

PIERWSZA POMOC

karta do wywieszenia przy apteczce, § 44 ust. 4 rozporządzenia w sprawie ogólnych przepisów bhp

Zanim podejdziesz: sprawdź, czy miejsce jest bezpieczne dla Ciebie. Wyłącz zasilanie, zatrzymaj maszynę, odsuń źródło zagrożenia. Zawołaj drugą osobę: jedna dzwoni, druga udziela pomocy.

Wezwanie pomocy

112 albo 999

Podaj kolejno: **gdzie, co się stało, ilu jest poszkodowanych, w jakim są stanie**, kto dzwoni i pod jaki numer można oddzwonić. Nie rozłączaj się pierwszy.

Postępowanie w najczęstszych sytuacjach

Sytuacja	Co robić	Czego nie robić
Nie oddycha	Wezwij pomoc, rozpocznij uciśnięcia klatki piersiowej, użyj defibrylatora, jeżeli jest dostępny	Nie przerywaj do przyjazdu służb albo powrotu oddechu
Krwotok	Uciśnij ranę jałowym opatrunkiem, unieś kończynę, załóż opatrunek uciskowy	Nie usuwaj ciała obcego tkwiącego w ranie
Oparzenie	Chłódź bieżącą letnią wodą kilkanaście minut, osłoń jałowym opatrunkiem	Nie przekłuwaj pęcherzy, nie smaruj tłuszczem
Podejrzanie urazu kręgosłupa	Nie przemieszczaj poszkodowanego, zabezpiecz miejsce i czekaj na służby	Nie sadzaj i nie stawiaj poszkodowanego
Zachłyśnięcie	Pochyl poszkodowanego, uderz pięć razy między łopatkami, wykonaj uciśnięcia nadbrzusza	Nie wkładaj palców do gardła

Po zdarzeniu

Zgłoś zdarzenie przełożonemu, nawet jeżeli poszkodowany wrócił do pracy. Zabezpiecz miejsce do czasu oględzin zespołu powypadkowego. Uzupełnij zużyte wyposażenie apteczki i zgłoś to osobie odpowiedzialnej.

Wypełnij przed powieszeniem

Adres, pod który ma przyjechać karetka:

Wejście i osoba, która skieruje służby:

Osoby wyznaczone do udzielania pierwszej pomocy:

.....

Karta nie zastępuje szkolenia. Osoby wyznaczone do udzielania pierwszej pomocy mają być przeszkolone, a zakres szkolenia ma odpowiadać zagrożeniom występującym w zakładzie (art. 209¹ § 3 Kodeksu pracy). Obok tej karty wywieś wykaz osób wyznaczonych: wymaga tego § 44 ust. 4 rozporządzenia.