СУҒА БАТУ КЕЗІНДЕГІ
АЛҒАШҚЫ КӨМЕК

ЕГЕР БІРЕУДІҢ СУҒА БАТЫП ЖАТҚАНЫН БАЙҚАСАҢЫЗ:

1. Оны **мүмкіндігінше тезірек судан шығарыңыз,** бірақ өзіңізді қауіпке тікпеңіз.

2. Құрғақ жерге алып шыққан соң, о**ны арқасынан жатқызып, басын артқа бұрып, тыныс алу жолдарын ашыңыз.**

3. Егер адам тыныс алмай жатса, құтқару немесе жан сақтау шараларын бастаңыз.

Жасанды тыныс алу: ересектер үшін 30 рет кеуде қуысын басып жасаудан тастаңыз, содан соң 2 рет терең дем алдырыңыз.

Бала немесе нәресте үшін 5 рет дем алдырудан бастаңыз, содан соң 30 рет қолмен басып, 2 рет қайтадан дем алдырыңыз. Тез, қатты басып, үздіксіз жасаңыз, құтқару қызметі келгенше жалғастырыңыз.

4. Егер зардап шеккен адам есін жинай бастаса, оны тез арада бетін төмен қаратып, құтқару жағдайына ауыстырыңыз. Оның тыныс алуын үнемі тексеріп тұрыңыз.

5. Құтқару қызметіне **қоңырау шалғаныңызға көз жеткізіңіз.**