

# Copii salvează vieți



**16 OCTOMBRIE 2016**  
EUROPEAN RESTART A HEART DAY

creșterea conștientizării privind stopul cardiac

---

**WWW.RESTARTAHEART.EU #restartaheart**



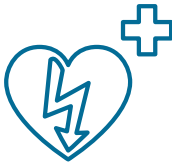
## 1. APELUL DE URGENȚĂ

- Asigură-te că nu sunt pericole
- Verifică dacă victima răspunde
- Înclină-i capul pe spate, ridică-i bărbia și verifică respirația.
- Dacă respirația este absentă sau anormală, este nevoie de resuscitare cardiopulmonară (RCP)
- Apelează 112 și urmează instrucțiunile.
- Dacă a venit cineva să te ajute, roagă-l să sune la 112 și să aducă un defibrilator extern automat (DEA)



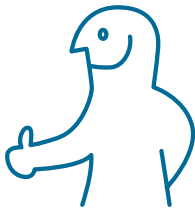
## 2. COMPRIMĂ TORACELE

- Plasează ambele mâini în centrul pieptului
- Comprimă toracele în ritmul melodiei “Stayin’ Alive”
- Dacă ai învățat cum se face respirația gură la gură, efectuează două respirații la fiecare 30 de compresii toracice; dacă nu, continuă compresiile fără întrerupere
- Apasă cu forță. Nu te teme, nu poți face nici un rău



## 3. ȘOC ELECTRIC

- Dacă ți se aduce un DEA, pornește-l imediat și urmează instrucțiunile.



## 4. ZÂMBEȘTE

- După ce sosește echipajul de urgență, continuă resuscitarea până când îți spun ei să te oprești
- Zâmbește! Mâinile tale pot reporni o inimă, pot salva o viață
- Să faci ceva este ÎNTOTDEAUNA mai bine decât să nu faci nimic
- Binelucrat!

[WWW.RESTARTAHEART.EU](http://WWW.RESTARTAHEART.EU)  
[#restartaheart](https://twitter.com/restartaheart)



EUROPEAN  
RESUSCITATION  
COUNCIL  
[www.erc.edu](http://www.erc.edu)