

UWAGA! UWAGA!

W ramach realizacji programu



**„Bezpieczne
Przedszkole”**

**uwzględniając
Państwa oczekiwania**

PIERWSZA POMOC

Sprawdź, czy osoba nieprzytomna oddycha – przysuń ucho do jej ust i obserwuj ruchy klatki piersiowej. Jeżeli usłyszysz i poczujesz oddech na swoim policzku, ułóż poszkodowanego w pozycji bocznej.

Jeżeli poszkodowany nie oddycha lub przestanie oddychać, wykonaj sztuczne oddychanie.



1. Ułóż rannego na plecach. Wyprostuj mu nogi, ręce ułóż wzdłuż ciała. Sprawdź, czy ma coś w ustach – jeśli tak, wyjmij to.



2. Jedną dłoń połóż na czole poszkodowanego i delikatnie odchył głowę do tyłu. Palce drugiej dłoni umieść na zuchwie i unieś ją.

3. Kciukiem i palcem wskazującym dłoni leżącej na czole zacznij nos poszkodowanego. Weź głęboki wdech, przykryj usta do ust poszkodowanego i wdychaj powietrze do jego płuc.

Jeśli nie możesz wyczuć pulsu na szyi poszkodowanego, wykonaj masaż serca.



Ułóż dłoń jedną na drugiej na dolnej części mostka rannego. Uciśnij bardzo mocno w dość szybkim tempie. Po 30 uciśnięciach wykonaj 2 sztuczne oddechy.



Po wyjściu z wody udziel pierwszej pomocy do momentu, kiedy ranny odzyska czynności życiowe lub przybędzie inna pomoc.

Ratowanie tonącego



1. Uklęknij obok rannego z tej strony, na którą chcesz go obrócić. Rękę, która jest bliżej ciebie, ułóż prostopadłe do ciała i zegnij w łokciu tak, by dłoń skierować ku górze.



2. Drugą rękę przesłóż tak, by dłoń dotykała przeciwnego ramienia. Nogi, która jest od ciebie dalej, zegnij w kolanie.



3. Obróć głowę rannego do siebie. Złap go za zgięte kolano i także ramię, jeżeli poszkodowany jest większy od ciebie i odwróć go w swoją stronę.



4. Zgiętą nogę popraw tak, aby staw biodrowy i kolanowy tworzyły ką prosty.

HARMONIA

© 2014 Harmonia - Tworzenie Edukacji Dla Przyszłości - Oferta Edukacyjna www.harmonia.edu.pl



80 200 04000 01 - Harmonia 80 200 04000 01 - Harmonia 80 200 04000 01

organizujemy spotkanie dla rodziców z ratownikiem medycznym

Ze względu na duże zainteresowanie

warsztaty praktyczne odbywać się będą z podziałem na dwie grupy

- w dniu 22 października od godz. 17.00 (dla grupy I)

- w dniu 23 października od godz. 17.00 (dla grupy II)

Przypominamy, że udział w kursie jest płatny ok. 35 od osoby

(na miejscu po zakończeniu kursu)

Kurs prowadzić będzie naszym przedszkolu

Paweł Kowalczyk

Licencjonowany Ratownik Medyczny