

Ty też możesz RATOWAĆ



ODKRYJ
Krzeszowice



Projekt realizowany przy wsparciu finansowym Gminy
Krzeszowice



984-
Ratownictwo wodne



Miejsce na twoje własne notatki



Obowiązek udzielenia pierwszej pomocy

art. 162 kodeksu karnego:

§ 1. Kto człowiekowi znajdującemu się w położeniu grożącym bezpośrednim niebezpieczeństwem utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu nie udziela pomocy, mogąc jej udzielić bez narażenia siebie lub innej osoby na niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

§ 2. Nie popełnia przestępstwa, kto nie udziela pomocy, do której jest konieczne poddanie się zabiegowi lekarskiemu albo w warunkach, w których możliwa jest niezwłoczna pomoc ze strony instytucji lub osoby do tego powołanej.



Udzieleniem pierwszej pomocy jest przede wszystkim wezwanie odpowiednich służb! Oczywiście im więcej zrobisz tym lepiej- ratujesz tym zdrowie i życie ludzkie, które jest bezcenne.

984-
Ratownictwo wodne

112-
numer alarmowy

Ocena bezpieczeństwa i podstawowa stan poszkodowanego

1

Pamiętaj najważniejsza jest ocena bezpieczeństwa TWOJEGO i miejsca zdarzenia. **Pamiętaj o zasadzie dobry ratownik to żywy ratownik.**

2

Sprawdzenie przytomności poszkodowanego:

- Podchodząc pytamy: "Słyszysz mnie Pan/i?"
- W razie braku odpowiedzi potrząsamy za ramiona.

Pamiętaj, żeby podchodząc przybrać taką pozycję, która w razie niebezpieczeństwa ze strony poszkodowanego pozwoli na szybka ucieczkę (klękamy na jedno kolano bokiem do poszkodowanego).

3

Sprawdzenie oddechu:

- Najpierw udroźnij drogi oddechowe. Sprawdź czy nie ma ciał obcych w jamie ustnej, następnie odchyl głowę do tyłu, kładąc swoje dłonie na czole oraz na żuchwie poszkodowanego
- Nachyl się nad poszkodowanym. Ocena oddechu wykonywana jest trzema zmysłami:

*wzrok- widzę czy klatka piersiowa się unosi

*słuch- słyszę oddechy

*dotyk- czuję oddechy (kładziemy swoją dłoń na klatce poszkodowanego)

Ocena trwa 10 sekund.

Ile oddechów? **W ciągu 10 sekund powinny wystąpić**

2-3 oddechy u dorosłego

3-4 oddechy u dziecka

5-6 oddechów u niemowlęcia



Sprawdź czy jest bezpiecznie



Sprawdź przytomność



Wezwij pomoc



JEST ODDECH



Sprawdź oddech



Zadzwoń na numer alarmowy

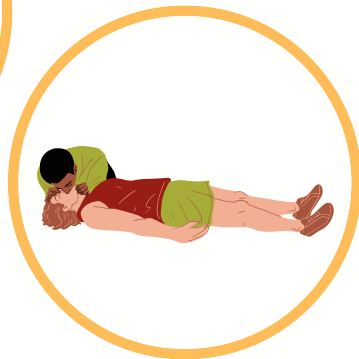


Ułóż poszkodowanego w pozycji bocznej bezpiecznej



**RKO
30 uciśnięć klatki piersiowej
2 wdechy**

BRAK ODDECHU



Łańcuch przeżycia

**Wczesne rozpoznanie
Wezwanie pomocy**



984-
Ratownictwo wodne



Wczesne rozpoczęcie RKO

30:2



Wczesna defibrylacja



AED



**Wczesna opieka
medyczna**



Łańcuch przeżycia to szereg działań, które należy stosować przy nagłym zatrzymaniu krążenia

I Wczesne rozpoznanie Wezwanie pomocy

Pierwszym etapem jest rozpoznanie zatrzymania krążenie i jak najszybsze wezwanie pomocy. Dzwonimy na numer alarmowy **112**. Numer alarmowy Kr WOPR to 984- Pamiętaj, gdy widzisz wypadek nad wodą.

II Wczesne rozpoczęcie RKO

Drugim etapem jest rozpoczęcie resuscytacji krążeniowo- oddechowej. RKO prowadzimy zgodnie z przedstawionymi w książeczce schematami. Bardzo ważne jest, by jak najszybciej rozpocząć resuscytację, a przede wszystkim uciski klatki piersiowej.

III Wczesna defibrylacja

Trzecim etapem jest jak najszybsze zastosowanie automatycznego defibrylatora zewnętrznego. Skąd wziąć AED. Mapy dostępnych defibrylatorów znajdziesz na przykład:

ratujzsercem



aed.openstreetmap



IV Wczesna opieka medyczna

Ostatnim etapem jest jak najszybsze podjęcie zaawansowanych zabiegów medycznych, wykonywanych przez służby medyczne.



RKO Osoby dorosłej

Nie reaguje i nie oddycha lub oddycha nieprawidłowo

Zadzwoń na numer alarmowy **nr alarmowy 112**

Wykonaj 30 uciśnień klatki piersiowej

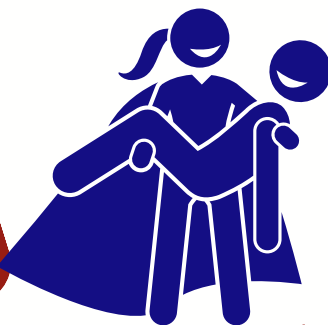
Wykonaj 2 oddechy ratownicze

Kontynuuj RKO w stosunku 30:2

Gdy dostępne AED-włącz i wykonuj polecenia

Uciśnięcia klatki piersiowej

1. dolna połowa mostka- na środku klatki piersiowej
2. na głębokość 5-6 cm
3. z częstotliwością 100/120 uciśnień na minutę w rytm **Bee Gees - Stayin' Alive**



Ty też możesz być bohaterem

RKO Dziecka i Niemowlęcia

Nie reaguje i nie oddycha lub oddycha nieprawidłowo

Zadzwoń na numer alarmowy **nr alarmowy 112**

Wykonaj 5 wdechów ratowniczych

Wykonaj 30 uciśnień klatki piersiowej

Kontynuuj RKO w stosunku 30:2

Gdy dostępne AED-włącz i wykonuj polecenia

1. Różnica pomiędzy RKO osoby dorosłej i dzieci polega przede wszystkim na wykonaniu najpierw **5 wdechów ratowniczych**
2. Uciski klatki piersiowej u niemowląt wykonujemy dwoma palcami na głębokość 4 cm.
3. Uciski klatki piersiowej u dzieci wykonujemy jedną dłońią na głębokość 5 cm.

*u dzieci i niemowląt można wykonywać również RKO w stosunku 15:2

Podsumowanie

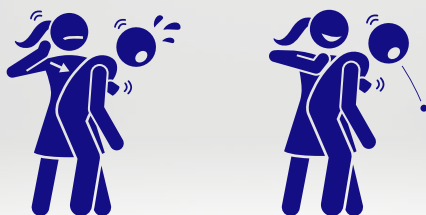
*u dzieci i niemowląt można wykonywać również RKO w stosunku 15:2

RKO			
Rozpoczęcie działań RKO	5 wdechów 30 uciśnień	5 wdechów 30 uciśnień	30 uciśnień 2 wdechy
Miejsce ucisku	jeden palec poniżej linii sutków, dwoma palcami	środek klatki piersiowej, jedną ręką	środek klatki piersiowej, dwiema rękami
Głębokość ucisku (1/3 głębokość mostka)	4 cm	5 cm	5-6 cm
Częstotliwość ucisku mostka	100 na minutę	100 na minutę	100 na minutę
Uciski:wdechy	najpierw 5 wdechów 30:2	najpierw 5 wdechów 30:2	30:2

Zadławienie u dorosłego

Pochyl poszkodowanego do przodu

5 razy energicznie uderz w okolicę międzyłopatkową



Gdy uderzenia nie pomagają zastosuj chwyt Heilicha
pochyl poszkodowanego
obejmij rękoma kładąc jedną część na nadbrzuszu
drugą ręką obejmij zaciśniętą pięść
energicznie pociągnij do wnętrza i ku górze
(powtórz 5 razy)



Jeżeli powyższe działania nie przynoszą rezultatów
powiadom odpowiednie służby
numer alarmowy 112

Zadławienie u dziecka i niemowlęcia

U dzieci powyżej 1 roku życia schemat wykonuj jak u dorosłego

Schemat działania u niemowląt

Ułóż niemowlę głową w dół na przedramieniu lub na nodze, chwyć za żuchwę- tak aby stabilnie trzymać główkę

Wykonaj 5 uderzeń w okolicę międzyłopatkową

Odwróć dziecko na plecy, trzymaj w pozycji z główką poniżej reszty ciała

Wykonaj 5 uciśnień klatki piersiowej



Krakowskie WOPR

Kim jesteśmy?



Ratownikami Wodnymi, którzy pilnują bezpieczeństwa nad wodami powiatu krakowskiego przez cały rok

Gdzie jest nasza siedziba?



Nasza siedziba mieści się przy ul. Dojazdowej 4 w Krakowie, nad samą Wisłą

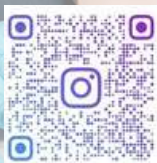
Czym się zajmujemy?



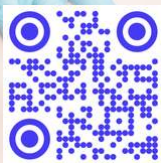
- prowadzimy prelekcje
- organizujemy festyny
- zabezpieczamy duże i małe imprezy nad wodą
- szkolimy nowych ratowników
- prowadzimy szkolenia z pierwszej pomocy i OC
- RATUJEMY ŻYCIE

984-
Ratownictwo wodne





INSTAGRAM



www.wopr.krakow.pl



FACEBOOK