

При первых подозрениях на инфаркт или инсульт вызывайте скорую помощь!



ГБУЗ НО «Нижегородский областной центр медицинской профилактики»

БЕРЕГИТЕ БЛИЗКИХ ОТ ИНФАРКТА И ИНСУЛЬТА

ШАГ 1. Вызовите скорую медицинскую помощь:

03 для стационарного телефона

103 для мобильного телефона

ДО ПРИЕЗДА СКОРОЙ ПОМОЩИ

ШАГ 2. Усадите, а лучше уложите человека, подложив под голову высокую подушку или подручные средства. Если человек без сознания, положите его на бок для предупреждения закупорки дыхательных путей

ШАГ 3. Обеспечить приток свежего воздуха (откройте форточку или окно)

ШАГ 4. Расслабьте стесняющую одежду (расстегните ворот рубашки, ремень, пояс)

ШАГ 5. Успокойте человека, скажите, что вы им занимаетесь и скорая помощь скоро прибудет

ШАГ 6. Позвоните родителям или другим взрослым, сообщите о сложившейся ситуации

ШАГ 7. Если вы знаете, где находится паспорт и полис больного, достаньте документы. Откройте дверь квартиры, проверьте работу домофона. Находитесь рядом с больным.



**Памятка для детей по оказанию
первой помощи**

г.Нижний Новгород

ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

Правило УЗП



**Попросите
улыбнуться**

Не может улыбнуться,
уголок рта опущен



**Попросите
заговорить**

Не может разборчиво
произнести свое имя



**Попросите
поднять руки
вверх**

Одна рука ослабла, не
может поднять обе руки

ПРИЗНАКИ ИНФАРКТА

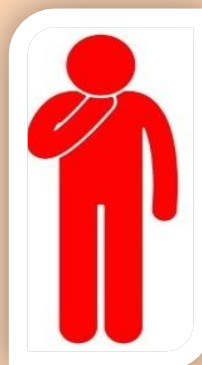
МИОКАРДА



Боли или неприятные
ощущения в одной
или обеих руках,
плечах, шее, спине



Тошнота или
боли в желудке



Ощущение
нехватки
воздуха



Боль в груд-
ной клетке
или ощущение,
что ее
сжимают



Головокружение
и холодный пот



Ощущение
безмерной
усталости