

## Что делать в первую очередь



Вызовите спасателей по тел. 112



Подойдите к пострадавшему



Осмотрите его раны



Разговаривайте с ним

### при ДТП



Определите наличие пульса



Остановите кровотечение (если оно есть)



При отсутствии кровотечения не трогайте пострадавшего, ждите скорой

### ВАЖНО!

Использовать защитные (резиновые) перчатки при оказании помощи

### при ПОЖАРЕ



Остановите пострадавшего (сбейте с ног)



Погушите горящую одежду



Выведите пострадавшего за пределы зоны поражения

### ВАЖНО!

Не удалять с ран посторонние предметы и прилипшую одежду

### при УТОПЛЕНИИ



Вытащите пострадавшего из воды



Уложите его на своё колено, очистите рот, нос от посторонних предметов



При отсутствии пульса сделайте искусственное дыхание

### ВАЖНО!

Использовать салфетки (марлю) при искусственном дыхании

### Что сделать, чтобы самому успокоиться:

- Сосредоточьтесь – дышите глубоко и медленно
- Отвлечитесь – считайте окружающие предметы или до десяти
- Думайте о хорошем