

ПАМЯТКА

для работников



**Федерация
Профсоюзов
Самарской
Области**

Универсальный алгоритм оказания первой помощи



1

Оцените обстановку и создайте безопасные условия для оказания первой помощи: устраните угрожающие и травмирующие факторы

2

Проверьте сознание у пострадавшего. Если он в сознании, сразу переходите к пункту 4, а затем к пункту 7



3

Очистите дыхательные пути. Проверьте дыхание, пульс, реакцию зрачков. Если пострадавший дышит, после пункта 4 переходите к пункту 6

4

Вызовите скорую помощь и другие специальные службы по номеру: 112 или 103



5

Проведите сердечно-легочную реанимацию: чередуйте давление руками на грудь пострадавшего и искусственное дыхание «рот ко рту», «рот к носу», используйте устройство для искусственного дыхания. При появлении признаков жизни переходите к пункту 6



6

Положите пострадавшего на бок. Придайте устойчивое положение: для опоры согните одну руку и ногу пострадавшего. Положение поможет поддерживать проходимость дыхательных путей

**7**

Осмотрите пострадавшего. Если обнаружили кровотечение — остановите одним из трех способов:

- наложите давящую повязку на рану;
- прижмите пальцем артерию и наложите кровоостанавливающий жгут;
- максимально согните конечность в суставе и зафиксируйте повязкой

**8**

Придайте пострадавшему оптимальное положение тела в зависимости от характера повреждений. Положение должно быть комфортным, по возможности облегчать боль

**9**

Постоянно контролируйте состояние пострадавшего: наличие сознания, дыхания и кровообращения. Оказывайте психологическую поддержку

**10**

Передайте пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи

