



# St Andrew's First Aid

## Залучення громадськості Посібник з серцево-легеневої реанімації та дефібриляції

Створення нації рятівників



# ПРО НАС

St Andrew's First Aid - єдина в Шотландії благодійна організація, що спеціалізується на наданні першої допомоги, а також провідний центр тренінгів з надання першої допомоги. Ми вважаємо, що ніхто не повинен страждати або помирати через те, що потребував першої допомоги і не отримав її.

Наша місія полягає у підвищенні обізнаності про важливість навичок надання першої медичної допомоги шляхом висвітлення заходів з надання першої медичної допомоги, проведення навчальних курсів з надання першої медичної допомоги та навчання з надання першої медичної допомоги у школах та громадах по всій Шотландії.

## ЗАЛУЧЕННЯ ГРОМАДСЬКОСТІ

Наша мета - налагодити зв'язок з громадами та школами по всій Шотландії для проведення безкоштовних занять з надання першої медичної допомоги, які проводять наші кваліфіковані волонтери. Заняття можуть бути адаптовані до вашої аудиторії та детально висвітлювати лише одну тему; або ж це може бути ширший огляд багатьох різних ситуацій, пов'язаних з наданням першої допомоги.

Якщо ви хочете, щоб ми завітали до вас, відскануйте QR-код на звороті цієї листівки, щоб замовити зустріч з громадою!



# ЯК НАДАВАТИ СЛР



1

Перевірте реакцію потерпілого

2

Якщо потерпілий реагує, залиште його в тому положенні, в якому він був знайдений, і визначте будь-які травми, в першу чергу надаючи допомогу найсерйознішим з них.

3

Перевірте дихання потерпілого

4

Якщо потерпілий не реагує, відкрийте йому дихальні шляхи і перевірте наявність дихання. Відкиньте голову назад (долонею до чола) і підніміть підборіддя (кінчиками пальців іншої руки), щоб відкрити дихальні шляхи. Дивіться, слухайте і відчувайте дихання протягом 10 секунд.

5

Якщо потерпілий дихає нормально, по можливості, залиште його в тому положенні, в якому він був знайдений. Визначте будь-які травми, в першу чергу надайте допомогу найсерйознішим. (Якщо вам потрібно тимчасово залишити потерпілого, покладіть його в положення для відновлення)

6

Якщо потерпілий НЕ дихає нормально

7

**Покличте на допомогу**, зателефонуйте **999/112**, попросіть дефібрилятор, розпочніть **СЛР**.

8

**ЗРОБІТЬ 30 КОМПРЕСІЙ ГРУДНОЇ КЛІТКИ** - Встаньте на коліна біля потерпілого, розташувавшись на рівні його грудної клітки, і покладіть долоню однієї руки в центр грудної клітки (на грудну кістку). Покладіть долоню іншої руки поверх першої і з'єднайте пальці, як показано на малюнку.

9

Нахиліться над потерпілим, тримаючи руки випрямленими, і почніть робити непрямий масаж серця. Натискайте вертикально на 5-6 см по центру грудної клітки 100-120 разів на хвилину або в такт пісні "Staying Alive". Завжди дозволяйте грудній клітці потерпілого повністю підніматися між натисканнями.

10

**ЗАСТОСУВАННЯ ДЕФІБРИЛЯТОРА** - Увімкніть апарат, прикладіть електроди до оголених ділянок грудної клітки потерпілого і дотримуйтесь усіх голосових підказок. Апарат повідомить, чи потрібен розряд, і, або зробить його автоматично, або попросить Вас натиснути кнопку розряду на пристрої.





**Бронювання**



**Волонтерство**



**Пожертвувати**

Усі наші заняття з надання першої медичної допомоги є безкоштовними і доступні по всій Шотландії для будь-якої школи чи громади.

Як волонтер із залучення громадськості, Ви допомагатимете нам проводити бесіди та демонстрації з надання першої медичної допомоги в різних громадських установах.

Благодійні пожертви є життєво важливими для St Andrew's First Aid, оскільки вони дозволяють нам продовжувати нашу роботу з порятунку життів і навчати більше людей навичкам надання першої допомоги.

Якщо у вас виникнуть будь-які запитання щодо запису на курси першої медичної допомоги або щодо волонтерства у "St Andrew's First Aid", будь ласка, пишіть нам на електронну адресу [community@firstaid.org.uk](mailto:community@firstaid.org.uk) або зателефонуйте за номером 0141 332 4031.

ВАШ МІСЦЕВИЙ ВОЛОНТЕР.....

КОНТАКТНІ ДАНІ .....

