

Pierwsza pomoc w przypadku nagłego zatrzymania krążenia

Gdyby więcej ludzi umiało udzielać pierwszej pomocy w nagłym zatrzymaniu krążenia -100,000 osób rocznie w Europie mogłoby żyć – twierdzi Europejska Rada Resuscytacji.

Każdego roku u około 400,000 Europejczyków występuje nagłe i niespodziewane NZK, z czego w ok. 350,000 przypadkach zdarza się to poza szpitalem.

Nagłe NZK poza szpitalem może zdarzyć się wszędzie, na przykład na ulicy, w miejscu pracy, w czasie ćwiczeń rekreacyjnych oraz innego typu wysiłku fizycznego. Przeważająca większość NZK występuje w domu. Aktualnie mniej niż jedna osoba na dziesięć przeżywa to zdarzenie. Podjęcie resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO) przez świadków zdarzenia może spowodować 2-3 krotny wzrost przeżywalności.

Resuscytacja krążeniowo-oddechowa jest łatwiejsza niż większość ludzi uważa. Pokazuje to między innymi interaktywny film edukacyjny „Nagłe zatrzymanie krążenia”: Film powstał pod patronatem merytorycznym Polskiej Rady Resuscytacji, przy wsparciu Urzędu Miasta Krakowa. Widz nie tylko śledzi akcję filmu, ale może aktywnie w niej uczestniczyć poprzez dokonywanie wyborów prawidłowych wariantów pierwszej pomocy. Dzięki temu łatwiej zapamiętać prawidłowy algorytm udzielania pomocy poszkodowanemu. Zachęcamy do zapoznania się z filmem. Pamiętaj jednocześnie, iż w celu opanowania techniki udzielania pierwszej pomocy warto skorzystać z darmowych, organizowanych przez liczne stowarzyszenia i fundacje - dla bezpieczeństwa Twoich najbliższych!