

**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**  
(Сердечно-легочная  
реанимация)

тел. 33-15-28, 33-15-29

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

## РЕАНИМАЦИОННЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПРИ ОСТАНОВКЕ СЕРДЦА

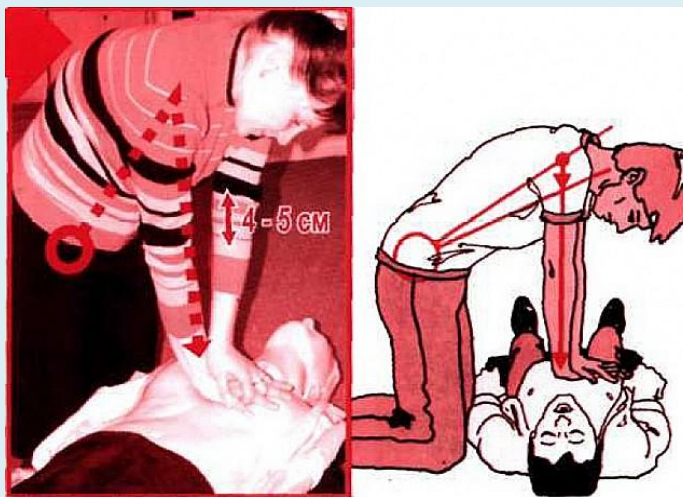
**Вы обнаружили человека,  
лежащего на земле без движения?**

**Если место происшествия  
не представляет опасности,  
сделайте следующее:**

- Окликните его или похлопайте в ладоши близко к его уху
- Громко спросите: «Вам нужна помощь?»
- Осторожно встряхните пострадавшего в направлении «из стороны в сторону», положив руки на плечи пострадавшего
- При отсутствии реакции на Ваши действия осторожно переверните пострадавшего на спину
- Осторожно, положив руку на лоб пострадавшего, запрокиньте его голову назад, другой рукой приподнимите подбородок
- Постарайтесь определить наличие дыхания у пострадавшего с помощью слуховых и зрительных ощущений
- Проверьте наличие пульса у пострадавшего на шее
- Постарайтесь привлечь к себе внимание, вызовите скорую помощь!

## **НЕТ СОЗНАНИЯ? НЕТ ДЫХАНИЯ? НЕТ ПУЛЬСА? ДЕЙСТВУЙТЕ!**

- Уложите пострадавшего на жесткую поверхность
- Освободите его грудь от одежды. Точка проведения массажа – нижняя половина грудины
- Положите основание ладони на эту точку, а другой рукой зафиксируйте первую. Руки должны быть прямыми и не сгибаться в локтевых суставах во время массажного толчка
- Короткими толчками, действуя всей массой Вашего тела, сдавливайте грудную клетку пострадавшего на глубину 5-6 см



### **ВНИМАНИЕ!**

Закрытый массаж сердца проводится при отсутствии пульса на сонной артерии

- Проведите 30 толчкообразных движений, затем сделайте 2 вдувания воздуха методом «рот ко рту»,
- Повторяйте циклы надавливаний на грудину и вдуваний
- Периодически, через каждые 5-6 циклов контролируйте наличие пульса на сонной артерии.

### **ВНИМАНИЕ!**

Частота надавливаний на грудную клетку составляет 100 – 120 компрессий в одну минуту.

Не отрывайте рук от груди пострадавшего и не смещайте их в стороны!

При отсутствии пульса на сонной артерии продолжайте реанимацию до прибытия скорой помощи!

Если у пострадавшего определяются пульс и дыхание, уложите его на бок.

Следите за наличием дыхания и пульса!

**Не оставляйте пострадавшего  
до прибытия бригады  
скорой медицинской помощи!**

