



**Первая помощь** — это комплекс неотложных мероприятий для сохранения жизни, меры срочной помощи раненым или больным людям, предпринимаемые до прибытия медработника или до помещения больного в медицинскую организацию.

Первая помощь, умело оказанная на месте происшествия, увеличивает шанс выживания пострадавших. Необходимо изменить отношение человека к вопросам собственной безопасности и безопасности окружающих.

**Оказание помощи — долг каждого человека**

Данное методическое руководство содержит простые, но необходимые сведения по оказанию первой помощи.

## Команда АНО «Спасаем вместе»

Это команда профессионалов, в которой каждый сотрудник является специалистом в своей сфере.

Качественная кадровая политика — одно из составляющих успеха организации.

Среди сотрудников — врачи различных специальностей, которые за свою трудовую деятельность спасли сотни жизней.

Каждый член команды способен проводить исследования, организовать региональные мероприятия, выступать тренером, экспертом.

Все, что предлагается и реализуется командой АНО «Спасаем вместе», идет с неизменным знаком качества.



Автономная некоммерческая  
организация  
«Центр формирования основ  
безопасности  
жизнедеятельности  
«Спасаем вместе»»

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**  
(Нарушение дыхания)

тел.33-15-28, 33-15-29

Email: [spasaem.vmeste@mail.ru](mailto:spasaem.vmeste@mail.ru)

## **МЕРОПРИЯТИЯ ПРИ ОТСУТСТВИИ ДЫХАНИЯ**

### **ИСККУСТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ «РОТ КО РТУ»**

- Рукой, которая ближе к голове пострадавшего, запрокиньте его голову давлением на лоб
- Другой рукой приподнимите и удерживайте подбородок
- Откройте рот и выньте видимые посторонние предметы
- Большим и указательным пальцами руки, лежащей на лбу, не отнимая остальных пальцев, нужно зажать нос пострадавшего
- Сделайте глубокий вдох
- Плотно обхватите губами рот пострадавшего
- В течение 1,5 - 2 секунд вдуйте воздух в дыхательные пути пострадавшего до 14 - 16 раз в минуту



- Следите за грудной клеткой: она должна приподниматься.



### **ВНИМАНИЕ!**

Если грудная клетка пострадавшего не приподнимается, значит, проходимость дыхательных путей не достаточна.

Нужно изменить положение головы пострадавшего или выдвинуть вперед его нижнюю челюсть.



### **ВНИМАНИЕ!**

Сильное и очень быстрое вдувание воздуха приводит к раскрытию пищевода, и воздух попадает в желудок, растягивая его.

Если такое происходит, не следует надавливать на область живота. Это приведет к тому, что желудочное содержимое поступит в дыхательные пути, что затруднит доступ воздуха в легкие.

### **ИСККУСТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ «РОТ К НОСУ»**

- Рукой, которая ближе к голове пострадавшего, запрокиньте его голову давлением на лоб
- Другой рукой приподнимите его подбородок и закройте рот
- Большим пальцем, расположенным в подбородочной ямке сожмите губы
- Вдувайте воздух в носовые ходы пострадавшего, плотно обхватив их губами

### **ВНИМАНИЕ!**

Необходимо контролировать наличие пульса.

При его отсутствии немедленно приступайте к непрямому массажу сердца!