Pierwsze kroki, gdy ktoś nie reaguje

Udzielenie pierwszej pomocy to obowiązek każdego. Kiedy pomagasz, nie ponosisz odpowiedzialności za nieumyślne błędy.

Kolejność działań

1. Zadbaj o bezpieczeństwo własne i poszkodowanego.
2. Potrząśnij go za ramię i zapytaj: „Słyszysz mnie?”.
3. Zadzwoń pod 112 albo wskaż konkretną osobę, która zadzwoni. Wykonuj polecenia dyspozytora.
4. Poproś konkretną osobę, żeby przyniosła defibrylator (AED).
5. Jeśli poszkodowany nie oddycha, prowadź resuscytację do przyjazdu ratowników.
6. Kiedy AED jest na miejscu, użyj go. Urządzenie podpowie, jak działać.

Do wpisania w domu

Nasz adres dla operatora 112: .....

Najbliższy defibrylator (AED): .....

> Karta pokazuje kolejność działań i nie zastępuje kursu pierwszej pomocy. Pełna instrukcja resuscytacji: „Poradnik bezpieczeństwa”, strony 41–44.

Bezpieczne Kwakowo · aktualizacja 9.10.2026 · źródła: Poradnik bezpieczeństwa, s. 41–43.
Sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Programu MOC MAŁYCH SPOŁECZNOŚCI.
Publikacja odzwierciedla jedynie opinię jej autora. NIW-CRSO nie jest odpowiedzialny za sposób wykorzystania zawartych w niej informacji.

W nagłym zagrożeniu dzwoń 112.