

## 8. POJDI PO AED

Če veš, da se AED nahaja 1-2 minuti teka stran, pojdi po AED. Ko dobiš AED, ga vklopi in sledi glasovnim navodilom AED naprave (nalepi elektrode, ne dotikaj se bolnika - analiza ritma, električni sunek priporočen - vsi stran, nadaljuj s temeljnimi postopki oživljanja).

AED analizira ritem - ne dotikaj se bolnika!



1

Električni sunek je priporočen - vsi stran!



2



3

## TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA SO:

Srčni zastoj je stanje, ko ni zadostnega srčnega obtoka. Temeljni postopki oživljanja so zaporedje postopkov za ohranjanje srčnega obtoka do prihoda ekipe nujne medicinske pomoči, s čimer obolelemu povečamo možnost preživetja.

VAREN PRISTOP
PREVERI ODZIVNOST
KLIC NA POMOČ OČIVIDCEM
SPROSTI DIHALNO POT
PREVERI DIHANJE
KLIC 112
STISI PRSNEGA KOŠA
ČE ZNAŠ: 30 STISOV PRSNEGA KOŠA IN 2 UMETNA VPIHA
VKLOPI AED
SLEDI GLASOVNIM NAVODILOM AED

stisni me močno



in mi reši življenje

### Temeljni postopki oživljanja in uporaba AED s strani laikov

Projekt sofinancira: ZD Ljubljana, Mestna občina Ljubljana, sponzorji Po priporočilih Slovenskega reanimacijskega sveta in Evropskega združenja za reanimacijo  
Izdano leta 2014

Več na [www.zd-lj.si/stisni-me-mocno](http://www.zd-lj.si/stisni-me-mocno)

Ilustrator: Gabrijel Vrhovec

Logotip projekta Stisni me močno oblikovala: asist. Jerneja Herzog, prof.



## 1. VARNO PRISTOPI

Pristopi do obolelega/ponesrečenega le, če je varno zate. Ob nevarnosti takoj pokliči 112.

## 2. PREVERI ODZIVNOST

Če se na klic ne odzove, ga stresi za ramena.



## 3. KLIC NA POMOČ

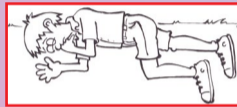
Pokliči na pomoč še druge očitvidce, ki naj takoj namesto tebe pokličejo 112 in oddidejo po najbližji avtomatski zunanji defibrilator (AED).



## 4. SPROSTI DIHALNO POT IN PREVERI DIHANJE



Zvrni glavo nazaj in dvigni brado, ob tem 10 sekund poslušaj dihanje, čuti sapo, poglej, če se prsni koš dviga. Če zaznaš normalno dihanje, daj obolelega v položaj za nezavestnega.



Če ne diha ali so prisotni samo posamezni redki vdih (kot riba na suhem), je človek v srčnem zastoju - takoj pokliči 112 in začni s stisi prsnega koša.

## 5. KLIC 112

Pokliči nujno medicinsko pomoč (112). Sporoči, kdo kliče, kaj se je zgodilo, koliko je obolelih/poškodovanih, točno lokacijo dogodka in morebitne nevarnosti. Zbrano poslušaj dispečerja in odgovori na vsa morebitna dodatna vprašanja.

## 6. STISI PRSNEGA KOŠA

Človeka v srčnem zastoju položi na trdno ravno podlago. Določi sredino prsnega koša (nad spodnjim delom prsnice). Z iztegnjenimi komolci se nagni navpično nad sredino prsnega koša in izvajaj stise s hitrostjo od 100 do 120-krat



na minuto, da se prsni koš ugrezne za tretjino (pri odraslem 5-6 cm), dokler ne pride ekipa nujne medicinske pomoči ali dokler oboleli/poškodovani ne kaže znakov življenja ali dokler se popolnoma ne utruiš.



## 7. UMETNO DIHANJE

Če znaš izvajati umetno dihanje, izvajaj stise prsnega koša in umetno dihanje v razmerju 30 stisov prsnega koša: 2 umetna vpiha. Če je prisotnih več očitvidcev, se izmenjavajte na 2 minuti.

