

## ПАМЯТКА РАБОТНИКАМ ГУ-УРО ФСС РФ ПО ОСНОВНЫМ ПРИНЦИПАМ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Вы обнаружили человека, лежащего на земле без движения. Осмотрите место происшествия, чтобы убедиться в отсутствии опасности и выяснить, что случилось. Если место происшествия не представляет опасности, вначале проведите первичный осмотр пострадавшего.

- 1. Определите наличие сознания у пострадавшего:**
  - громко спросите: «Вам нужна помощь?»;
  - похлопайте в ладоши;
  - сожмите руку пострадавшего, если он не реагирует.
- 2. Если пострадавший реагирует на раздражители:** проверьте, нет ли у него кровотечения и шока, и окажите необходимую помощь.
- 3. Если сильного кровотечения не обнаружено:**
  - уложите пострадавшего в восстановительное положение;
  - проведите вторичный осмотр пострадавшего.
- 4. Если пострадавший не реагирует:** осторожно переверните пострадавшего на спину (только если необходимо).
- 5. Откройте дыхательные пути, запрокиньте голову и приподнимите подбородок:** выдвиньте нижнюю челюсть пострадавшего вперед в случае подозрения на травму шеи.
- 6. Проверьте наличие дыхания:** для определения наличия дыхания используйте зрительный, слуховой и осязательный контроль в течение 5 секунд.
- 7. Если пострадавший не дышит:** начинайте проведение искусственной вентиляции легких.
- 8. Проверьте наличие пульса:**
  - нащупайте адамово яблоко (кадык);
  - переместите пальцы в углубление на шее со стороны, расположенной ближе к вам;
  - прощупайте пульс в течение 10 секунд.
- 9. Если пульс у пострадавшего не определяется:** переходите к сердечно-легочной реанимации.
- 10. Вызовите скорую помощь:** пошлите кого-нибудь вызвать скорую помощь.