|  |
| --- |
| **Κάρτα αλγόριθμου ΚΑΡΠΑ (Covid-19 free, μόνο με συμπιέσεις)** |
|  | **το έκανε ΟΚ** | **Δεν το έκανε** |
| **- ΔΕΝ Αναπνέει, δεν ανταποκρίνεται: ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ ΕΠΕΙΓΟΝ**Έγινε άμεσα κλήση για βοήθεια-ασθενοφόρο (112 ή 166); |  |  |
| Ζήτησε να φέρουν Αυτοματοποιημένο Εξωτερικό Απινιδωτή (ΑΕΑ) |  |  |
| Άρχισε αδιάκοπα θωρακικές συμπιέσεις, |  |  |
| * τοποθετώντας τη βάση της παλάμης του ενός χεριού στο κέντρο του θώρακα, με το άλλο χέρι από πάνω και τα δάχτυλα πλεγμένα;
* έχει γείρει πάνω από το θύμα με τεντωμένους αγκώνες και συμπιέζει

προς τα κάτω το στήθος; |  |  |
| Έκανε θωρακικές συμπιέσεις με* Σταθερό Ρυθμό περίπου 2/δευτερόλεπτο (100-120/λεπτό); Ίσος χρόνος συμπίεσης - χαλάρωσης, χωρίς τα χέρια να χάνουν την επαφή τους με τον θώρακα;
* Βάθος 5-6 cm;
 |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Ενδεικτικά Σενάρια- Διλήμματα για πρόκληση συζήτησης** |  |
| Είναι Κυριακή, παίζω στην πλατεία-πάρκο της γειτονιάς μου και εντοπίζω έναν περαστικό που καταρρέει, χάνει τις αισθήσεις του τι κάνω; | * Προσπαθώ να βοηθήσω.
* Αποφεύγω να εμπλακώ, δεν ξέρω, θα βοηθήσουν οι άλλοι που ξέρουν.
 |
| Απόγευμα, παίζω μπάσκετ στην αυλή του σχολείου της γειτονιάς μου και ένας φίλος/φίλη μου χάνει τις αισθήσεις, του/ης τι κάνω; | * Προσπαθώ να βοηθήσω.
* Αποφεύγω να εμπλακώ, δεν ξέρω, θα βοηθήσουν οι άλλοι που ξέρουν.
 |
| Είμαι ο μοναδικός παρευρισκόμενος σε ένα πάρκινγκ πολυκαταστήματος και εκείνη τη στιγμή μια γυναίκα χάνει τις αισθήσεις της μπροστά μου, τι κάνω; | * Προσπαθώ να βοηθήσω.
* Τρέχω για βοήθεια, εγώ δεν ξέρω, θα βρω κάποιον άλλο να βοηθήσει.
 |