗΣ ΑΝΑΠΝΟΗΣ



Δες, άκου και νιώσε αν υπάρχει φυσιολογική αναπνοή, μέχρι 10 δευτερόλεπτα.

4

ΚΛΗΣΗ ΓΙΑ ΒΟΗΘΕΙΑ



Κάλεσε 112 και μίλα με την Υπηρεσία Έκτακτης Ανάγκης. Στείλε έναν βοηθό να φέρει AED.

5

ΘΩΡΑΚΙΚΕΣ ΣΥΜΠΙΕΣΕΙΣ



Βάλε τα χέρια σου στο κέντρο του θώρακα του θύματος. Κάνε 30 θωρακικές συμπίεσεις σε βάθος 5-6 εκ. Διατήρησε ρυθμό 100-120 συμπίεσεων ανά λεπτό.

6

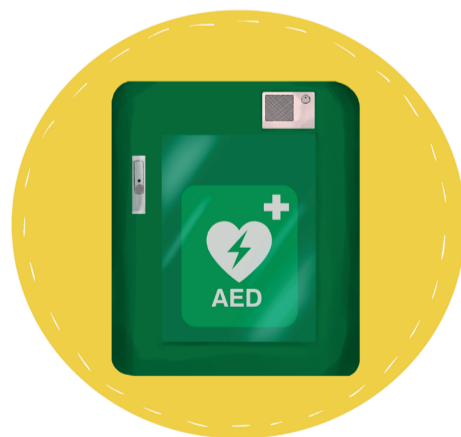
ΕΜΦΥΣΗΣΕΙΣ ΔΙΑΣΩΣΗΣ



Άνοιξε τον αεραγωγό του θύματος και δώσε 2 εμφυσέςεις. Συνέχισε να κάνεις 30 συμπίεσεις και 2 εμφυσέςεις έως ότου έρθει βοήθεια.

7

ΑΝΑΖΗΤΗΣΗ ΑΠΙΝΙΔΩΤΗ



Αν έρθει AED, ενεργοποίησέ τον και ακολούθα τις φωνητικές και οπτικές οδηγίες.



Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής στην παραγωγή της παρούσας έκδοσης δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντικατοπτρίζει αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών, και η Επιτροπή δεν μπορεί να αναλάβει την ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που περιέχονται σε αυτήν.



Με συγχρηματοδότηση από το πρόγραμμα «Erasmus+» της Ευρωπαϊκής Ένωσης



KIDS
SAVE
LIVES