

COMBINEU LA VENTILACIÓ DE RESCAT AMB COMPRESSIONS TÒRACIQUES



- Si esteu entrenat per fer-ho, després de 30 compressions, obriu de nou la via aèria, inclinant el cap i aixecant la barbeta.
- Pinceu la part tova del nas per tancar-la, utilitzant el dit índex i el polze de la mà col·locada al front.
- Deixeu que la boca de la víctima s'obri, però manteniu el mentó elevat.
- Realitzeu una inspiració normal i col·loqueu els llavis al voltant de la boca de la víctima, assegurant-vos que quedi un segell hermètic.
- Insufleu aire durant aproximadament 1 segon de manera constant, mentre observeu que el pit s'aixeca com en una respiració normal. Aquesta és una ventilació de rescat eficaç.
- Mantenint la inclinació del cap i el mentó elevat, separeu la boca de la víctima de la vostra i observeu que el pit descendeix a mesura que surt l'aire.
- Feu una altra inspiració normal i insufleu aire de nou a la boca de la víctima per aconseguir un total de dues ventilacions de rescat.
- No interrompeu les compressions durant més de 10 segons per administrar les dues ventilacions, fins i tot si una o ambdues no són efectives.
- Col·loqueu immediatament les mans a la posició correcta sobre l'estèrnum i realitzeu 30 compressions toràciques més.
- Continueu amb les compressions toràciques i les ventilacions de rescat en una proporció de 30:2

QUAN ARRIBI EL DEA



Engegueu el DEA i col·loqueu els pegats

- Tan bon punt arribi el DEA, engegueu-lo i col·loqueu els pegats al pit nu de la víctima.
- Si hi ha més d'un ressuscitador, s'ha de continuar la RCP mentre es col·loquen els pegats al pit.

SEGUIR LES INSTRUCCIONS AUDIOVISUALS

- Seguiu les indicacions audiovisuals del DEA.
- Si es recomana una descàrrega, assegureu-vos que ni vosaltres ni ningú més toqueu la víctima.
- Premeu el botó de descàrrega tal com s'indica.
- Repreneu immediatament l'RCP tal com us indica el DEA.

SI NO ES RECOMANA CAP DESCÀRREGA



Continueu l'RCP

- Si no es recomana cap descàrrega, repreneu immediatament l'RCP i continueu tal com us indiqui el DEA.

SI NO HI HA CAP DEA DISPONIBLE

Continueu l'RCP



- Si no hi ha cap DEA disponible, o mentre espereu que n'arribi un, continueu l'RCP.
- No interrompeu la reanimació fins que:
 - Un professional sanitari us digui que ho deixeu
 - O La víctima es desperti, es mogui, obri els ulls i respiri normalment
 - O Us esgoteu.
- És estrany que l'RCP per si sola reiniciï el cor. A menys que estiguen segurs que la víctima s'ha recuperat, continueu l'RCP.
- Signes que la víctima s'ha recuperat.
 - Es desperta.
 - Es mou.
 - Obre els ulls.
 - Respira normalment.

SUPORT VITAL BÀSIC PAS A PAS

SEQÜÈNCIA / ACCIÓ	DESCRIPCIÓ TÈCNICA
SEGURETAT 	• Assegureu-vos que vosaltres, la víctima i els transeünts esteu fora de perill.
RESPOSTA Comproveu si la víctima respon 	• Sacsegeu suaument la víctima per les espatlles i pregunteu en veu alta: "Esteu bé?"
ALERTA ALS SERVEIS D'EMERGÈNCIA 	• Si la víctima no respon, demaneu a algú que truqui als serveis mèdics d'emergència o truqueu-los vostè mateix. • Quedeu-vos amb la víctima si és possible. • Activeu la funció d'altaveu o l'opció de mans lliures al telèfon per poder iniciar l'RCP mentre parleu amb l'operador.
VIA AÈRIA Obriu la via aèria 	• Si no hi ha resposta, col·loqueu la víctima boca amunt. • Amb una mà al front i la punta dels dits de l'altra mà sota el mentó, inclineu suaument el cap de la víctima cap enrere, aixecant la barbeta per obrir la via aèria.
RESPIRACIÓ Mirar, escoltar i sentir si respira 	• Mirar, escoltar i sentir si respira durant no més de 10 segons. • Una víctima que gairebé no respira, o que ho fa amb respiracions lentes, sorolloses i poc freqüents, no respira normalment.
DEMANAR UN DEA Envieu algú a buscar un DEA 	• Envieu algú a buscar i portar un DEA, si n'hi ha. • Si esteu sols, busqueu un DEA només si el podeu aconseguir i aplicar en un minut; en cas contrari, inicieu l'RCP immediatament.
CIRCULACIÓ Inicieu compressions toràciques 	• Agenol·leu-vos al costat de la víctima. Col·loqueu el taló d'una mà al centre del pit de la víctima (que és a la meitat inferior de l'estèrnum de la víctima). • Col·loqueu el taló de l'altra mà a sobre de la primera i entrellaceu els dits. • Mantingueu els braços rectes. • Col·loqueu-vos verticalment sobre el pit de la víctima i premeu l'estèrnum almenys 5 cm (però no més de 6 cm). • Després de cada compressió, allibereu tota la pressió sobre el pit sense perdre el contacte entre la mà i el pit. • Repetiu a una velocitat de 100-120/min.
RCP NOMÉS AMB COMPRESSIONS 	• Si no esteu entrenat o no podeu donar ventilacions de rescat, feu RCP només amb compressions toràciques (compressions contínues a una velocitat de 100-120/min).