

KOCHANI ZBLIŻA SIĘ CZAS WAKACJI DLATEGO W TYCH
OSTATNICH TYGODNIACH SZKOŁY ZACHĘCAM WAS DO
POWTÓRZENIA I UTRWALENIA WIADOMOŚCI O BEZPIECZEŃSTWIE
W CZASIE LETNIEGO WYPOCZYNKU ☺

TEMAT: SŁUŻBY RATUNKOWE

1. PRZYJRZYJ SIĘ OBRAZKOM I POWIEDZ, CO NA NICH WIDZISZ.

POLICJA



2. ZAZNACZ ✓ PRZEDMIOTY PASUJĄCE DO POLICJANTA.

☐☐☐☐☐

POLICJANT

☐☐

1. PRZYJRZYJ SIĘ OBRAZKOM I POWIEDZ, CO NA NICH WIDZISZ.

POGOTOWIE RATUNKOWE



2. ZAZNACZ ✓ PRZEDMIOTY PASUJĄCE DO LEKARZA.



STRAŻ POŻARNA

WÓZ STRAŻACKI



STRAŻAK



WYMIEN PRZEDMIOTY PASUJĄCE DO ZAWODU STRAŻAKA:



Potrafie pomóc

Może się zdarzyć, że twoja koleżanka lub twój kolega zasłabnie, straci przytomność, a nawet przestanie oddychać. W takiej sytuacji zawsze staraj się **weszać na pomoc kogoś dorosłego** i, jeżeli masz przy sobie telefon, **weszać pogotowie**. Jeżeli jednak nie ma przy tobie nikogo, kto mógłby cię zastąpić, spróbuj **jak najszybciej pomóc** osobie, która tego potrzebuje.

Pierwsze minuty po wypadku mogą decydować o czyimś zdrowiu, a nawet życiu.



Najpierw podejdź do tej osoby i **sprawdź, czy jest przytomna**.

Sprawdzenie przytomności

Osoba nieprzytomna nie reaguje, gdy do niej mówimy, nie reaguje na nasz dotyk ani na zadawany ból, na przykład na uklucie.

Jeśli stwierdzisz, że masz do czynienia z osobą, która **straciła przytomność, ułóż jej głowę w pozycji odchylonej**.

- Ułóż swoje dłonie na jej głowie: połóż jedną rękę na czole, a dwa palce drugiej – na brodzie.
- Teraz delikatnie odchyl głowę tej osoby do tyłu.



Sprawdź, czy ta osoba oddycha.

Sprawdzenie oddechu

Przybliż swój policzek i ucho do ust i nosa tej osoby. Twoja twarz powinna być zwrócona w stronę jej klatki piersiowej. Staraj się wyczuć, usłyszeć i „zobaczyć” jej oddech – klatka piersiowa tej osoby powinna lekko się unosić.



Ułożenie w bezpiecznej pozycji

Jeśli stwierdzisz, że osoba, której pomagasz, jest **nieprzytomna**, ale **samodzielnie oddycha**, ułóż ją w **bezpiecznej pozycji**, czyli w tak zwanej **pozycji bocznej ustalonej**.

- Uklęknij przy tej osobie. Tę jej rękę, która jest bliżej ciebie, zegnij tak jak na zdjęciu. Drugą jej rękę przyłóż wierzchnią stroną do bliższego ciebie policzka.
- Chwyć za tę nogę leżącej osoby, która jest dalej od ciebie, i zegnij ją w kolanie.
- Spróbuj teraz, trzymając jedną swoją rękę na kolanie osoby nieprzytomnej, a drugą – na jej rękę, pociągnąć tę osobę do siebie. Jej głowa podczas obrotu powinna leżeć na dłoni, która była dalej od ciebie. Odchyl następnie lekko głowę tej osoby do tyłu.
- Po ułożeniu osoby nieprzytomnej w pozycji bocznej ustalonej **sprawdź jeszcze raz, czy ta osoba oddycha**. I pamiętaj, żeby sprawdzać jej oddech **co 2 minuty**.

Jeśli stwierdzisz, że ta osoba **nie oddycha**, postaraj się **niezwłocznie wezwać karetkę pogotowia** i natychmiast przystąp do **wykonywania** tak zwanego **masażu serca** oraz **sztucznego oddychania**. Rób to aż do przyjazdu karetki lub do momentu, w którym osoba nieprzytomna zacznie samodzielnie oddychać.

