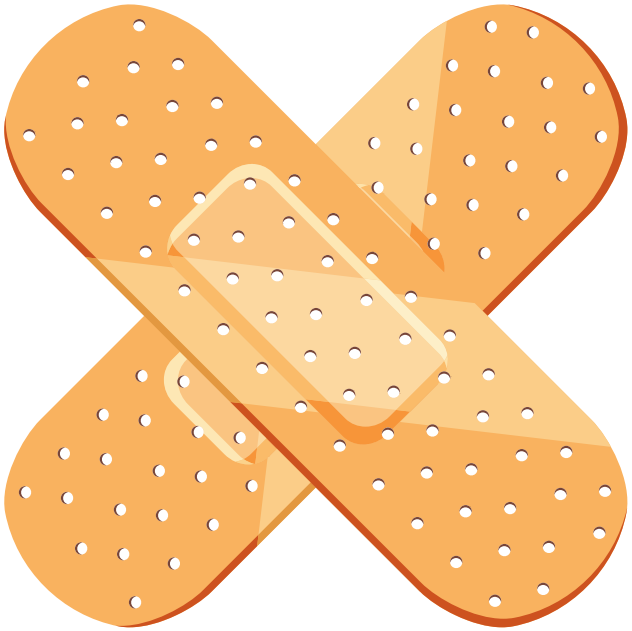
Druga sobota września

Światowy Dzień Pierwszej Pomocy



EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Światowy Dzień Pierwszej Pomocy

Światowy Dzień Pierwszej Pomocy został ustanowiony w 2000 roku przez Międzynarodowy Ruch Czerwonego Krzyża i jest obchodzony corocznie w drugą sobotę września. Celem tego wydarzenia jest edukacja dotycząca technik udzielania pierwszej pomocy.

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Pierwsza pomoc

Wielu ludzi nie zna podstawowych zasad udzielania pierwszej pomocy. Z badań wynika, że blisko 70% wszystkich przypadków zatrzymania akcji serca ma miejsce poza szpitalem, natomiast większość młodych Polaków nie udzieliłaby pierwszej pomocy z powodu odczuwanego strachu.

Obawa przed udzieleniem pierwszej pomocy często wynika z braku wiedzy. Tymczasem podjęcie działań ratunkowych jest kluczowe dla życia poszkodowanego.

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Prawo w Polsce

W polskim prawie istnieje zapis, który wskazuje, że każdy świadek zdarzenia ma obowiązek udzielenia pomocy poszkodowanemu. Za brak próby pomocy lub znalezienia osoby, która mogłaby pomóc, grozi nawet do 3 lat pozbawienia wolności.

Podjęcie działań w czasie pierwszych 3-5 minut zwiększa szanse poszkodowanego na przeżycie.

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Pamiętaj o własnym bezpieczeństwie

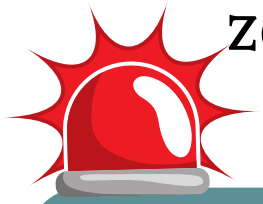
Podejmując działania ratownicze, upewnij się, czy tobie i poszkodowanym nie zagraża niebezpieczeństwo.

Oceń, czy nie istnieje ryzyko wystąpienia dodatkowego zagrożenia np. wybuchu pożaru.

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Zasada wzywania pomocy

W pierwszej kolejności poproś przechodniów o pomoc, najlepiej głośno i wyraźnie wskazując konkretne osoby. Wówczas możesz zająć się poszkodowanym, a druga osoba powinna zadzwonić na numer ratunkowy.



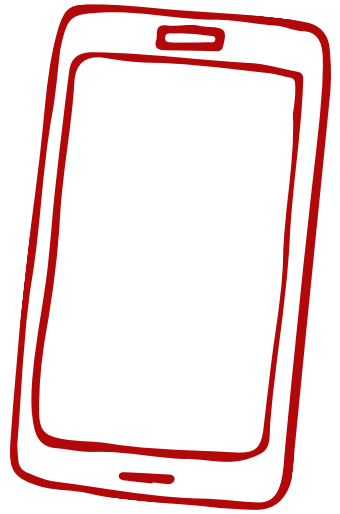
NUMERY ALARMOWE:

POGOTOWIE RATUNKOWE: 999

STRAŻ POŻARNA: 998

POLICJA: 997

EUROPEJSKI NUMER RATUNKOWY: 112



EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Rozmowa z dyspozytorem

Podczas rozmowy z dyspozytorem należy zachować spokój, mówić wyraźnie i odpowiadać na zadawane pytania.

1

CO SIĘ STAŁO?

Np. wypadek drogowy, liczba poszkodowanych i ich stan.

2

GDZIE?

Ulica, nr domu, nr mieszkania, klatka, piętro, nr drogi, kilometr, charakterystyczne punkty.

3

KTO?

Kto zgłasza wezwanie pomocy - numer telefonu i dane osobowe.

Nie odkładaj pierwszy słuchawki!

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Pierwsza pomoc - krok po kroku

1

SPRAWDŹ, CZY POSZKODOWANY REAGUJE

Potrząśnij delikatnie za ramię i głośno zapytaj "Słyszysz mnie, czy wszystko porządku?"

2

JEŻELI NIE REAGUJE

Głośno zawołaj o pomoc i wezwij pogotowie. Odwróć poszkodowanego na plecy, po czym udrożnij drogi oddechowe poprzez odgięcie głowy i uniesienie żuchwy.

3

WIDZĘ, SŁYSZĘ, CZUJĘ

Na ocenę wzrokiem, słuchem i dotykiem przeznacz nie więcej niż 10 sekund.

4

JEŻELI ODDECH JEST PRAWIDŁOWY

Ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej i kontroluj sytuację do czasu przyjazdu pogotowia.

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Pierwsza pomoc - krok po kroku

1

SPRAWDŹ, CZY POSZKODOWANY REAGUJE

Potrząśnij delikatnie za ramię i głośno zapytaj "Słyszysz mnie, czy wszystko porządku?"

2

JEŻELI NIE REAGUJE

Głośno zawołaj o pomoc i wezwij pogotowie. Odwróć poszkodowanego na plecy, po czym udrożnij drogi oddechowe poprzez odgięcie głowy i uniesienie żuchwy.

3

WIDZĘ, SŁYSZĘ, CZUJĘ

Na ocenę wzrokiem, słuchem i dotykiem przeznacz nie więcej niż 10 sekund.

4

JEŻELI ODDECH NIE JEST PRAWIDŁOWY

Przejdź do wykonywania resuscytacji krążeniowo -oddechowej (RKO).

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Resuscytacja krążeniowo-oddechowa (RKO)

Ogólną zasadą przeprowadzania RKO u osoby dorosłej jest schemat rozpoczynający się od 30 uciśnięć klatki piersiowej i zrobieniu 2 wdechów (w przypadku gdy nie masz czym odizolować swoich ust od drugiej osoby - możesz pominąć wdychanie powietrza). Czynności te należy powtarzać do momentu odzyskania oddechu przez ofiarę lub do momentu przyjazdu pogotowia.

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Apteczka i jej zawartość

W Polsce nie ma przepisów, które określałyby, co powinno być w apteczce pierwszej pomocy. Zazwyczaj są to:

- rękawiczki ochronne,
- maseczka do sztucznego oddychania,
- bandaże,
- chusta trójkątna,
- folia termoizolacyjna,
- kompresy gazowe,
- nożyczki ratownicze,
- opaski opatrunkowe,
- plastry,
- płyn do odkażania rąk.

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Gdzie szukać apteczki?

Apteczki powinny być umieszczone w miejscach ogólnodostępnych i widocznych (np. na korytarzu). Warto jednak zadbać o to, aby była ona kompletna, aby w przypadku nagłego zdarzenia móc z niej skorzystać.

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ

Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy

W ostatnich latach powstało wiele kampanii i akcji dotyczących pierwszej pomocy. Jedną z wielu organizacji wspierającą te działania jest Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy, z której pomocą przeszkolono ponad 1,5 mln dzieci. Program Edukacyjny "Ratujemy i Uczymy Ratować" jest skierowany zarówno do dzieci, jak i ich opiekunów (rodziców i nauczycieli).

EduPassion
UCZ SIĘ Z PASJĄ