

# Первая помощь



EESTI PUNANE RIST

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Помните, что именно дома чаще всего происходят внезапные заболевания и несчастные случаи. При помощи руководства по оказанию первой помощи Вы сможете правильно оказать помощь, следовательно, настоящее руководство нужно и Вам, и Вашей семье.

## ДЕЙСТВИЯ ПРИ ВНЕЗАПНОМ ЗАБОЛЕВАНИИ ИЛИ НЕСЧАСТНОМ СЛУЧАЕ

При внезапном заболевании или несчастном случае обычно рядом нет врача, поэтому первую помощь нужно оказать быстро и умело.

Помните, правильное оказание первой помощи зависит от 4 факторов:



Обеспечение  
безопасности



Оценка ситуации



Навыки первой  
помощи



Действия

**НЕОБХОДИМО ОПРЕДЕЛИТЬ СОСТОЯНИЕ БОЛЬНОГО / ПОСТРАДАВШЕГО, ОН МОЖЕТ БЫТЬ:**

- **В сознании:** адекватно отвечает на вопросы.
- **Без сознания, но дышит:** не отвечает, не реагирует на болевые раздражители.  
Положите пострадавшего в устойчивое боковое положение.
- **Без сознания, не дышит.** Сразу делайте массаж сердца (реанимация).

**Проверьте, в сознании  
ли пострадавший?**

**Послушайте,  
дышит ли он?**

**Проверьте, есть ли  
у потерпевшего:**

- внешние кровотечения
  - переломы
- признаки шока



### ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ МЕТОДОМ ИЗО РТА В РОТ

- Положите пострадавшего на спину, на твердую поверхность.
- Очистите полость рта пострадавшего и запрокиньте голову назад, чтобы открыть дыхательные пути.
- Начните искусственное дыхание
- Оказывающий помощь зажимает нос пострадавшего большим и указательным пальцами
- Вдувайте воздух в рот пострадавшего и наблюдайте чтобы происходило приподнимание грудной клетки

• Затем оказывающий помощь освобождая рот и нос пострадавшего и происходит выдох. Грудная клетка пострадавшего опускается

• После этого проведите очередное вдувание воздуха в легкие.

Частота искусственного дыхания— 12—16 дыханий в минуту

• Обязательно используйте защитную плёнку или маску для рта



### МАССАЖ СЕРДЦА (РЕАНИМАЦИЯ)

- Положите ладонь на грудную клетку на 2-3 пальца выше мечевидного отростка грудины.
- При нажатии на грудину Ваши руки должны лежать одна на другой, а плечевой пояс находиться прямо над грудной клеткой пострадавшего.
- Не сгибая руки в локте, нажимайте на грудину так, чтобы она прогибалась на 4-5 см.
- Так как обычно при прекращении сердечной деятельности дыхание тоже останавливается, то реанимацию следует проводить в ритме 30 нажатий на грудину и 2 искусственных вдоха.
- Если Вы не можете или не в состоянии делать искусственное дыхание изо рта в рот, делайте только наружный массаж сердца со скоростью 100 нажатий в минуту.
- Если Вы делаете искусственное дыхание изо рта в рот чужому человеку, то необходимо использовать защитную маску или аналогичные подручные средства (тонкий шарф, носовой платок. . . ).



### КАК ПОЛОЖИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО В УСТОЙЧИВОЕ БОКОВОЕ ПОЛОЖЕНИЕ

Применяется в случае, если пострадавший потерял сознание, но дышит, или если пострадавший лежит.



### КАК ПОВЕРНУТЬ ПОСТРАДАВШЕГО В УСТОЙЧИВОЕ БОКОВОЕ ПОЛОЖЕНИЕ

Пострадавший лежит на спине, и его надо перевернуть в устойчивое боковое положение.

1. Станьте на колени рядом с пострадавшим.
2. Согните в колене ту ногу пострадавшего, которая дальше от Вас, а ту руку, которая дальше от Вас, положите на грудную клетку пострадавшего.
3. Одной рукой возьмите пострадавшего за то плечо, которое дальше от Вас, другой - под согнутым коленом и поверните пострадавшего на себя так, чтобы он оказался на боку.
4. Положите руку, оказавшуюся сверху, под голову пострадавшего, проверьте, является ли положение на боку устойчивым.



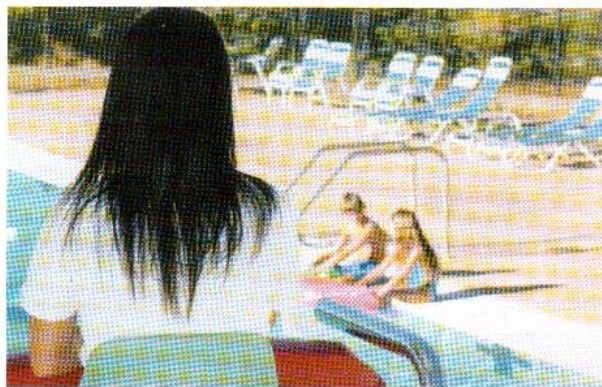
## УТОПЛЕНИЕ

И дома и во дворе есть опасные места, где можно утонуть.

### Предотвращайте несчастные случаи

## БАСЕЙНЫ

Позаботьтесь о том, чтобы бассейн после окончания купального сезона был закрыт фрезентом или досками. В купальный сезон, когда бассейн непосредственно не используется, он тоже должен иметь ограждение.



## ПЛАВАНИЕ

**Следите за купающимися детьми**, как за своими, так и за соседскими. Ограждайте бассейн, чтобы избежать несчастного случая.

**Ванна:** ванна - опасное место для игры. Помните, что опасность утонуть есть даже тогда, когда в ванне мало воды. Не оставляйте детей одних в ванной.

**Другие опасные места:** карьеры, ямы для жидкого навоза, пруды, колодцы, канавы и канализационные люки.



Опасайтесь несчастного случая на воде. Учитесь плавать.

#### СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩЕГО

- **Сохраняйте спокойствие** и доставьте утопающего в безопасное место.
- **Проверьте**, дышит ли пострадавший.
- Если не дышит, делайте искусственное дыхание.
- **Вызовите скорую помощь, 112.**
- **Продолжайте** делать искусственное дыхание и массаж сердца.
- Если Вы делаете искусственное дыхание изо рта в рот чужому человеку, то необходимо использовать защитную маску или аналогичные подручные средства (тонкий шарф, носовой платок . . .).

Освободить дыхательные пути от воды не эффективно!



## **УДУШЬЕ - УДАЛЕНИЕ ИНОРОДНОГО ТЕЛА ИЗ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ**

Верхние дыхательные пути взрослого может перекрыть, к примеру, застрявший между голосовыми связками кусочек мяса и т. п.

У детей инородное тело застревает под голосовыми связками, выше соединения щитовидного и перстневидного хрящей.

### **Если инородное тело перекрыло дыхательные пути и пострадавший не может говорить. . .**

- Оцени состояние потерпевшего.
- Убедите его покашлять.

### **Если состояние пострадавшего ухудшается и он не может кашлять. . .**

- Позовите кого-нибудь на помощь или сами позвоните по **телефону 112** и выполните полученные указания.
- Встаньте за спиной пострадавшего.
- Наклоните верхнюю половину туловища пострадавшего и быстро 5 раз ударьте ему между лопатками кистью руки.
- Если удары по спине не помогли, воспользуйтесь приёмом Хеймлиха. Если потерпевший потерял сознание, положите его на спину на твёрдую поверхность и начинайте массаж сердца.
- Продолжайте массаж сердца до приезда скорой помощи или до восстановления дыхания.





**ЕСЛИ УДАРЫ МЕЖДУ ЛОПАТКАМИ НЕ ПОМОГЛИ, ВОСПОЛЬЗУЙТЕСЬ ПРИЁМОМ ХЕЙМЛИХА.**

- Делайте попеременно по пять ударов и по пять приёмов Хеймлиха.
- Встаньте за спиной пострадавшего.
- Обхватите пострадавшего руками выше пупка, но ниже грудной клетки, сожмите кисть одной руки в кулак,
- а кистью другой обхватите кулак.
- Приложите кулак к треугольнику под реберной дугой.
- Резким движением, направленным внутрь и вверх, нажмите на живот пострадавшего.
- При необходимости повторите это движение 4-5 раз.
- При этом пострадавший может, кашляя, вытолкнуть инородное тело из дыхательных путей.

**Быстрое и резкое надавливание внутрь и вверх сжимает диафрагму, в результате чего давление в грудной клетке повышается.**



## ОТРАВЛЕНИЕ УГАРНЫМ ГАЗОМ

Несчастный случай может произойти в гараже, и даже на кухне, где стоит газовая плита.

Угарный газ не имеет запаха и в некоторых случаях может оказаться смертельным. Найдя человека, отравившегося угарным газом, надо поступать так:

- **Откройте** в помещении окна и двери.
- **Вынесите** находящегося без сознания пострадавшего из помещения на свежий воздух.
- Если пострадавший без сознания, но дышит, **положите** его в устойчивое боковое положение.
- Если пострадавший не дышит, **делайте** искусственное дыхание.
- **Вызовите скорую помощь, 112**
- **Продолжайте** реанимацию до прибытия скорой помощи.

Никогда не включайте двигатель внутреннего сгорания в закрытом помещении.



## ОТРАВЛЕНИЕ

Яд может попасть в организм человека тремя способами:

- через рот,
- через дыхательные пути,
- через кожу.

Отравления опасны, коварны и непредсказуемы.

**Поэтому, если есть хоть малейшее подозрение на отравление, сразу вызывайте скорую помощь, 112!**

### Спросите у пострадавшего:

- **каким** ядом он мог отравиться,
- точное **время** появления признаков отравления,
- какой могла быть **доза** яда.

### Первая помощь при попадании яда в организм через рот:

- Самостоятельно вызывать рвоту нельзя.
- Успокойте пострадавшего.
- Если потерпевшего тошнит, то следить, чтобы он не задохнулся рвотными массами. Самостоятельно вызывать рвоту нельзя: потерпевший может потерять сознание и задохнуться.
- Если пострадавший без сознания, поверните его в устойчивое боковое положение.

**Помните!** Обязательно нужно взять с собой в медицинское учреждение связанные с отравлением пузырьки от лекарства, оставшееся лекарство, шприцы, остатки ядовитых растений и, если пострадавшего рвало, рвотные массы.

## Укусы насекомых

Некоторые люди сверхчувствительны к укусам насекомых. У них вследствие укуса может наступить шоковое состояние и остановка сердца. Если оса или пчела ужалила в область рта или горла, вокруг укуса может образоваться отек, которому сопутствует опасность удушья.

**Поэтому незамедлительно вызывайте скорую помощь, 112!**



## ОЖОГИ

Несчастные случаи, в результате которых происходят ожоги кожи, могут быть связаны с огнем, кипятком или горячим паром, а также с электрическим током. При обширных ожоговых ранах происходит большая потеря жидкости организмом. Ожоговые раны определенного размера опасны для жизни. Если обожжено более 9% поверхности кожи (например, рука), может наступить шок.



Поэтому пострадавший с обширными ожоговыми ранами нуждается в немедленном оказании первой помощи.

## Дома причиной ожогов чаще всего становятся:

- горячая вода, в том числе кофе и чай,
- пар,
- горячий жир/сироп и т. п. ,
- соприкосновение с пламенем или горячими предметами,
- печи-гриль, духовки, противни, электроприборы.

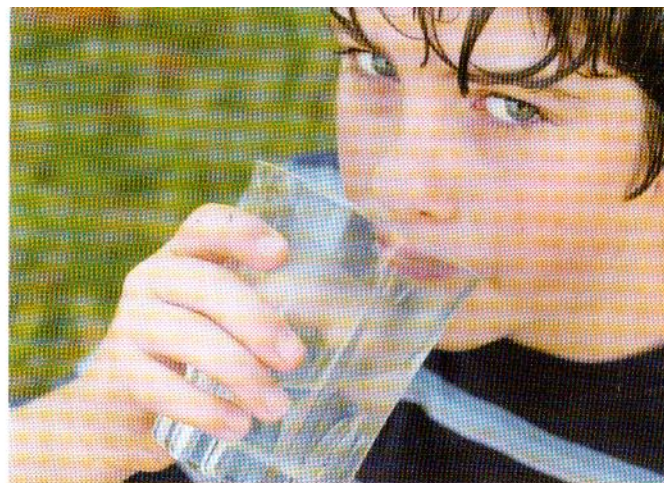
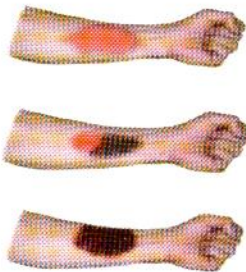


### Первая помощь при обширном ожоге:

- Быстро охладите обожженное место водой.
- Продолжайте охлаждение холодной водой не менее 20 минут или до прибытия скорой помощи.
- Наложите чистую повязку на обожженное место.
- Удалите с обожженной кожи одежду.
- Постарайтесь не допустить наступления шока, положите пострадавшего.
- Дайте пострадавшему питье.
- При ожогах II и III степени всегда вызывайте скорую помощь, 112

### ОЖОГИ Делятся по степени тяжести:

- ожог I степени (покраснение кожи, отеки и боль);
- ожог II степени (глубокие повреждения кожи, образование пузырей);
- ожог III степени (омертвление и обугливание кожи).



### **NB!**

- Не используйте для охлаждения лед.
- Не наносите на ожоговую рану крем, масло или т. п.
- Не заклеивайте ожоговую рану пластырем.
- Не прикасайтесь к обожженной коже руками.
- Не вскрывайте пузыри.
- Не пытайтесь удалить с кожи смолу, битум, обгоревшую одежду и т.д.

## ХИМИЧЕСКИЕ ОЖОГИ

Чаще всего химические ожоги происходят от хранящихся дома опасных едких веществ (щелочей/кислот). Поэтому бутылки с этими веществами нужно непременно хранить в шкафу, закрытом на замок. Ожоги происходят при соприкосновении кожи с едким веществом или его проглатывании. Повреждения кожи при этом аналогичны повреждениям при термических ожогах.

Проглатывание едких веществ может полностью или частично повредить ротовую полость, пищевод и желудок. Поэтому важно, чтобы пострадавший для снижения концентрации едкого вещества сразу пил как можно больше воды.

**Бутылки с едкими веществами нужно хранить в шкафу, закрытом на замок.**



### Первая помощь при химическом ожоге кожи

- Обильно промойте обожженный участок кожи водой.
- Обрежьте одежду вокруг ожога.
- Продолжайте промывание водой до тех пор, пока боль не утихнет.
- При обширных химических ожогах вызовите скорую помощь, 112.

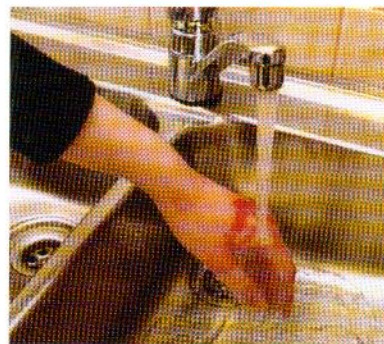
### Первая помощь в случае химического ожога глаза

- Держите глаз открытым.
- Промойте глаз проточной водой.
- Доставьте пострадавшего к врачу / в травмпункт или вызовите скорую помощь, 112

### Проглатывание едких веществ

- Дайте пострадавшему обильное питье.
- Поверните пострадавшего в устойчивое боковое положение.
- Вызовите скорую помощь, 112

**У пострадавшего, проглотившего едкое вещество, нельзя вызывать рвоту.**



## ТЕПЛОЙ И СОЛНЕЧНЫЙ УДАРЫ

Тепловой удар происходит при перегреве тела, когда организм не может себя достаточно охладить.

Признаки теплового удара:

- головокружение,
- тошнота, иногда рвота,
- повышенная температура,
- сухая покрасневшая кожа,
- частый пульс,
- потеря сознания.

Признаки солнечного удара аналогичны признакам теплового удара. Он происходит в результате воздействия солнечных лучей на непокрытую голову, тело.

### Первая помощь

- Поместите пострадавшего в тень, в прохладное место.
- Охлаждайте пострадавшего подмышечные и паховую зоны холодными мокрыми салфетками.
- Дайте пострадавшему холодную воду, которую надо пить по глотку.
- Вызовите скорую помощь, 112,
- При потере сознания поверните пострадавшего в устойчивое боковое положение.

Будьте осторожны, когда оставляете маленьких детей в автомобиле, припаркованном в тени. Тень может уйти, а на солнце температура в автомобиле быстро поднимется выше 60°C!



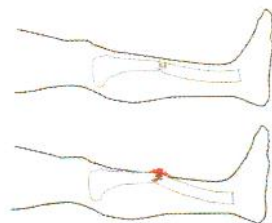
## ПЕРЕЛОМЫ КОСТЕЙ

Переломы бывают закрытые и открытые.

1. Признак закрытого перелома - изменение формы конечности. При подозрении на перелом действуйте так же, как при переломе.
2. При открытом переломе есть рана и наружное кровотечение.

### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТКРЫТОМ ПЕРЕЛОМЕ

- **Остановите** наружное кровотечение.
- **Не пытайтесь** удалять из раны обломки кости и инородные тела.
- **Наложите** на рану стерильную салфетку и забинтуйте.
- Постарайтесь **не допустить** шока.
- **Вызовите скорую помощь, 112.**
- При потере сознания поверните пострадавшего в **устойчивое боковое положение.**





## НЕБОЛЬШИЕ ПЕРЕЛОМЫ

- В случае небольших переломов, таких как перелом кисти руки, подвяжите сломанную руку косынкой к шее и затем доставьте пострадавшего в ближайший травмопункт или к врачу.



## ПЕРЕЛОМ РЕБРА

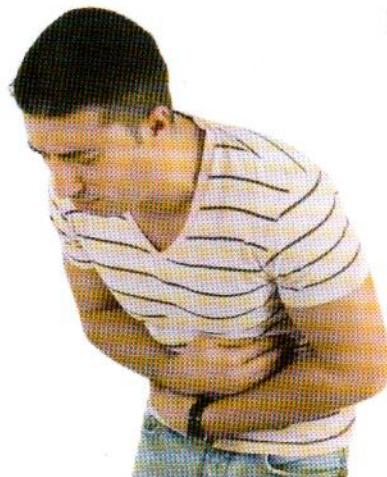
Чаще всего происходит перелом 5-10 ребра. Часто пострадавший сам может указать место перелома.

Признаки перелома ребра:

- Боль в месте перелома, которая усиливается при движении грудной клетки, глубоком дыхании и кашле.
- Поверхностное дыхание.
- Характерное положение: пострадавший наклоняется к сломанному ребру и поддерживает рукой место перелома.

## Первая помощь

Подвязать руку со стороны перелома косынкой к шее и закрепить ее широким бинтом (сложенной косынкой) вокруг грудной клетки, сделав узел на здоровом боку.



## НЕБОЛЬШИЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ

При слабом кровотечении потеря крови небольшая. Выясните причину кровотечения. Будьте особо осторожными с ранами, нанесенными грязными или ржавыми предметами, так как они могут вызвать заражение. В таких ранах может быть инфекция. Если есть вероятность столбняка, доставьте пострадавшего к врачу. Кровотечения из ушей, носа, горла, прямой кишки и кровь при мочеиспускании могут указывать на внутренние повреждения.

При кровотечении из уха или горла немедленно вызываете скорую помощь, 112. При кровотечении из уха, нельзя перекрывать отток крови. При кровотечении из прямой кишки и крови при мочеиспускании необходим врачебный осмотр.

### КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ НОСА

Кровотечение из носа, в большинстве случаев, возникает вследствие повреждения носдрей или перелома черепа. При кровотечении из носа пострадавший может заглотать или вдохнуть в дыхательные пути много крови, что может вызвать рвоту или сильный кашель и затруднение дыхания.

#### Первая помощь

- Посадите пострадавшего. Освободите его шею и грудь от давящей одежды.
- Наклоните вперед голову и верхнюю часть туловища пострадавшего.
- Пострадавший должен выплевывать скапливающуюся во рту кровь.
- Пострадавший не менее 10 минут должен дышать ртом, зажав пальцами носдри (при необходимости сами зажмите пострадавшему носдри).



- Затем проверьте, не прекратилось ли кровотечение. Если кровотечение не прекратилось, продолжать зажимать нос еще 10 минут. Если нужно, можно повторить это еще раз.
- Все это время не позволяйте пострадавшему поднимать голову.
- Если по истечении 30 минут кровотечение не прекратилось или началось снова, доставьте пострадавшего в больницу.
- После прекращения носового кровотечения пострадавший должен избегать сильного сморкания, кашля и физического напряжения.

Небольшие резаные раны, ссадины и другие повреждения.

- Тщательно промойте поврежденную область водой с мылом.
- Хорошенько ополосните.
- В зависимости от величины раны заклейте рану пластырем, наложите стерильную салфетку или перевяжите чистым бинтом.

Важно: если Вы пользовались комплектом первой помощи, обязательно замените использованные средства новыми.

Многие люди не выносят вида крови. Поэтому следует попросить получившего травму сесть или лечь на время оказания первой помощи.

**В комплекте первой помощи Вы найдете необходимые перевязочные средства.**

#### **ПЛАСТЫРЬ**

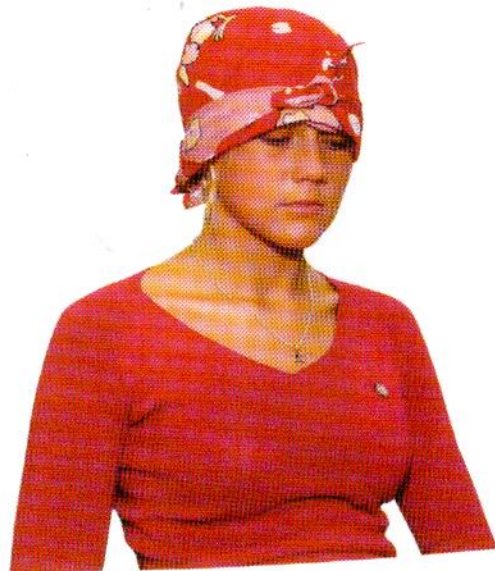
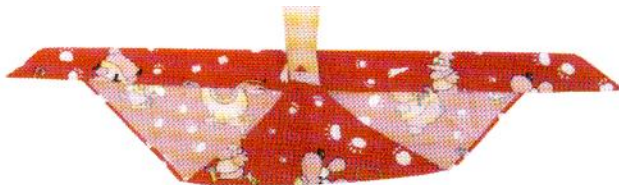
В комплекте первой помощи есть и маленькие полоски пластыря, и эластичный пластырь. Пластыри используются для закрепления бинтов или стерильных салфеток.

#### **САЛФЕТКА СТЕРИЛЬНАЯ**

Стерильная салфетка для (небольших) ран. Откройте упаковку и наложите салфетку на рану. Если нужно, обрежьте края. Зафиксируйте салфетку бинтом.

#### **СТЕРИЛЬНЫЙ БИНТ**

Используется для перевязки ран большого размера и открытых переломов. Наложите стерильную салфетку на рану и зафиксируйте рулонным пластырем или бинтом.



## СИЛЬНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

Сильное, фонтанирующее и обильное кровотечение необходимо немедленно остановить.

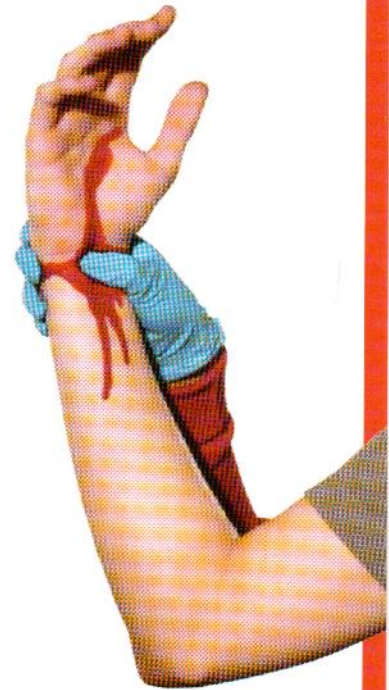
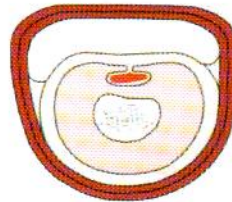
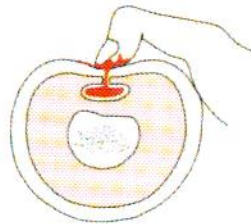
Положите пострадавшего. Немедленно вызовите скорую помощь, 112.

Прижмите рану пальцами или ладонью.

По возможности приподнимите место (конечность), из которого течет кровь. Если кровотечение не останавливается, наложите давящую повязку, если и это не поможет, прижмите пальцами артерию, снабжающую конечность кровью, до прибытия скорой помощи.

## ДАВЯЩАЯ ПОВЯЗКА

Наложите на рану стерильную салфетку и давящую подушечку, туго перебинтуйте, так чтобы кровотечение остановилось. Давящая повязка накладывается при артериальном кровотечении.



## ШОК

При обширных повреждениях, ожогах или при большой потере крови может наступить шок.

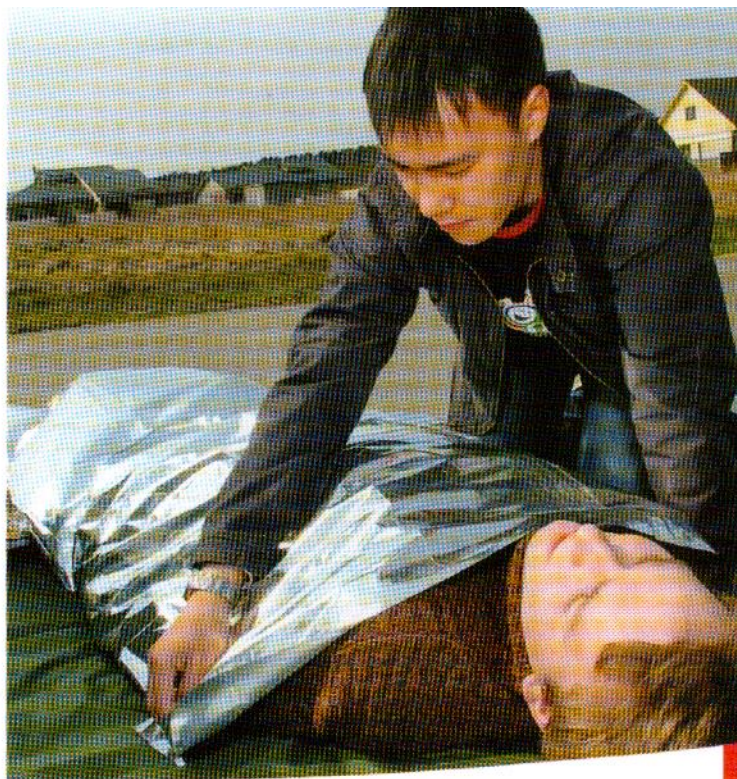
1. Ускоренное сердцебиение.
2. Пульс частый и слабый.
3. Кожа бледная, с сероватым оттенком, покрыта холодным потом.
4. Пострадавший может стать сонливым, а потом потерять сознание.

## ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ

Положите пострадавшего.

Заверните пострадавшего в (термо)одеяло или т. п. Успокойте пострадавшего и по возможности постарайтесь смягчить боль.

**NB! Не давайте пострадавшему есть или пить**



### ПОРАЖЕНИЕ ЭЛЕКТРОТОКОМ

- **Отключите** напряжение (выньте вилку из розетки).
- При потере сознания **поверните** пострадавшего в устойчивое боковое положение.
- Если пострадавший не дышит, **делайте** искусственное дыхание.
- **Вызовите скорую помощь, 112.**
- Придерживать шею и голову пострадавшего, стараться не поворачивать его туловище.

### ОЖОГИ ОТУДАРА ЭЛЕКТРОТОКОМ

- **Охлаждайте** обожженное место водой не менее 10-15 минут.
- Наложите на обожженное место чистую (стерильную) повязку.
- Независимо от размера вызванной ударом электротока раны, **всегда** следует обратиться к врачу / в скорую помощь.

### БУДЬТЕ ОСОБЕННО ОСТОРОЖНЫ. . .

. . . сутюгами, если у них повреждены провода, с пылесосами, которые соприкасаются с водой, с неисправными стиральными машинами и дрелями.

Игра „в электрика“ может оказаться опасной для жизни.

- Помните - если возникло сомнение в исправности электроустановки, надо вызвать электрика.



**Нельзя прикасаться к пострадавшему до отключения тока.**

#### Сила тока и его последствия:

0,9 - 1 mA эффект отсутствует

1 - 10 mA боль

10 - 30 mA поражения руки

30 - 75 mA остановка дыхания

75 < mA остановка сердца

## СУДОРОГИ

Судороги возникают при высокой температуре (особенно у детей), удушье и отравлении, а также при травме головы. У эпилептиков судороги бывают во время припадков.

### ЭПИЛЕПТИЧЕСКИЙ ПРИПАДОК

Помните: эпилептики во время судорожного припадка не чувствуют боли.

- Если больной после судорожного припадка испытывает боли или он нанес себе травму, вызовите скорую помощь, 112

**NB! Во время судорожного припадка не кладите ничего между зубами больного.**

### Первая помощь при эпилепсии

- Сохраняйте спокойствие. Если припадок начался, его невозможно остановить.
- Следите, чтобы больной во время судорог не нанес себе травмы.
- Нельзя препятствовать движениям больного. Можно положить ему что-либо мягкое под голову, или держать ее в руках.
- Расстегните воротник, чтобы дыхание было свободным, и поверните больного на бок.
- Если за судорогами последует глубокий сон, не тревожьте больного.
- Больного нельзя оставлять без присмотра до тех пор, пока к нему полностью не вернется сознание.

### Вызов скорой помощи необходим только в следующих случаях:

- если сильный припадок длится более 10 минут,
- если припадки следуют один за другим, и между припадками больной не приходит в сознание.

### Первая помощь

- Вызываете врача или скорую помощь, 112

### Судороги прекратятся быстрее, если:

- Снять с ребенка одежду.
- Охладить ребенка, например влажным полотенцем или под прохладным душем.
- Обеспечить ребенку обильное прохладное питье.

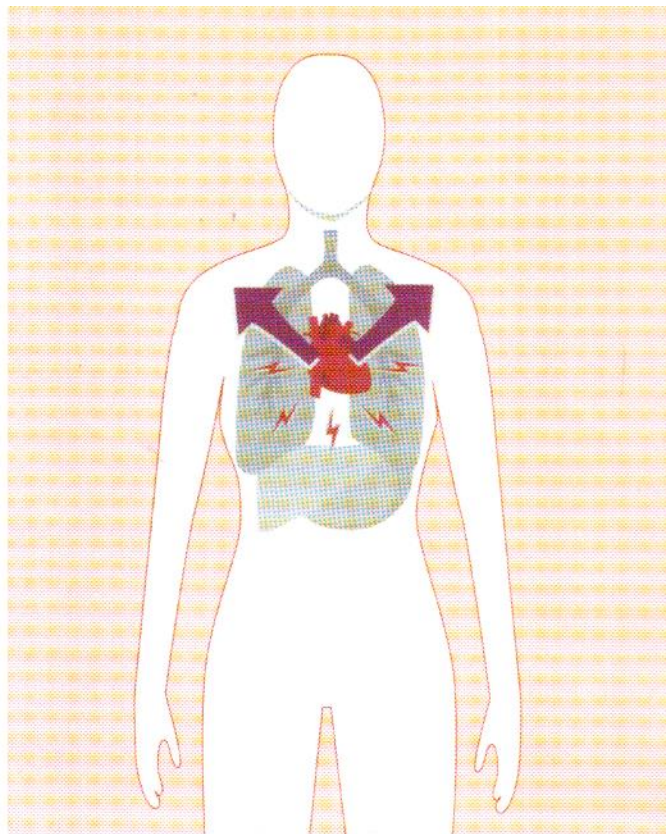
Несмотря на то, что судороги, вызванные высокой температурой, могут показаться ужасными, к ним нужно относиться спокойно. Приступ обычно быстро заканчивается.

## ИНФАРКТ СЕРДЦА

На инфаркт сердца могут указывать внезапные сильные боли за грудиной, т. е. в середине грудной клетки, боль может отдавать в левую руку и в шею. Больной дышит поверхностно, у него возникает ощущение удушья, иногда тошнота и рвота. Возникает чувство страха. Пульс аритмичный и частый. Больной может потерять сознание, у него может наступить остановка дыхания.

### Первая помощь

- Положите больного или позвольте ему принять положение, в котором он лучше всего себя чувствует.
- Необходим свежий воздух. Освободите стягивающую одежду.
- Успокойте его.
- Следите за дыханием и пульсом.
- Если он потерял сознание, поверните его в устойчивое боковое положение.
- Сразу вызовите скорую помощь, 112.



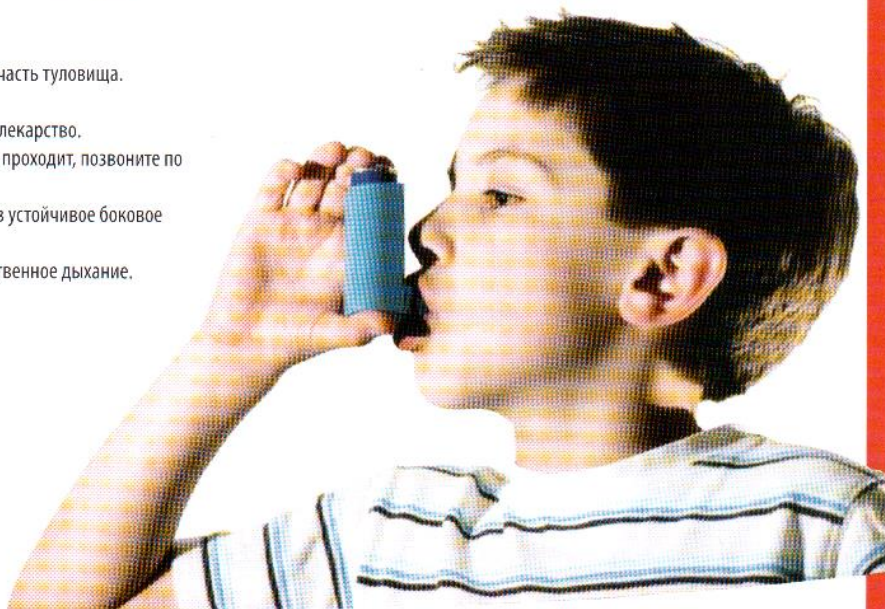


## ПРИСТУП АСТМЫ

Во время приступа астмы дыхание часто затруднено. Помните, что большинство больных астмой знают, как у них протекают приступы.

### Первая помощь

- Посадите больного, наклонив вперед верхнюю часть туловища.
- Обеспечьте ему доступ свежего воздуха.
- Позаботьтесь о том, чтобы он мог принять свое лекарство.
- Если приступ астмы после приема лекарства не проходит, позвоните по номеру 112.
- Если больной потерял сознание, поверните его в устойчивое боковое положение.
- Если его дыхание остановилось, делайте искусственное дыхание.
- Вызовите скорую помощь, 112.



**ЧТОБЫ ВЫЗВАТЬ ПОМОЩЬ, НАБЕРИТЕ НОМЕР 1-1-2, ПОСЛЕ ОТВЕТА ЦЕНТРА ТРЕВОГИ СООБЩИТЕ:**

- ГДЕ произошел несчастный случай
- ЧТО случилось
- СКОЛЬКО пострадавших

Помните!

Для звонка по номеру 1-1-2 с телефона-автомата не нужны деньги или карточка.



**СООБЩЕНИЕ О НЕЩАСНОМ СЛУЧАЕ**

**Прежде, чем позвонить по 112, нужно выяснить**

- Что случилось?
- Где случилось (в городе, в поселке, на шоссе)?
- Если есть возможность, определить, в сознании ли пострадавший?
- Есть ли угроза для жизни человека (людей)?

Затем позвоните по номеру 112 и скажите, что случилось, произошел ли несчастный случай или внезапное заболевание (инфаркт сердца, судороги и тд. )

- Где произошел несчастный случай?
- Есть ли опасность для чьей-либо жизни?
- Не зажат ли кто-то в разбитом автомобиле и тд. ?
- По возможности укажите точное место происшествия (район, улица, этаж, частный дом, код дверного замка)
- Кто звонит в Центр Тревоги (фамилия и номер телефона)
- Нельзя прерывать разговор прежде, чем на это получено разрешение