***ПАМЯТКА***

***По принципам оказания первой помощи***

Вы обнаружили человека, лежащего на земле без движения. Осмотрите место происшествия, чтобы убедиться в отсутствии опасности и выяснить, что случилось. Если место происшествия не представляет опасности, вначале проведите первичный осмотр.

Определите наличие сознания у пострадавшего:

* Громко спросите «Вам нужна помощь?»
* Похлопайте в ладоши.
* Сожмите трапециевидную мышцу пострадавшего, если он не реагирует

Если пострадавший реагирует па раздражители:

-        Проверьте, нет ли у него кровотечения и шока, и окажите необходимую помощь.

Если сильного кровотечения не обнаружено:

*-*Уложите пострадавшего в восстановительное положение.

* Проведите вторичный осмотр пострадавшего.

***Если пострадавший не реагирует:***

*-*Осторожно переверните пострадавшего на спину (только, если необходимо).

- Откройте дыхательные пути, запрокиньте голову и приподнимите подбородок.

* Выдвинете нижнюю челюсть пострадавшего вперед в случае подозрения на травму шеи.

**Проверьте наличие дыхания**

-        Для определения наличия дыхания используйте зрительный, слуховой и осязательный контроль в течение 5 секунд.

Если пострадавший не дышит:

* Начинайте проведение искусственной вентиляции легких.

**Проверьте наличие пульса**

* Нащупайте адамово яблоко (кадык).
* Переместите пальцы, в углубление на шее со стороны, расположенной ближе к вам.
* Прощупайте пульс в течение 10 секунд.

***Если пульсу пострадавшего не определяется:***

* Переходите к сердечно-легочной реанимации.

**Вызовите скорую помощь**

***Пошлите кого-нибудь вызвать скорую помощь***

Главное управление МЧС России по Воронежской области.