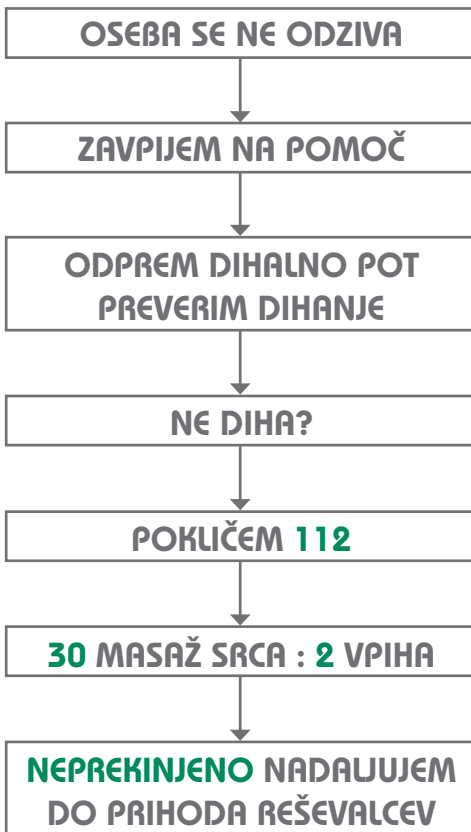


## Algoritem oživljanja



### Kdaj moram oživljati?

če ima oseba srčni zastoj, torej ji ne dela srce

### Kateri so znaki srčnega zastoja?

nezavest

odsotnost dihanja

odsotnost bitja srca

## Kako prepoznam, da ima oseba srčni zastoj?

### 1. Ugotavljam, ali je pri zavesti

- glasno pokličem
- previdno, a dovolj močno potresem
- če se ne odziva na nobene naše dražljaje, JE OSEBA NEZAVESTNA



### 2. Ugotavljam, ali diha

- najprej odprem dihalno pot: zvrnem glavo in dvignem brado
- približam svoje lice k ustom osebe in gledam v smeri njenega prsnega koša
- če ne vidim dviganja prsnega koša, ne slišim dihanja in ne čutim izdihanega zraka, OSEBA NE DIHA
- če oseba ne diha, ji tudi srce ne dela

## Kako ukrepam?

Ko ugotovim, da je oseba nezavestna, GLASNO ZAKLIČEM NA POMOČ, morda nam bo kdo v bližini lahko pomagal.

Ko ugotovim, da oseba ne diha, TAKOJ POKLIČEM TEL. ŠT. 112!

TAKOJ NATO ZAČNEM OŽIVLJATI:

### 1. IZVAJAM ZUNANJO MASAŽO SRCA:

z iztegnjenima, prekritima rokama s peto dlani pritiskam na sredino prsnega koša s hitrostjo 100 pritiskov na minuto tako močno, da se prsni koš vtisne za 4 – 5 cm. To storim 30 krat, zatem

### 2. DAJEM UMETNO DIHANJE:

- eno roko položim na čelo osebe, zvrnem glavo nazaj in osebi stisnem nosnici, z drugo roko dvignem brado in sebi odprem usta
- vdihnem
- s svojimi usti objamem usta osebe in s pritiskom dosežem tesnjenje
- za lastno zaščito lahko preko ust osebe položim robček, ruto, gazo, ipd.
- nato vpihnem svoj izdihani zrak v pljuča osebe tako močno, da vidim dvig prsnega koša
- odmaknem usta in vpih ponovim še enkrat

### 3. IZMENIČNO PONAVLJAM MASAŽO SRCA IN UMETNO DIHANJE v razmerju 30 pritiskov in 2 vpiha do prihoda reševalcev

Če imam iz določenih razlogov zadržke do izvajanja umetnega dihanja, lahko izvajam samo neprekinjeno masažo srca s hitrostjo 100 pritiskov na minuto.

