



Разпознаване на внезапен
сърдечен арест и започване на КПР

Сърдечен арест се предполага, ако човек е в безсъзнание и с липса на нормално дишане. Агоналното дишане и гърчовете са често срещани непосредствено след спиране на сърцето и могат да бъдат объркани като признак на живот, което да доведе до забавяне на КПР.



Обаждане на
Спешна медицинска помощ

Незабавно се обадете на тел. 112, ако човек е в безсъзнание и не диша нормално. Ако сте сами, наберете тел. 112 и включете високоговорителя така, че веднага да започнете КПР, докато разговаряте с диспечера.



Започване на извънгръдни
притискания

Притисканията върху гърдния кош са безопасни и има много малко случаи на увреждане в следствие на КПР. Поставете ръцете си в центъра на гърдите. Изпълнявайте КПР със скорост 100-120 притискания в минута и на дълбочина между 5-6 см.



Употреба на автоматичен външен
дефибрилатор (АВД)

АВД може да се използва безопасно от първите отзовали се. Възможно най-бързо вземете АВД, включете го и следвайте инструкциите. Ако не сте сами, опитайте да сведете до минимум прекъсванията в КПР, като продължите да правите извънгръдни притискания, докато другият човек работи с АВД.



Как се прави ефективна
КПР?

Притисканията върху гърдния кош трябва да се приложат на всеки човек, който не реагира и не диша нормално. Когато сте обучени и сте в състояние да направите обдишвания, КПР се изпълнява в съотношение 30 притискания към 2 обдишвания (КПР 30:2).