








# БАЗОВА ПІДТРИМКА ЖИТТЯ КРОК ЗА КРОКОМ



ПОСЛІДОВНІСТЬ ДІЙ	ТЕХНІКА ВИКОНАННЯ
<b>БЕЗПЕКА</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Упевніться, що Ви, постраждалий та усі присутні у безпеці</li> </ul>
<b>РЕАКЦІЯ</b> Перевірте наявність реакції 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Обережно потрясіть постраждалого за плече та голосно зверніться до нього: «З Вами все гаразд?»</li> </ul>
<b>ДИХАЛЬНІ ШЛЯХИ</b> Відкрийте дихальні шляхи 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Якщо постраждалий не реагує, поверніть його на спину</li> <li>Закиньте голову постраждалого назад, поклавши долоню однієї руки на лоб та піднявши підборіддя кінчиками пальців іншої руки</li> </ul>
<b>ДИХАННЯ</b> «Почуйте, побачте та відчуйте» дихання 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Протягом <b>не більше</b> ніж 10 секунд визначте наявність дихання за допомогою прийому «чути, бачити, відчувати»</li> <li>Поодинокі, рідкі, повільні та гучні «подихи» у постраждалого <b>не є нормальними</b>.</li> </ul>
<b>ВІДСУТНЄ АБО ПАТОЛОГІЧНЕ ДИХАННЯ</b> Виклик екстреної медичної допомоги 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Якщо дихання відсутнє, або не є нормальним, попросіть присутніх викликати бригаду екстреної медичної допомоги, або зробіть це самостійно</li> <li>За можливості не залишайте постраждалого</li> <li>Активуйте на телефоні гучномовець, або режим «вільні руки» задля одночасного проведення СЛР та спілкування з диспетчером швидкої допомоги</li> </ul>
<b>ЗНАЙДІТЬ АЗД</b> Відправте когось за найближчим АЗД 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Відправте когось з присутніх за найближчим автоматичним зовнішнім дефібрилятором (АЗД), якщо такий є в наявності</li> <li>Якщо Ви наодинці, <b>НЕ ЗАЛИШАЙТЕ</b> постраждалого та розпочинайте СЛР</li> </ul>
<b>КРОВООБІГ</b> Розпочніть компресії грудної клітки 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Схиліться до постраждалого з однієї сторони</li> <li>Покладіть основу однієї долоні у центр грудної клітки постраждалого, що відповідає нижній половині грудини</li> <li>Основу другої долоні покладіть над першою та зчепіть пальці в замок</li> <li>Тримайте руки випрямленими</li> <li>Розташуйтесь вертикально над грудною кліткою постраждалого та натискайте на грудину з глибиною компресій не менше 5 см (але не більше 6 см)</li> <li>Після кожної компресії звільняйте грудну клітку від тиску, не відриваючи Ваші руки від грудини</li> <li>Повторюйте в темпі 100-120 рухів за 1 хвилину</li> </ul>

# БАЗОВА ПІДТРИМКА ЖИТТЯ КРОК ЗА КРОКОМ



## КОМБІНІТЕ ШТУЧНЕ ДИХАННЯ З КОМПРЕСІЯМИ ГРУДНОЇ КЛІТКИ



- Якщо у Вас є відповідна підготовка, після 30 компресій знову відкрийте дихальні шляхи використовуючи закидання голови та підйом підборіддя
- За допомогою руки, що розташована на лобі, затисніть ніс постраждалого вказівним і великим пальцем
- Дозвольте роту бути відкритим, але підтримуйте підборіддя
- Зробіть нормальний вдих та обхопіть рот постраждалого Вашими губами таким чином, щоб це було герметично
- Рівномірно вдувайте повітря, спостерігаючи за підйомом грудної клітки, що має тривати приблизно 1 секунду, як при нормальному диханні. Ефективним вважається саме такий штучний вдих
- Підтримуючи голову закинutoю, а підборіддя піднятим, відірвіть свого рота від рота постраждалого та спостерігайте чи опускається його грудна клітка під час видиху
- Ще раз зробіть нормальний вдих та вдувайте ще раз у рот постраждалого для досягнення двох повних штучних вдихів.
- Не переривайте компресії грудної клітки більш як на 10 секунд для виконання штучних вдихів, навіть якщо один або обидва з них є неефективними
- Далі поверніть Ваші руки у правильну позицію на грудину постраждалого та робіть наступні 30 компресій грудної клітки
- Продовжуйте компресії грудної клітки та штучне дихання у співвідношенні 30:2

## СЛР «ТІЛЬКИ КОМПРЕСІЇ»



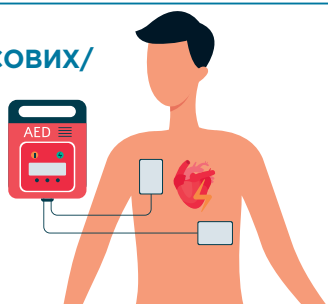
- Якщо у Вас немає відповідної підготовки, або Ви не маєте можливості проводити штучне дихання, виконуйте СЛР за принципом «тільки компресії» (безперервні компресії у темпі 100-120 рухів за 1 хвилину)

## КОЛИ НАДІЙШОВ АЗД Увімкніть АЗД та накладіть електроди



- Як тільки надійде АЗД, увімкніть його живлення та накладіть електроди на оголену грудну клітку постраждалого
- Якщо допомогу надає більше ніж одна особа, СЛР має продовжуватися з накладеними на грудну клітку електродми




## ДОТРИМУЙТЕСЬ ГОЛОСОВИХ/ ВІЗУАЛЬНИХ ВКАЗІВОК



- Дотримуйтесь голосових та візуальних вказівок зовнішнього автоматичного дефібрилятора
- Якщо пропонується застосувати розряд, упевніться що до постраждалого ніхто не торкається
- Натисніть на кнопку розряду відповідно до вказівок
- Після цього негайно відновіть СЛР та продовжуйте відповідно до вказівок АЗД

# БАЗОВА ПІДТРИМКА ЖИТТЯ КРОК ЗА КРОКОМ



<p><b>ЯКЩО ВИКОРИСТАННЯ РОЗРЯДУ НЕ ЗАПРОПОНОВАНО</b> Продовжуйте СЛР</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Якщо застосування розряду не пропонується, негайно відновіть СЛР та продовжуйте відповідно до вказівок АЗД</li></ul>
<p><b>ЯКЩО АЗД НЕ ДОСТУПНИЙ</b> Продовжуйте СЛР</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Якщо АЗД не доступний, <b>АБО</b> Ви очікуєте його надходження, продовжуйте СЛР</li><li>• Не переривайте реанімаційні заходи доки:<ul style="list-style-type: none"><li>• медичний працівник не скаже Вам зупинитися АБО</li><li>• постраждалий безсумнівно почне приходити до свідомості, рухатися, відкривати очі та нормально дихати АБО</li><li>• Ви не втомитеся</li></ul></li><li>• Робота серця під час СЛР відновлюється рідко. Продовжуйте СЛР за виключенням повної впевненості у відновленні свідомості постраждалого.</li><li>• Ознаки відновлення свідомості постраждалим:<ul style="list-style-type: none"><li>• пробудження</li><li>• рухи</li><li>• відкривання очей</li><li>• нормальне дихання</li></ul></li></ul>
<p><b>ЯКЩО ПОСТРАЖДАЛИЙ НЕ РЕАГУЄ, АЛЕ НОРМАЛЬНО ДИХАЄ</b> Перемістити у стабільне положення</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Якщо Ви впевнені, що постраждалий нормально дихає, але залишається без свідомості, перемістіть його у стабільне положення <b>ДИВИСЬ РОЗДІЛ «ПЕРША ДОПОМОГА»</b></li><li>• Будьте готові відновити СЛР негайно, якщо постраждалий не реагуватиме на подразники, матиме патологічне або відсутнє дихання</li></ul>