ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ: СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНАЯ РЕАНИМАЦИЯ

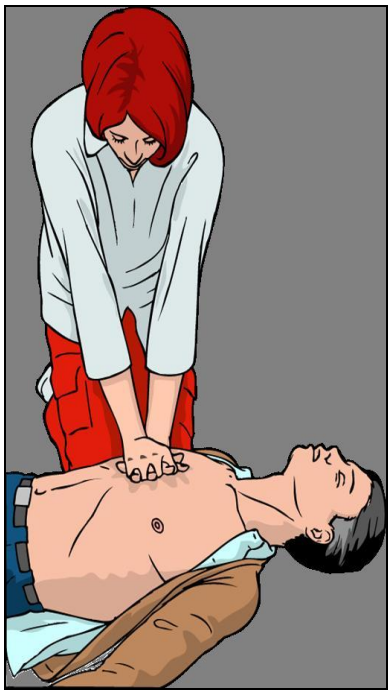
Сердечно-легочная реанимация (**СЛР**) – неотложная медицинская процедура, направленная на восстановление жизнедеятельности организма, и выведение его из состояния клинической смерти. Включает в себя **искусственную вентиляцию легких (искусственное дыхание)** и **компрессии грудной клетки (непрямой массаж сердца)**.

Показания к проведению СЛР – отсутствие дыхания, сознания и пульса.

Порядок проведения СЛР

1. Устранить угрожающие факторы.
2. Проверить наличие сознания у пострадавшего.
3. При отсутствии признаков сознания необходимо проверить наличие дыхания.
4. При отсутствии дыхания участник оказания первой помощи организует вызов скорой помощи и приступает к **компрессиям грудной клетки:**

Основание ладони помещается на середину грудной клетки пострадавшего, кисти рук берутся в замок, руки выпрямлены. Компрессии грудной клетки осуществляются на твердой ровной поверхности на глубину 5-6 см, с частотой 100 в минуту.



5. После проведения компрессий необходимо осуществлять вдохи **искусственной вентиляции легких:**

зажмите нос пострадавшего двумя пальцами, и силой выполните выдох в его дыхательные пути в течение 1 секунды. Ориентиром достаточного объема вдуваемого воздуха является подъем грудной клетки.

6. Далее следует продолжить реанимационные мероприятия, чередуя 30 компрессий грудной клетки с 2-мя вдохами искусственной вентиляции легких, до появления признаков жизни – дыхания и пульса, или до приезда скорой помощи.

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ – 01 (С МОБИЛЬНОГО – 112)