

Zarządzenie Nr 84/2024

Rektora Pomorskiego Uniwersytetu Medycznego w Szczecinie z dnia 23 sierpnia 2024 r. w sprawie wyznaczania osób do udzielania pierwszej pomocy, usytuowania i wyposażenia apteczek pierwszej pomocy oraz w sprawie wskazania miejsc z dostępem do defibrylatora AED

Na podstawie art. 23 ust. 1 i 2 ustawy z dnia 20 lipca 2018 r. – Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce (t. j. Dz.U. 2023 poz. 742 z późn. zm.) w związku z art. 209¹ ustawy z dnia 26 czerwca 1974 r. - Kodeks pracy (t. j. Dz.U. 2023 poz. 1465 z późn. zm.), § 44 rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Socjalnej z dnia 26 września 1997 r. w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy (Dz. U. z 2003 r., Nr 169, poz. 1650, z późn. zm.) oraz § 6 pkt 5 rozporządzenia Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego z dnia 30 października 2018 r. w sprawie sposobu zapewnienia w uczelni bezpiecznych i higienicznych warunków pracy i kształcenia (Dz. U. z 2018 r., poz. 2090), art. 4 ustawy o Państwowym Ratownictwie Medycznym (t. j. Dz.U. 2024 poz. 652) zarządza się, co następuje:

§ 1

1. Do udzielania pierwszej pomocy na terenie jednostek Pomorskiego Uniwersytetu Medycznego w Szczecinie (PUM, Uczelnia) zobowiązani są wszyscy pracownicy, którzy w ramach szkolenia wstępnego i okresowego w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy zostali zapoznani z zasadami udzielania pierwszej pomocy.
2. Osobami bezpośrednio wyznaczonymi do udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej w nagłych wypadkach są pracownicy wskazani przez kierowników jednostek organizacyjnych lub posiadający kurs kwalifikowanej pierwszej pomocy.
3. Każda jednostka organizacyjna wyznacza minimum dwóch pracowników jako osoby do udzielania pierwszej pomocy. Nie dotyczy to zespołów wykonujących swoją pracę na oddziałach szpitalnych, gdzie występuje bezpośredni kontakt z personelem medycznym.
4. W przypadku zmian kadrowych obejmujących osoby wyznaczone do udzielenia pierwszej pomocy, kierownik jednostki organizacyjnej niezwłocznie wyznacza nową osobę posiadającą wymagane kwalifikacje.
5. W zakresie udzielania pierwszej pomocy do zadań, uprawnień i obowiązków wyznaczonego pracownika należy:
 - udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej w nagłych wypadkach,
 - instruowanie innych pracowników odnośnie niesienia pierwszej pomocy,
 - w razie stwierdzenia konieczności – zawiadomienie służb medycznych o zaistniałym zdarzeniu i konieczności interwencji,
 - przekazywanie informacji o zdarzeniu bezpośredniemu przełożonemu, lub wyznaczenie do tego pracownika

§ 2

1. Apteczki usytuowane muszą być w widocznym, łatwo dostępnym, oznakowanym miejscu (apteczki przenośne najlepiej na uchwytych zamocowanych na ścianie). Zabrania się zastawiania i składowania elementów utrudniających dostęp do apteczki.

2. Jeśli apteczka znajduje się w pomieszczeniu zamkniętym, drzwi takiego pomieszczenia muszą być oznakowane piktogramem – biały krzyż na zielonym tle.
3. Kierownicy jednostek organizacyjnych, o których mowa w zał. nr 2, są odpowiedzialni za wyposażenie apteczki pierwszej pomocy tzn. zamawianie i uzupełnianie wykorzystanych materiałów do udzielania pierwszej pomocy oraz usuwania z apteczki środków, których okres ważności upłynął.
4. Apteczki pierwszej pomocy powinny być wyposażone w niezbędne materiały medyczne i środki farmaceutyczne, których wykaz został ustalony z lekarzem medycyny pracy sprawującym opiekę nad pracownikami Uczelni. Wyposażenie apteczki zawiera załącznik nr 1 do niniejszego zarządzenia.
5. Zaleca się stosowanie apteczek przenośnych. Apteczki wiszące wykorzystuje się do czasu koniecznej wymiany (np. zużycie, uszkodzenie).
6. Przy apteczce powinny być umieszczone w widocznym miejscu:
 - instrukcja udzielania pierwszej pomocy w nagłych wypadkach stanowiąca załącznik nr 4 do niniejszego zarządzenia,
 - lista osób przeszkolonych do udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej wraz z numerem telefonu kontaktowego,
 - wyposażenie apteczki - załącznik nr 1.
7. Wykaz miejsc gdzie powinny znajdować się apteczki pierwszej pomocy stanowi załącznik nr 2 do niniejszego zarządzenia.
8. Wykaz miejsc, w których znajdują się defibrylatory AED stanowi załącznik nr 3 do niniejszego zarządzenia.

§ 3.

1. Zamawiania i pobierania brakującego wyposażenia apteczek dokonuje się w Dziale Zaopatrzenia.
2. Informację o osobach wyznaczonych do udzielania pierwszej pomocy Kierownik jednostki organizacyjnej przesyła do Działu BHP i Ochrony Środowiska.
3. Zbędne ale w dobrym stanie apteczki nadające się do dalszego wykorzystania Kierownik jednostki zgłasza do administratora obiektu, który zagospodarowuje je w innych wyznaczonych niniejszym zarządzeniem miejscach.
4. Jeżeli administrator obiektu jest w posiadaniu zbędnych w/w apteczek to jest obowiązany do przekazania ich do Działu Zaopatrzenia, który przy realizacji zamówienia ma obowiązek w pierwszej kolejności wykorzystywanie zapasów.

§ 4

Traci moc Zarządzenie Nr 84/2010 Rektora Pomorskiego Uniwersytetu Medycznego w Szczecinie z dnia 13 października 2010 r. w sprawie wyposażenia wybranych jednostek organizacyjnych należących do PUM w apteczki pierwszej pomocy

§ 5.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.



prof. dr hab. Bogusław Machaliński
Rektor PUM

Wyposażenie apteczki

1. Rękawiczki gumowe (2 pary o różnych rozmiarach – zawsze zakładamy udzielając pierwszej pomocy ofiarom wypadku)
2. Agrałki do mocowania np. opatrunku zrobionego za pomocą chusty trójkątnej
3. Nożyczki
4. Bandaże opatrunkowe 5-10 cm
5. Kompresy gazowe jałowe
6. Bandaż elastyczny
7. Chusta trójkątna (1 szt. do stosowania jako temblak, unieruchamiania złamanej kończyny, mocowania kompresów)
8. Plaster bez opatrunku (przyklepic do mocowania opatrunku)
9. Wodoodporne plastry z opatrunkiem (do zaopatrywania mniejszych skaleczeń)
10. Chusteczki nasączone do dezynfekcji
11. Opatrunki hydrożelowe na oparzenia – 2 opakowania
12. Oczomyjka do przemywania oczu (w laboratoriach, warsztatach, magazynach, w których mogą występować czynniki szkodliwe lub niebezpieczne) lub sól fizjologiczna do przemywania oczu z kieliszkiem do przemywania oczu
13. W Studium Wychowania Fizycznego i Sportu na wyposażeniu apteczki obowiązkowo należy zapewnić „Sztuczny Lód Chłodzący w Sprayu”

W razie kontaktu z czynnikiem niebezpiecznym udzielić pierwszej pomocy określonej w kartach charakterystyki substancji niebezpiecznej.

Wykaz jednostek organizacyjnych i pomieszczeń/obiektów Uczelni, w których powinny znajdować się apteczki pierwszej pomocy.

1. Portiernia w Domu Studenckim ul. Dunikowskiego 2, 4 i 6 – 3 szt.
2. Portiernia i Czytelnia Biblioteki Głównej al. Powstańców Wlkp. 20 – 2 szt.
3. Centrum Egzaminów Testowych – 1 szt.
4. Studium Wychowania Fizycznego i Sportu ul. Dunikowskiego 6a – 1 szt. (obowiązkowo przenośna)
5. Zakładu Fizyki Medycznej ul. Ku Słońcu 12 – 1 szt.
6. Studium Praktycznej Nauki Języków Obcych ul. Ku Słońcu 12 – 1 szt.
7. Zakład Anatomii Funkcjonalnej i Klinicznej ul. Ku Słońcu 12 – 1 szt.
8. Portiernia Rektoratu ul. Rybacka 1 – 1 szt. (obowiązkowo przenośna)
9. Portiernia w budynku przy ul. Chłapowskiego 11 – 1 szt. (obowiązkowo przenośna)
10. Centrum Transferu Technologii – 1 szt.
11. Uniwersytecka Zwierzętarnia Doświadczalna – 1 szt.
12. Dział Administracyjno-Gospodarczy teren USK-2 – 3 szt. (sekretariat, stolarnia i pomieszczenie socjalne w bud. nr VII)
13. Zakład Genetyki Sądowej – 1 szt.
14. Zakład Medycyny Sądowej i Zakład Toksykologii Klinicznej i Sądowej – 2 szt. (korytarz Zakładów i magazyn odczynników poziom -1)
15. Prosektorium teren USK-2 – 1 szt. pomieszczenie biurowe
16. Zakład Patologii Ogólnej – 1 szt. (sekretariat)
17. Samodzielna Pracownia Dermatologii Estetycznej – 1 szt.
18. Katedra i Zakład Anatomii Prawidłowej – 1 szt.
19. Katedra i Zakład Biologii i Parazytologii Medycznej – 1 szt. (sekretariat)
20. Katedra Fizjologii – 1 szt. (sekretariat)
21. Katedra Farmakologii – 2 szt. (sekretariat i korytarz przy pomieszczeniu socjalnym)
22. Katedra Mikrobiologii, Immunologii i Medycyny Laboratoryjnej – 3 szt. (sekretariat, I piętro i poziom -1)
23. Katedra i Zakład Histologii i Embriologii – 3 szt. (sala ćwiczeń I p., pomieszczenie socjalne II p. i magazyn odczynników poziom -1)
24. Katedra i Zakład Chemii Kosmetycznej i Farmaceutycznej – 2 szt. sekretariat i magazyn odczynników)
25. Katedra i Zakład Stomatologii Zachowawczej Przedklinicznej i Endodoncji Przedklinicznej teren USK-2 – 1 szt. (sekretariat)
26. Zakład Biochemii – 2 szt. (sekretariat w budynku MCD-1 i laboratorium w budynku „K”)
27. Zakład Chemii Medycznej – 2 szt. (sekretariat i magazyn odczynników)
28. Zakład Biologii Medycznej – 1 szt.
29. Zakład Higieny i Epidemiologii – 1 szt. (sekretariat)
30. Katedra i Zakład Protetyki Stomatologicznej – 1 szt. (sekretariat)
31. Zakład Ortopedii Szcękowej i Ortodoncji – 1 szt. (sekretariat)
32. Zakład Stomatologii Zintegrowanej – 1 szt. (sekretariat)
33. Zakład Biochemii Klinicznej i Molekularnej – 2 szt. (sekretariat i magazyn odczynników)
34. Zakład Analityki Medycznej – 1 szt. (budynek „K” II piętro korytarz)
35. Zakład Periodontologii – 1 szt. (sekretariat)

36. Katedra i Zakład Stomatologii Zachowawczej i Endodoncji – 1 szt. (sekretariat)
37. Katedra i Zakład Radiologii Ogólnej, Stomatologicznej i Zabiegowej – 1 szt.
38. Samodzielna Pracownia Stomatologii Dziecięcej – 1 szt. (sekretariat)
39. Oddział Kliniczny Chirurgii Szcękowo-Twarzowej teren USK-2 budynek nr XVIII (pomieszczenie socjalne)
40. Zakład Propedeutyki, Fizykodiagnostyki i Fizjoterapii Stomatologicznej – 1 szt. (sekretariat)
41. Laboratorium Kliniki Chorób Zakaźnych, Tropikalnych i Nabytych Niedoborów Immunologicznych – 1 szt. (ul. Arkońska 4)
42. Centrum Nowych Technologii Medycznych – 4 szt. (portiernia, korytarz wew. przed laboratoriami I, II i III p.)
43. Zakład Rehabilitacji Narządu Ruchu – 1 szt.
44. Centrum Wsparcia Badań Klinicznych – 1 szt.
45. Laboratorium Kliniki Endokrynologii, Chorób Metabolicznych i Chorób Wewnętrznych – 1 szt.
46. Laboratorium Zakładu Propedeutyki, Chorób Wewnętrznych i Nadciśnienia Tętniczego – 1 szt.
47. Katedra i Zakład Patomorfologii – 1 szt. (sekretariat)
48. MCD-3 (4 szt.) w:
 - Portiernia (obowiązkowo przenośna)
 - Zakład Chemii Farmaceutycznej
 - Zakład Farmakognozji i Naturalnych Środków Leczniczych
 - Zakład Technologii Postaci Leku
49. Pomieszczenie socjalne Działu Transportu – 1 szt. (Wernyhory 17)
50. Katedra Żywienia Człowieka i Metabolomiki – 2 szt. (portiernia obowiązkowo przenośna i stacjonarna w magazynie odczynników)
51. Budynek ul. Żołnierska 48 (3 szt.) w:
 - Portiernia (obowiązkowo przenośna)
 - Samodzielna Pracownia Antropogenetyki i Gerontobiologii
 - Zakład Histologii i Biologii Rozwoju
52. Budynek ul. Żołnierska 54 – 1 szt. (portiernia obowiązkowo przenośna)
53. Centrum Symulacji Medycznej 1 szt. (portiernia obowiązkowo przenośna)
54. OW Barlinek – 1 szt. (obowiązkowo przenośna)
55. OW Dziwnów – 1 szt. (obowiązkowo przenośna)

Wykaz miejsc, w których znajdują się defibrylatory AED

1. Biblioteka Główna PUM
2. Centrum Diagnostyki i Leczenia Nowotworów Dziedzicznych w Szczecinie-
USK-1
3. Centrum Symulacji Medycznej - dyżurka
4. Budynek ul. Ku Słońcu 12, 13 - korytarz
5. Rektorat-wejście główne
6. Budynek MCD-2
7. Klinika Chirurgii Plastycznej, Endokrynologicznej i Ogólnej-USK1 POLICE
8. Klinika Kardiochirurgii-USK-2
9. Klinika Reumatologii, Chorób Wewnętrznych, Geriatrii i Immunologii Klinicznej-
USK-1
10. Budynek nr VI na terenie USK-2 (I piętro)
11. Budynek nr XVIII na terenie USK-2 (I piętro)

INSTRUKCJA UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY

ZASADY WZYWANIA POMOCY:

Określ dokładnie miejsce zdarzenia:

przedstaw się, podaj swój nr telefonu i szczegółową lokalizację

Opisz zdarzenie:

rodzaj zdarzenia, liczba osób poszkodowanych oraz możliwe dalsze zagrożenia

Oceń stan osób poszkodowanych:

szacowany wiek, płeć, stan przytomności, oddech, tętno, zranienia, krwawienie, złamania

WYSLUCHAJ DOKŁADNIE INSTRUKCJI DYSPOZYTORA, NIE ROZŁĄCZAJ SIĘ JAKO PIERWSZY

ZABEZPIECZENIE MIEJSCA ZDARZENIA

PAMIĘTAJ O WŁASNYM BEZPIECZEŃSTWIE

Wypadki drogowe

• oznakuj miejsce wypadku (ustaw trójkąt ostrzegawczy w odległości 30-100 m od miejsca wypadku)

• wyciągnij kluczyki ze stacyjki (zostaw je w pojeździe)

• unieruchom uszkodzone pojazdy (hamulec ręczny)

Inne zagrożenia

• odsuń zbędne przedmioty (np. krzesło, biurko) i niepotrzebnych gapków

Zachowaj szczególną ostrożność, gdy:

• urządzenia mogą być pod napięciem • widzisz uszkodzone pojazdy

TAMOWANIE KRWAWIENI I JEGO RODZAJE



Krwawienie tętnicze:
wypływająca z rany ciągła lub w sposób przerywany jasna, żywoczerwona krew.

Postępowanie:
Koniecznie natychmiastowo zatamuj.



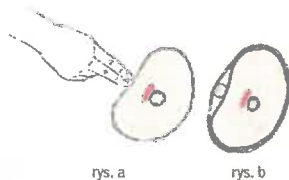
Krwawienie żyłne:
Krew ciemnoczerwona wypływająca w sposób ciągły.

Postępowanie przy silnym krwawieniu:
Koniecznie natychmiastowo zatamuj.



Tamowanie krwawienia:

- * zabezpiecz się przed bezpośrednim kontaktem z krwią poszkodowanego
- * w miarę możliwości unieś zranioną kończynę do góry
- * uciśnij naczynie krwionośne (rys. a)
- * załóż opatrunek uciskowy (rys. b)
- * gdy opatrunek przesiąknie, nałóż kolejny nie zdejmując pierwszego



Gdy rany są rozległe lub silnie zanieczyszczone:

- nie dezynfekuj
- nie wyciągaj ciał obcych
- załóż jałowy opatrunek

OPARZENIA

W wszystkich przypadkach miejsce oparzenia schłódź zimną wodą przez 15-20 minut. Po schłodzeniu wykonaj jałowy opatrunek ostaniający miejsce oparzenia.

NIE WOLNO ŚCIAGAĆ UBRANIA

z miejsca poparzenia, jeśli przywarło do skóry!

ZŁAMANIA

- * nie przemieszczaj osoby poszkodowanej, o ile pozostanie w tym miejscu nie zagraża bezpieczeństwu
- * zatamuj ewentualne krwawienie, naciskając na ranę przez sterylny bandaż lub czysty materiał
- * w miarę możliwości unieruchom dwa sąsiednie stawy
- * nie przywracaj kończynom ich normalnego ustawienia
- * przyłóż lód, to zmniejszy ból i opuchliznę
- * jeśli poszkodowany wydaje się być w szoku (omdlewa, ma krótki, mocno przyspieszony oddech), postaraj się uspokoić go i zapewnić mu świeży dopływ powietrza
- * kończynę górną możesz unieruchomić poprzez przytwierdzenie jej za pomocą ubrania do tułowia
- * wezwij pomoc

URAZY GŁOWY

Objawy złuszczenia mózgu

- duża utrata przytomności
- zaburzenia oddechowe

Objawy wstrząśnienia mózgu:

- krótka utrata przytomności, nudności, wymioty, utrata pamięci wstecznej, zawroty, bóle głowy

Postępowanie:

- oceń stan świadomości
- obserwuj oddech
- zapewnij drożność dróg oddechowych
- wykonaj sztuczne oddychanie przy bezdechu
- ulóż poszkodowanego przytomnego z uniesionym tułowiem
- ulóż nieprzytomnego w pozycji bocznej bezpiecznej
- nałóż jałowy opatrunek na otwarte rany

URAZY BRZUCHA

Objawy:

- sińce na skórze w miejscu urazu
- silny ból
- napięcie powłok jamy brzusznej przy ucisku
- narastający wstrząs bez cech kwatoku zewnętrznego
- rozzerwanie powłok jamy brzusznej z wydostaniem się na zewnątrz jej zawartości

Postępowanie:

- wezwij pomoc
- obserwuj poszkodowanego w pozycji przeciwwstrząsowej (podniesienie nóg do góry), przez np. ułożenie walika pod kolanami (co również zmniejszy napięcie brzucha)
- załóż jałowy opatrunek na ranę

NIE TAMOWAĆ WYCIERAJĄCYCH Z NOSA LUB UCHA

krwi lub płynu mózgowo-rdzeniowego

NIE WOLNO:

karmić i poić poszkodowanego, usuwać ciała obcych z rany, wkładać wypchniętych pełń jelitowych do jamy brzusznej

ŁĄCZNOŚĆ ALARMOWA

999 lub **112**
telefon stacjonarny

112
telefon komórkowy

601 100 100 WOPR

9 CB radio

W razie wypadku Poinformuj moich bliskich

tel.

USUNIĘCIE CIAŁ OBCYCH Z DRÓG ODDECHOWYCH



Postępowanie u osób dorosłych i przytomnych:

Stojąc za poszkodowanym obejmij go w nadbrzuszu. Poprzez energiczne naciskanie zwiększa się ciśnienie w drogach oddechowych, co umożliwia ich odblokowanie

- odkruszenie cała obcego.

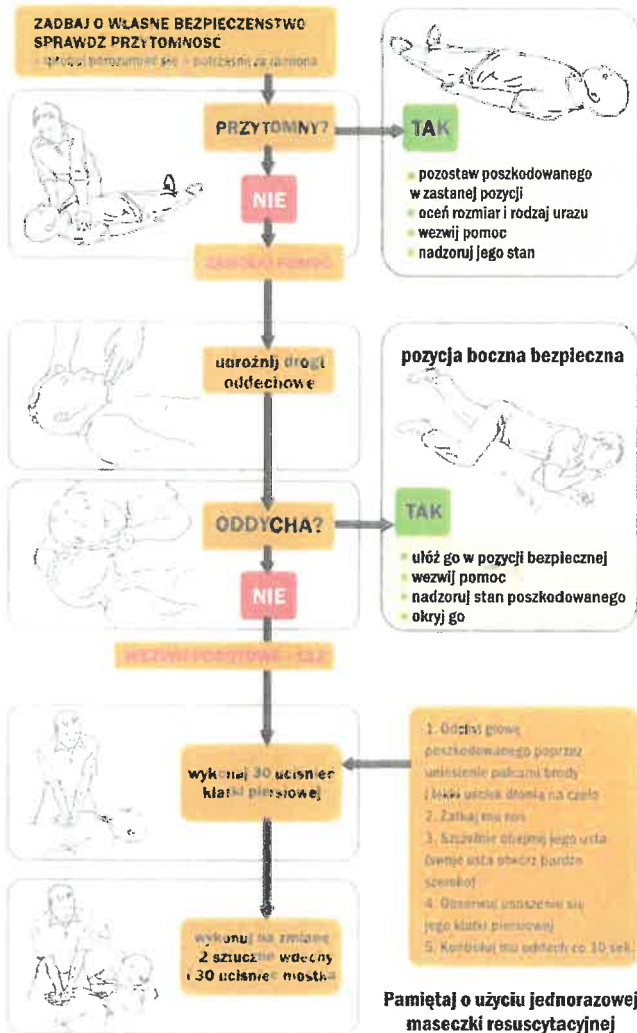
Następnie uderz energicznie w okolicę międzyopatkową. Wykonuj

te czynności naprzemiennie, aż do wykrztuszenia ciała obcego.

Postępowanie u kobiet w ciąży i osób otyłych:

Uderz energicznie w okolicę międzyopatkową. Uciśnięcie w nadbrzuszu jest niewskazane

PIERWSZA POMOC W ZAGROŻENIU ŻYCIA



RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO-ODDECHOWA

zewnątrzny masaż serca

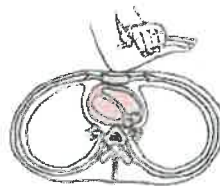


Technika ucisku:

Ucisk mostka na głębokość 5 cm z częstotliwością 100-120/min. Pamiętaj o sztucznym oddychaniu! W sytuacjach kiedy nie możesz prowadzić sztucznego oddychania, zawsze kontynuuj masaż serca.

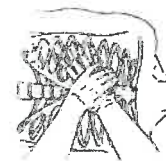
Pozycja poszkodowanego i ratownika:

- poszkodowany leży płasko na twardym podłożu
- ratownik klęczy obok poszkodowanego
- umieszcza na jego mostku nasadę jednej dłoni, a na niej nasadę drugiej dłoni
- reżce ratownika wyprostowane w łokciach, prostopadłe do klatki piersiowej poszkodowanego



Rytmiczne uciskanie mostka (ściskanie serca między mostkiem, a kręgosłupem) wywołuje zastępcze krążenie krwi, co umożliwi zaopatrzenie w tlen mózgu i serce.

Resuscytację prowadzi się masażem odżywnia przyłamaności poszkodowanego lub przyżarciu skóra żyłowniczych.



Punkt ucisku:

ułóż ręce na środku klatki piersiowej

Objawy skuteczności resuscytacji:

- powrót oddechu
- powrót akcji serca
- zwiększenie rozszerzonych źrenic
- zaróżnienie skóry
- odzyskanie przytomności

PIERWSZA POMOC PRZY ZAKRZTUSZENIU NOWORODKA



1. Połóż dziecko na przedramieniu głową w dół w taki sposób, by twoje dłoń trzymała jego brodkę. Dłoń ma przytrzymać główkę, która u małych dzieci jest ciężka.

2. Uderz dziecko mocno nadgarstkiem drugiej dłoni 5 razy między łopatkami, dzięki temu powinno wykrztusić przedmiot.

3. Odwróć dziecko na plecy i sprawdź czy przedmiot został usunięty.

4. Jeśli nie – 5 razy uciśnij dwoma palcami klatkę piersiową tuż powyżej miejsca, gdzie żebra łączą się z mostkiem, drugą ręką podtrzymuj główkę.

5. Na zmianę uderz dziecko między łopatkami i uciśnij klatkę piersiową do czasu aż przedmiot wypadnie.

Jeśli przedmiot nie wypadnie, dziecko może stracić przytomność.

WEZWUJ POMOC!

RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO-ODDECHOWA

udroźnienie dróg oddechowych



Przyczyna niedrożności dróg oddechowych:

- u osób nieprzytomnych - opadanie języka na tylną stronę gardła
- zaleganie ciała obcych w jamie ustnej lub gardle (uzębienie, krew, wymiociny)



Postępowanie:

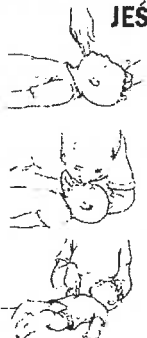
- odciągnij głowę do tyłu poprzez uniesienie palcami brody i lekkie ucisk dłonią na czoło



Postępowanie:

- usuń ciało obce
- odciągnij głowę do tyłu
- wysuń żuchwę do przodu
- otwórz usta poszkodowanego

JEŚLI DZIECKO STRACIŁO PRZY TOMNOŚĆ



6. Połóż dziecko na płaskiej powierzchni. Trzymając dłoń na czole odegnij jego głowę i unieś brodkę. Pozwoli to udroźnić drogi oddechowe oraz sprawdź, czy nie widać ciała obcego i czy można je usunąć.

7. Ponieważ dziecko nie oddycha, nabierz powietrze, obejmij ustami usta i nos dziecka i dmuchaj. Twój oddech powinien unieść klatkę piersiową dziecka i trwać ok. 1 - 1,5 sek. Wykonaj cykl 5 oddechów.

WAŻNE! - zawsze oddechów z wdechem musi być więcej niż osoba dorosła

8. Jeśli klatka nie unosi się przy oddechach, za każdym razem koryguj położenie głowy dziecka.

9. Jeśli 5 prób oddechów się nie powiodło, wykonaj 30 uciśnień klatki piersiowej z częstotliwością 100/minutę używając 2 palców po środku klatki tuż poniżej linii sutków.

10. Po 30 uciśnięciach sprawdź jamę ustną czy nie widać ciała obcego, które można usunąć. Wykonaj 2 oddechy ratownicze i kolejne 30 uciśnień.

11. Jeśli uda się usunąć ciało obce, jeśli któryś z twoich oddechów unieśli klatkę piersiową dziecka, jeśli zaczęło ruszać się lub kaszleć sprawdź czy oddycha prawidłowo.

Jeśli oddycha, ale wciąż jest nieprzytomny, ułóż je na boku i czekaj na przybycie pogotowia. Jeśli nie ma poprawy, kontynuuj czynności do skutku lub do przyjazdu karetki.