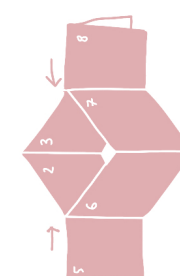
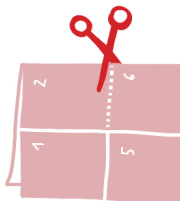
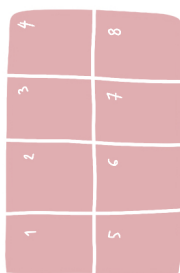


UPUTE ZA
IZRADU
LETKA



Pripremi škarice i
srednje vještite
prste.

1. Presavijte list prema
nacrtu da dobijete 8
jednakih dijelova.

2. Po sredini zarezajte list po
crvenoj isprekidanoj liniji.

3. Savijte u praktičnu
knjižicu i po potrebi je
rasklopite.

4. Ta-da! Vaš mini vodič
spreman je za upotrebu.

**PRVA
POMOĆ**

POMOZI NA MJESTU NESREĆE.
SPASI ŽIVOT.



Klijent | Razvojna Agencija Sotla, **Voditelj projekta** | Anita Čebular,
Producent | Rumpunch, **Konceptualni dizajn i dizajn** | Katja Šket,
Ilustracije | Katja Šket, **Press** | Podoba d.o.o., **Sažeti tekst** | www.lek.si/
nujnostanja, **Publikacija** | 300 primeraka, ožujak | 2023 | Sadržaj stripa je
isključiva odgovornost Razvojne agencije Sotla.



OSNOVNI POSTUPAK OŽIVLJAVANJA

PROVJERITE ODAZIV

Osobu bez svijesti primite za rame i lagano je protresite te joj
govorite - glasno pozovite druge u pomoć.

OSOBA REAGIRA +

1. **Promatrajte.**
2. Pitajte što nije u redu - pozovite pomoć ako je potrebno.
3. Ako je disanje normalno, okrenite osobu na desni bok i nazovite hitnu pomoć – jedinstveni tel. broj 112 za hitne službe i ponovno provjerite disanje

OSOBA NE REAGIRA -

1. **Opustite dišne puteve:** zabacite glavu unazad i podignite bradu (donju čeljust).
2. **Provjerite disanje:** promatrajte podizanje prsnog koša, slušajte zvukove disanja tijekom udisaja i izdisaja, pokušajte osjetiti izdisaj.

AKO DISANJE NIJE NORMALNO

1. **Pozovite hitnu pomoć - tel. 112.**
2. Ako postoji očevidac na mjestu događaja, neka otrči do najbližeg automatskog defibrilatora.
3. **U međuvremenu obavite masažu srca.**

MASAŽA SRCA I UMJETNO DISANJE

1. **Izvedite masažu** na sredini prsnog koša. Stavite ruke jednu na drugu i isprepletite prste. Ispruženim rukama pritisnite donju trećinu prsne kosti. Izvršite 30 uzastopnih kompresija prsnog koša.
2. **Provedite umjetno disanje**, 2 udisaja metodom "usta na usta". Zabacite glavu onesviještene osobe unatrag, stisnite nosnice palcem i kažiprstom lijeve ruke, otvorite joj usta i dobro ih pokrijte svojimima. Udahnite 1-1,5 sekundi - promatrajte podizanje prsa. Pričekajte izdah. Ponovite udah.

DEFIBRILATOR (AED)

Koristite automatski defibrilator gdje god je dostupan. Korištenje automatskog defibrilatora je sigurno i jednostavno. Slijedite upute za uporabu. **Ako nemate defibrilator, ponovite:** 30 kompresija i 2 udisaja - do dolaska hitne pomoći.

POSTUPAK REANIMACIJE AUTOMATSKIM DEFIBRILATOROM

Provjerite reaktivnost - opustite dišne putove - provjerite disanje - nazovite hitnu pomoć (tel. 112) - dok nemate defibrilator, radite samo masažu srca i umjetno disanje.

PRIPREMA DEFIBRILATORA

1. **Uključite automatski defibrilator tipkom ON/OFF.** Slijedite glasovne upute i upute na zaslonu.
2. **Namjestite elektrode.** Zalijepite elektrode na голу kožu: postavite lijevu elektrodu na lijevu stranu prsa (niže od bradavice), a desnu ispod desne ključne kosti.
3. **Utvrđite poremećaj srčanog ritma.** Odmaknite se od onesviještene osobe. Svi se moraju odmaknuti od osobe koja je u nesvijesti, ne reagira i koju se reanimira te od defibrilatora kako bi uređaj mogao pravilno očitati srčani ritam. Nakon analize defibrilator Vam javlja rezultat. Ako je potrebno pokrenuti elektrošok (defibrilaciju), provjerite da nitko ne dodiruje onesviještenu osobu.
4. **Aktivirajte strujni udar.** Kada čujete zvučnu uputu da je uređaj spreman, pritisnite odgovarajuću tipku za aktiviranje.

Ako srce nije počelo pravilno raditi, slijedite upute defibrilatora.

Kada vam defibrilator da poruku, odmah nastavite 2 minute s masažom srca i umjetnim disanjem u omjeru: 30 kompresija i 2 udisaja. Obično slijede tri pokušaja korištenja defibrilatora: nakon svakog elektrošoka defibrilatora treba uslijediti 2 minute reanimacije masažom srca i umjetnim disanjem.

Ako strujni udar nije potreban

Po potrebi (osoba ne reagira, ne diše) nastavite s masažom srca i umjetnim disanjem u omjeru: 30 kompresija i 2 udisaja - do dolaska hitne pomoći. Nemojte koristiti defibrilator na osobi koja reagira ili diše ravnomjerno!

Ako je srce počelo pravilno funkcionirati, prestanite s reanimacijom. Zaustavite reanimaciju kada osoba počne normalno disati. ❤️ ❤️ ❤️

KADA KORISTITI AUTOMATSKI DEFIBRILATOR?

Koristi se uvijek kada pacijent ne reagira, ne diše i ne daje znakove života. Svaka uporaba ne znači da će elektrošok biti izveden: nakon pričvršćivanja elektroda na prsa i uključivanja defibrilatora, uređaj utvrđuje je li elektrošok potreban i daje korisniku odgovarajuće audio i vizualne upute za njegovo izvođenje. Korištenje automatskog defibrilatora je sigurno.

Automatski defibrilator iznimno je pouzdan u analizi srčanog ritma i nikada ne isporučuje elektrošok ako nije neophodan. Naprotiv, pacijent je ugrožen samo ako se uređaj ne koristi ili ako se koristi prekasno. Korištenje defibrilatora sigurno je i za operatera ako se pridržava uputa i ne dodiruje pacijenta tijekom analize ritma i defibrilacije, inače dodirivanje pacijenta tijekom reanimacije nije opasno.

4. korak ZOVİ 112

Kada se suočite s nesrećom ili trebate pomoć koja nadilazi vaše mogućnosti, odmah nazovite broj **112 - regionalni centar za obavještanje**. Sabrano i mirno recite:

TKO ZOVE?

ŠTO SE DOGODILO?

GDJE SE TO DOGODILO?

KAKVU VRSTU POMOĆI TREBATE?

KOLIKO JE OZLIJEĐENIH?

Slušajte upute operatera i dodatna pitanja.

AHA

112 možete nazvati besplatno na mobilnom telefonu. Ako ne postoji drugi način, u hitnim slučajevima možete poslati i SMS poruku.

produkcija: rumpunch

PRVA POMOĆ

POMOZI NA MJESTU NESREĆE.
SPASI ŽIVOT.

IME
PREZIME

MINI VODIČ
ZA MAXI POMOĆ

5 NEPOSREDNIH
PRIJETNJI ZA ŽIVOT

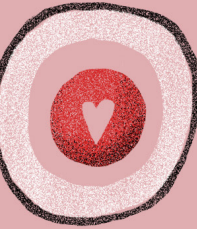
ZAUSTAVLJANJE DISANJA I
OTKUCAJA SRCA

OBILNO KRVARENJE

NESVJESTICA

ŠOK

TROVANJE



CILJEVI PRVE POMOĆI

1. Održavanje života.
2. Sprječavanje pogoršanja zdravstvenog stanja.
3. Pozivanje stručne pomoći.

PRUŽITE RUKU POMOĆI

Zašto? Pomoć ljudima u hitnim slučajevima temelj je ljudskih odnosa. Netko drugi treba pomoć danas, možda ćete to sutra biti Vi?

Što? Uvijek prvo rješavamo probleme koji najviše ugrožavaju pogođenu osobu.

Kada? Prva pomoć pruža se odmah na mjestu događaja bez čekanja liječnika ili hitne medicinske pomoći.

Koliko? Opseg prve pomoći ovisi o osposobljenosti pomagača. Educirajte se, jer svako znanje se računa!

Kako? Često je potrebno reagirati brzo i odlučno.

CILJAM NA
VITALNE FUNKCIJE!

AHA
kome je prvom potrebna pomoć? Onome koji vrišti od boli ili onome koji ni ne ispušta zvuk?

JESI LI DOBRO?
ŠTO TE BOLE?

Nakon što ste osigurali mjesto nesreće i ozlijeđene te se uvjerali da u nesreći nitko nije životno ugrožen, pažljivo pristupite i procijenite broj i težinu njihovih ozljeda. Ako je više osoba ozlijeđeno, prvo se usredotočite na teže ozlijeđene.

Ako se ne zaštitite, nećete moći nikome pomoći. Prosudite okolnosti. Uvijek prvo procijenite situaciju i otklonite potencijalne opasnosti za sve prisutne.

Prilikom pružanja prve pomoći vlastita sigurnost uvijek je na prvom mjestu!

1. korak SIGURNOST

KAKO SE PONAŠAMO NA MJESTU NESREĆE?

2. korak REAKCIJA

Pridite unesrećenom. Ostanite mirni, govorite normalnim glasom, obraćajte se osobi i smirite je. "Pitajte naglas" "Jesi li dobro?" "Pokušajte saznati uzrok nesreće. Pokušajte saznati radi li se o stanju opasnom po život.

Ukoliko se odazove, raspitajte se što se dogodilo i kako se ozlijeđeni osjeća, po potrebi nazovite 112. Ako osoba ne reagira, utvrdjemo diše li.

VRTI MI SE U GLAVI.
GDJE SAM? ŠTO SE DOGODILO?

DIŠE!

Ako se žrtva ne odaziva, ali diše, postavite je u **stabilan bočni položaj** osim ako sumnjate na ozljedu kralježnice. **Odmah nazovite 112** i pratite stanje unesrećene osobe.

- STABILAN BOČNI POLOŽAJ**
- 1 Savijte desnu nogu i ruku.
 - 2 Okrenite osobu na bok.
 - 3 Zabacite glavu unazad.

Prvo se oslobađa dišni put žrtve. Kako? Podignite joj bradu i zabacite glavu. Zatim pokušavate osjetiti dah na svom licu ili, ako osjetite dah, gledate kako mu se prsa dižu.

KAKO UTVRĐUJETE DIŠE LI OSOBA?

3. korak

D I Š E !

NE DIŠE!

Ako unesrećeni ne reagira i ne diše ili ne diše normalno, najvjerovatnije je u pitanju srčani zastoj i trebat će vam stručna pomoć za uspješno oživljavanje.

Nazovite broj 112 i odmah pristupite reanimaciji, vanjskoj masazi srca.

Napravite 30 uzastopnih kompresija prsnog koša i dva udisaja kroz usta. U ritmu Rihannine pjesme Shine bright like a diamond! Otprilike dva stiska u sekundi. To je težak fizički rad.

Ako u blizini imate AED defibrilator, odmah ga upotrijebite prema uputama na kutiji.

DEFIBRILATOR
je prijenosni uređaj koji daje električni udar. Uređaj je jednostavan za korištenje. Otvorite kućište, uključite gumb za napajanje, postavite elektrode i slijedite glasovne upute iz zvučnika.



makajati ruku?