

Światowy Dzień Pierwszej Pomocy

obchodzony jest co roku w drugą sobotę września.

Został zainaugurowany w 2000 roku z inicjatywy Międzynarodowego Ruchu Czerwonego Krzyża.

Pierwsza pomoc okazuje się niezbędna nie tylko w sytuacjach kryzysowych, ale również w zwykłym, codziennym życiu. Co roku tysiące ludzi umiera lub doznaje trwałego uszczerbku na zdrowiu na skutek tzw. nagłego zatrzymania krążenia, do którego często dochodzi w miejscach publicznych w obecności osób postronnych. Szybkie udzielenie pomocy (w ciągu 2-3 minut) w takim przypadku znacznie zwiększa szanse na przeżycie (40-60 %). Ale pierwsza pomoc to nie tylko ratowanie życia, ale również zdrowia, np. w przypadku złamań, urazów czy drobnych poparzeń.

W tak istotnym dniu warto przypomnieć sobie,
jak powinna zostać przeprowadzona pierwsza pomoc.

Podstawowe zabiegi resuscytacyjne (BLS – Basic Life Support) mają kluczowe znaczenie w ratowaniu życia osobom poszkodowanym z nagłym zatrzymaniem krążenia (NZK). Warto rozpoczynać BLS bez obaw przed brakiem doświadczenia, ponieważ udowodniono, że czynności te znacznie zmniejszają prawdopodobieństwo zgonu.

