

KARDIOPULMONÁLNA RESUSCITÁCIA

DETI do 1. roka

2 prsty na stred hrude



DETI 1 - 8 rokov

1 ruka na stred hrude



DOSPELÝ

2 ruky na stred hrude



1. 30 stlačení do hĺbky 1/3 hrudníka rýchlosťou 100 - 120 stlačení za min. (spievajte si pesničku od BeeGees - Staying alive)

2. Pokračujte 2 vdychmi a striedajte pomer stlačení a vdychov 30:2.

VDYCHY

U NOVORODENCOV A DETÍ DO 8 ROKOV VŽDY ZAČNITE 5 ÚVODNÝMI VDYCHMI.



DETI do 1. roka



Hlavu dajte do neutrálnej pozície (vypodložte ramienka plienkou).

Ústami obopnite NOS AJ ÚSTA. Vdychujte jemne akoby ste sfukovali sviečku.

DETI + - 8 rokov + DOSPELÝ



ZÁKLON HLAVY - jednou rukou zatlačte čelo dozadu, dvoma prstami druhej ruky zdvihnite bradu smerom hore

Stlačte nosové krídla k sebe a vzdychotesne obopnite ÚSTA.

Vdýchnite a sledujte dvíhanie hrudníka.

DETI DO 8 ROKOV A NOVORODENCI:

- 5 úvodných vdychov
- 30 stlačení
- 2 vdychy

DOSPELÝ:

- 30 stlačení
- 2 vdychy

Všetko dôležité o prvej pomoci deťom sa dozviete tu.

