



## Ручная реанимация при остановке сердцебиения и дыхания

Если Вы видите что кто-то лежит без сознания, убедитесь что эта зона не представляет опасности для Вас зайти и произвести следующее...

**1**

Похлопайте человека по плечам и очень громко спросите «Что с Вами?»

**5**

Встаньте на колени сбоку от пострадавшего.

**2**

Если человек не реагирует, немедленно звоните 911.

**6**

Положите свою ладонь на середину грудной клетки пострадавшего, между сосками, и накройте другой ладонью.

**3**

Диспетчер службы 911 сразу же спросит Вас об адресе Вашего местонахождения.

*\* Если Вы не понимаете диспетчера, попросите предоставить переводчика, говорящего на Вашем языке*

**7**

Держа руки прямо, не сгибая в локтях, делайте сильные и быстрые толчкообразные нажатия вниз (100 – 120 раз в минуту)

**4**

Положите человека на спину на твердую ровную поверхность.

**8**

Не отключайте телефон; продолжайте толчкообразные нажатия до тех пор, пока не придет помощь.