



b) Po wykonaniu 30 uciśnień wykonaj 2 wdechy ratownicze (w miarę możliwości użyj ustnika): odchyl głowę poszkodowanego, zaciśnij nos poszkodowanego, nabierz powietrza, rozchyl usta i obejmij swoimi ustami usta poszkodowanego, wykonaj spokojny wdech do ust poszkodowanego przez ok. 1 sek. Pozwól aby powietrze, wydostało się z ust poszkodowanego;

c) Po wykonaniu 2 wdechów – rozpocznij następną serię 30 ucisków i 2 wdechów;

d) Kontynuuj resuscytację (30:2) do czasu przyjazdu pogotowia ratunkowego lub gdy poszkodowany zacznie samodzielnie oddychać. Możesz także przerwać resuscytację w razie wyczerpania fizycznego lub zagrożenia bezpieczeństwa;

e) Jeżeli nie jesteś w stanie wykonać wdechów ratowniczych – wykonuj uciśnięcia klatki piersiowej.

Udzielenie pierwszej pomocy poszkodowanemu jest obowiązkiem każdej osoby.

Sposób zgłaszania zdarzeń na numery alarmowe:

Dzwoniąc na numer alarmowy policji, straży pożarnej czy pogotowia powinniśmy podać:

1. Rodzaj zdarzenia (pożar, wypadek lub inne zdarzenie);
2. Dokładny adres miejsca zdarzenia (miejscowość, gmina, ulica, charakterystyczny punkt terenu, droga do innej miejscowości itp.);
3. Czy są osoby poszkodowane, ranne, czy istnieje zagrożenie życia;
4. Nazwisko i numer tel. osoby zgłaszającej.

Telefony alarmowe

112 telefon alarmowy

999 Pogotowie Ratunkowe

997 Policja

998 Straż Pożarna



URZĄD GMINY KONOPISKA

42-274 KONOPISKA, ul. LIPOWA 5

tel. 34 3282 057, fax 34 3441 935

sekretariat@konopiska.pl

www.konopiska.pl

