HR | JEDNOSTAVNI SAVJETI ZA PRVU POMOĆ

DATUMI ISTEKA ROKA

MOLIMO PROVJERITE DATUM ISTEKA ROKA NA INDIVIDUALNIM KOMPONENTAMA U VAŠEM PAKETU PRVE POMOĆI PRIJE UPOTREBE I ZAMJENITE SVAKI PROIZVOD KOJEMU JE ISTEKAO ROK.
NEMOJITE KORISTITI KOMPONENTE KOJIMA JE ISTEKAO ROK.
Ovaj letak sadrži savjete o osnovnoj prvoj pomoći neobučenim ljudima za upotrebu u hitnim slučajevima. Nije zamjena za učinkovitu obuku. Prva pomoć je vještina koja zahtijeva obuku i praksu.

NEMOJITE POKUŠAVATI DATI VIŠE OD OSNOVNE PRVE POMOĆI UKOLIKO NISTE OBUČENI ZA TO.
Pritiskom pružanja prve pomoći važno je da procijenite situaciju i da:
Pazite da ne budete neopreznu za vrijeme pružanja prve pomoći (ako je potrebno uporabite zaštitnu odjeću i opremu);
Ako je potrebno, pozaljite pomoć za pomoć. NEMOJTE ODGAĐATI;
Slijedite dolje navedene upute.
ŽIVOTNI U HITNIM SLUČAJEVIMA
Provjerite je li ozljeđen pri svijesti. Ako je žrtva bez svijesti ili polu-svjesna: Provjerite postoji li kakva zapreka na podnožju usta;
Otvorite disni put naginjanjem glave natrag i podizanjem brade pomoću vrhova dva prsta. Ako je žrtva prestala disati i vi ste kompetentni za umjetno disanje, učinite to. U suprotnom, potražite pomoć bez odgađanja.
NESVIJEST
Na vešini radnih mjesta stručna pomoć je trebala biti dostupna prilično brzo, ali ako imate slučaj nesvijesti, bitno je da se njegov dišni put oslobodi. Ako ne možete držati dišni put otvorenim kao što je gore opisano, možda će osmot okretati žrtvu u položaj za oporavak. Prioritet je otvoriti dišni put.
RANE I KRVARENJE
Otvorene rane treba pokriti - nakon pranja ruku - ako je moguće. Postavite zavoj iz kutije prve pomoći izmad rane i čvrsto pritisnite na vrh rukama ili prstima. Zavoj treba čvrsto vezati na mjestu. Ako se krvarenje nastavi, još jedan zavoj treba omotati preko. Nemojte uklanjati prvi, zatražite odgovarajuću pomoć.
MANJE OZLJEĐE
Manja ozljeda je vrsta ozljede koju bi ozljeđenca osoba trebala liječiti kod kuće, mogu se tretirati iz sadržaja kutije za prvu pomoć. Žrtva treba oprati svoje ruke i naniješti zavoj za zaštitu rane i spriječiti infekciju. Na nižem nijemu postoje otvorene metalne i / ili obojene ili vodonepropusne obloge mogu se isporučiti u skladu s okolnostima. Rane moraju biti čiste i suhe.
SUMNJIVO SLOMLJENE KOSTI
Ako se sumnja na slomljenu kost, potražite stručnu pomoć. Nemojte premještati žrtve osim ako nisu u položaju koji ih izlaže neposrednoj opasnosti.
OPEKLINE
Opekline mogu biti ozbiljne - ako ste u nedoumici, potražite liječničku pomoć. Ohladite opečeni dio tijela hladnom vodom dok se bol ne smanji. Temeljito hladenje može potrajati 10 minuta ili više, ali to ne bi trebalo odgoditi prijevoz ozljeđenih u bolnicu.
Određene kemikalije mogu iritirati ili oštetiti kožu - neke ozbiljno. Tretirajte na isti način kao i za ostale opekline. Važno je da nastavite ispirati vodom, čak i na putu do bolnice, ako je potrebno. Ukloniti kontaminirano odjeću koja nije zaliježljena za kožu. Pazite da izbjegnete trovanje kemikalijom.
OZLJEĐE OKA
Ozljeđe oka mogu biti ozbiljne - ako ste u nedoumici, potražite liječničku pomoć. Ohladite opečeni dio tijela hladnom vodom dok se bol ne smanji. Temeljito hladenje može potrajati 10 minuta ili više, ali to ne bi trebalo odgoditi prijevoz ozljeđenih u bolnicu.
Disa kimikalje mogu uzrokovati iritcijne ose demtojne lekcium - disa serioziznt. Trajtojeni ne te njejtem mnyenx si per djegje te tjera. Gjetre e rendesishme qe vaditja e vazhdoje, madje edhe ne mugen dreji njatait nese eshte e nevojshme. Hiqni cdo veshje te ndotur qe nuk eshte mbertheyr ne lekure. Sigurohuni qe te shmangni ndotjen me kimiken.
LENDINAT E SYRIT
Te gjitha dentimet ne sy jane potencialisht serioze. Viktima mund te perjetoje dhimbje te forta ne syrin e prekur, me spazma te kapakeve te syre. Pasa se te perjetojnë te trajtoni, lani duart. Nese ka dëshira ne sy, sqoroni capuli individual. Hasteni de a incenua si tatuj, spalajini syt me një enë e mbushur me ujë te hequr materiale te lirshme. Mos u perpiqni te hiqni cdo gje qe eshte ngulitur. Nese perfshihen kimikate, skuqeni syrin e hapur me uje qe leng shtesë per te paktien 10-15 minuta. Aplikoni syrin e syre dhe dergoni viktimen ne spital.
REZEQE TE VECANTA
Aksidentet elektrike dhe te gazta mund te ndodhin ne vendin e punes. Ju duhet te vleresoni rrezikun per secilen prej te mes perqejsi te ndihmoni derisa te jeni te sigurte se eshte e sigurt per ta bere kete. Nese vlihtna ka aodatjai aksidentimi gjaki dated sunxi sigur i dal e este sigur sa faceti jacuri locu. Dacă accidentul a încetat să respire și sunteți competent să vă asigurați o ventilație artificială și o resuscitare cardiacă, procedați astfel. În caz contrar, trimiteți fără întârziere asistență.
BOALĂ
Multe boli de zi cu zi pot apărea la locul de muncă. Acordarea de medicamente nu este domeniul primului ajutor la locul de muncă. Aplicarea la bunul simț și reasigurarea victimei este cel mai valoros ajutor pe care îl puteți oferi. Dacă aveți îndoieli cu privire la gravitatea afecțiunii, trebuie să căutați un expert. Dacă accidentul are proprii sale com-primate de ambulanțe și dureri, acestea pot lua aceste măsuri după cum este necesar. Dumneie ce se trebui să ofere medicamente proprii sau care aparțin altora.
✱ÎNREGISTRAREA ÎNREGISTRĂRII
Este o practică bună ca orice rămi sau cazuri de boală care au fost tratate să fie înregistrate într-o carte. Includeți următoarele informații în intrarea dvs.:
• Data, ora și locul accidentului sau tratamentului
• Numele și locul de muncă al persoanei rănite sau bolnave
• Detaliile privind vătămarea / boala și tratamentul dat
• Ce s-a întâmplat cu persoana imediat după aceea (de exemplu, sa dus acasă, sa întors la serviciu, a plecat la spital)
• Numele și semnătura persoanei care asigură tratamentul.
Acest tip de informații pot ajuta la identificarea tendințelor accidentelor și a posibilelor zone de îmbunătățire a controlului riscurilor de sănătate și siguranță.
Acest prospect conține note despre practici care nu sunt obligatorii, dar pe care le considerați utile în cazul în care priți pe cineva care e trebuie să facă.

Ovaj letak sadrži bilješke o praksi koje nisu obvezne, ali koje vam mogu pomoći u razmatranju onoga što trebate učiniti.

DK | ENKLE RÅD

UDLØBSDATO

KONTROLLER UDLØBSSDATOERNE PÅ INDIVIDUELLE KOMPONENTER I DIT FØRSTEHJ ELPSKIT REGMÆSSIGT OG ERSTAT ALT DER ER UDLØBET. .
BRUG IKKE SALVER DER ER UDLØBET
Denne indlægsseddel indeholder råd om grundlæggende førstehjælp til uuddannede personer til brug i nødsituationer. Det er ikke en erstatning for effektiv træning. Førstehjælp er en færdighed, der kræver træning og øvelse.

DU SKAL IKKE UDFØRE MERE END BASIS FØRSTE HJÆLP, Hvis du ikke har været uddannet.
Ved førstehjælp er det afgørende, at du vurderer situationen, og at du:
Pas på, at du ikke selv får skader under udførelse af førstehjælp (brug beskyttelses tøj og udstyr om nødvendigt);
Send bud efter hjælp, hvis det er nødvendigt. TØV IKKE;
Følg nedenstående råd.
HVAD SKAL DU GØRE I EN NØDSITUATION
Kontroller, om personen er ved bevidsthed. Hvis person er bevidstløs eller omtumlet. Tjek munden for enhver hindring;
Åbn luftvejen ved at vippe hovedet tilbage og løfte hagen ved hjælp af to fingerspidser. Hvis personen er ophørt med at trække vejret, og du er kompetent til at give kunstig ventilation, skal du gøre det. Ellers send bud efter hjælp omgående.
BEVIDSTLØSHED
På de fleste arbejdspladser skal eksperthjælp være tilgængelig ret hurtigt, men hvis du har en bevidstløs person er det afgørende, at hans eller hendes luftvej holdes åben. Hvis du ikke kan holde luftvejen åben som beskrevet ovenfor, kan den blive nødt til at vende personen i et luftlåst sideleje. Prioriteren er en åben luftvej.
SÅR OG BLØDNING
Åbn sår bør dækkes - efter vask af dine hænder - hvis det er muligt. Påfør en dressing fra førstehjælpskassen over såret og pres med dine hænder eller finger. Kompresskal fastgøres fast på plads. Hvis bledningen fortsætter, skal en anden dressing påføres øverst. Fjern ikke den originale dressing, sæg passende hjælp.
SMÅ SKADER
Mindre skader af den slags, som den tilskadekomne ville behandle selv hjemme, kan behandles uf fra indholdet af førstehjælpskassen. Vask personens hænder og påfør e dressing for at beskytte såret og forhindre infektion. På arbejdspladsen kan specielle metalliske og / eller farvede eller vandtætte forbindinger leveres efter omstændighed-erne. Sår bør holdes rene og tørre.
MISTANKE OM BRUD
Hvis der er mistanke om et brud, få eksperthjælp. Flyt ikke personen, medmindre de er i en situation, der udsætter dem for øjeblikkelig fare.
BRANDSKADER
Brandskader kan være alvorlige. Ved tvivl se hjælp
Afkøl den del af kroppen der er forbrændt med koldt vand, indtil smerten er lettet.
Grundig afkøling kan tage 10 minutter eller mere, men dette bør ikke forsinke at bringe personen til hospitalet.
Visse kemikalier kan irritere eller beskadige huden - nogle alvorligt. Behandl på samme måde som for andre forbrændinger. Det er vigtigt, at vandingen fortsætter, selv på vej til hospitalet, hvis det er nødvendigt. Fjern eventuelt forurenet tøj, der ikke sidder fast i huden. Sørg for at undgå at forurene dig selv med kemikalier.
ØJENSKADER
Alle øjenskader er potentielt alvorlige. Personen kan opleve kraftig smerte i det berørte øje, med øjenlågs spasme. Vask dine hænder, inden du forsøger at behandle. Hvis der er noget i øjet, skyl vandet med rent, kalligt vand eller sterilt væske fra en forseglet beholder for at fjerne materialet i øjet. Forsøg ikke at fjerne det, der er indsigret. Hvis kemikalier er involveret, skyl det åbne øje med vand eller steril væske i mindst 10-15 minutter. Påfør øjenklap og send personen til hospitalet.
SKRÆLIGE FARER
Elektrisitet og gasser kan forekomme på arbejdspladsen. Du skal vurdere faren for dig selv og ikke forsøge hjælp, før du er sikker på, at det er sikkert at gøre det. Hvis personen er ophørt med at trække vejret, og du er kompetent til at give kunstigt åndedræt og hjertestimulering, skal du gøre det. Ellers send bud om hjælp. Tav ikke.
SYGDOM
Mange dagliglige lidelser kan opstå på arbejdet. At give medicin er ikke omfanget af første-hjælp på arbejdspladsen. Sund fornuft og beroligelse til personen er den mest værdifulde hjælp, du kan give. Hvis du er i tvivl om lidelsens alvor, skal du søge sagkyndig hjælp. Hvis personen har sine egne smertestillende tabletter, kan disse tages. Man bør ikke tilbyde egen medicin eller andet der tilhører andre.
✱JOURNALFØRING
Det er god praksis, at eventuelle skader eller sygdomssager, der er blevet behandlet, registreres i en bog. Medtag følgende oplysninger i din post:
• Dato, tidspunkt og sted for ulykke eller behandling
• Navn og arbejde for skadet eller syg person
• Detaljer om skade / sygdom og behandling givet
• Hvad skete der umiddelbart med personen (for eksempel gik hjem, gik tilbage til arbejde, gik på hospital)
• Navn og underskrift af den person, der giver behandling.
Denne form for information kan hjælpe med at identificere ulykkesudviklingen og mulige forbedringsområder i kontrollen af sundheds- og sikkerhedsrisici.
Denne folder indeholder noter om praksis, som ikke er obligatoriske, men som du kan finde nyttige ved at overveje, hvad du skal gøre.

LT | PAPRASTAS PIRMOSIOS PAGALBOS PATARIMAS

GALIOJIMO DATOS

PIRMOSIOS PAGALBOS VAISTINĖLĖJE PATIKRINKITE VISŲ KOMPONENTŲ GALIOJIMO TERMINUS IR JEI REIKIA PAKEISKITE JUOS NAUJAIS.
NENAUDOKITE PASENUSIŲ TVARSČIŲ.
Šiame lapelyje yra pagrindinial pirmosios pagalbos suteikimo patarimai neapmokytiems asmenims. Tai nėra efektyvaus apmokymo pakaitalas. Norint suteikti pirmąją pagalbą, reikia žinių ir praktikos.

JEI NESATE APMOKYTAS, SUTEIKITE TIK BAZINĘ PIRMĄJĄ PAGALBĄ.
Teikiant pirmąją pagalbą labai svarbu įvertinti situaciją ir:
pasirūpinti, kad teikdami pirmąją pagalbą patys netaptumėte auka (dėvėkite apsauginę aprangą ir įrangą jei reikia)
Jei būtina nedelsiant kviekiite PAGALBĄ
Sekite žemiau nurodytais patarimais.
KĄ DARYTI ĮVYKUS ĮVYKIUI
Patikrinkite ar nukentėjusysis turi sąmonę. Jei be sąmonės ar pusiau su sąmone:
Patikrinkite ar burnoje nėra kliūtis;
Atlaisvinkite kvėpavimo takus atlošdami galvą ir dviem pirštais pakelkite smakrą. Jei nukentėjusysis nustojo kvėpuoti, jei mokate atlikite dirbtinį kvėpavimą. Jei nemokate, kviekiite pagalbą.
ESANT BE SĄMONĖS
Daugelyje darbo vietų profesionalią pagalbą galima gauti greitai, bet jei nukentėjusysi yra be sąmonės labai svarbu išlaikyti šiarius kvėpavimo takus, kol atvyks profesionalai. Jeigu negalite atlikti sidėlėje. Prioriteten er en åben luftvej.
SÅR OG BLØDNING
Åbne sår skal dækkes til – hvis det er mulig skal du vasken hendene først. Påfør en bandasje fra førstehjælpskassen over det tryk kraftig ned med fingrene eller hendene. Bandasjen skal bandasjeres godt rundt såret. Hvis bledningen fortsetter skal en anen bandage påføres på toppen av den første bandasjen. Ikke ta av den første bandasjen, og oppsøk hjelp.
MINDRE PERSONSKADER
Mindre personskader som den skadeliidende vanligvis behandler selv hjemme, kan behandles med innholdet i førstehjelpssikret. Den skadeliidende skal vaske hendene og påføre en bandage for å beskytte såret og forhindre infeksjon. På arbeidsplassen kan spesielle metalliske og/eller fargede eller vannfattende dressinger leveres i henhold til omstendighetene. Sår bør holdes rene og tørre.
VED MISTANKE OM BEINBRUDD
Ved mistanke om beinbrudd skal man oppsøke lege. Ikke beveg den skadeliidende med mindre de er i en posisjon som utsetter dem for umiddelbar fare.
BRANNSKADER
Brannskader kan være alvorlige – ved tvil oppsøk lege.
Kjøl ned kroppsdelen med brannskaden med kaldt vann til smertene lindres. Grundig nedkjøling kan ta 10 minutter eller mer, men dette bør ikke føre til forsinkelser i å bringe den skadeliidende til sykehuset.
Bestemte kjemikalier kan irritere eller skade huden, noen ganger i alvorlig grad. Behandl dem på samme måten som andre brannskader. Det er viktig at skylden fortsetter selv på vei til sykehuset hvis dette er nødvendig.
ØYESKADER
Alle øyeskader bør potensialet til å være alvorlige. Den skadeliidende kan opplevre mye smerter i det skadede øyet, med øyelukkethetens øyeblikket. Vask hendene før du forsøker å behandle øyeskaden. Hvis det er et fremmedlegeme i øyet, skyll øyet med rent kaldt vann eller annen steril væske fra en forseglet beholder for å fjerne las materiale. Ikke prøv å fjerne fremmedlegemet som er indsigret. Hvis kemikalier involveret, skylles det åpne øyet med vann eller steril væske i minst 10–15 minutter. Påfør en øyenklapp og send personen til hospitalet.
SÆRLIGE FARER
Elektrisitet og gasser kan forekomme på arbejdspladsen. Du skal vurdere faren for dig selv og ikke forsøge hjælp, før du er sikker på, at det er sikkert at gøre det. Hvis personen er ophørt med at trække vejret, og du er kompetent til at give kunstigt åndedræt og hjertestimulering, skal du gøre det. Ellers send bud om hjælp. Tav ikke.
SYGDOM
Mange dagliglige lidelser kan opstå på arbejdet. At give medicin er ikke omfanget af første-hjælp på arbejdspladsen. Sund fornuft og beroligelse til personen er den mest værdifulde hjælp, du kan give. Hvis du er i tvivl om hvor alvorlig tilstanden er, bør du søge sagkyndig hjælp. Hvis personen har sine egne smertestillende tabletter, kan disse tages. Man bør ikke tilbyde egen medicin eller andet der tilhører andre.
✱JOURNALFØRING
Det er god praksis, at eventuelle skader eller sygdomssager, der er blevet behandlet, registreres i en bog. Medtag følgende oplysninger i din post:
• Dato, tidspunkt og sted for ulykke eller behandling
• Navn og arbejde for skadet eller syg person
• Detaljer om skade / sygdom og behandling givet
• Hvad skete der umiddelbart med personen (for eksempel gik hjem, gik tilbage til arbejde, gik på hospital)
• Navn og underskrift af den person, der giver behandling.
Denne form for information kan hjælpe med at identificere ulykkesudviklingen og mulige forbedringsområder i kontrollen af sundheds- og sikkerhedsrisici.
Denne folder indeholder noter om praksis, som ikke er obligatoriske, men som du kan finde nyttige ved at overveje, hvad du skal gøre.

EE | LIHTNE ESMAABI JUHIS

AEGUMINE

PALUN KONTROLLIDA IGA KOMPONENDIAEGUMIS KUUPÄEVA REGULLAARSELT JA ASENDADA KÕIK, MIS ON ÜLETANUD TÄHTAJA.
MITTE KASUTADA TÄHTAEGA ÜLETANUD TOODET
Infoleht sisaldab nõuandeid esmaabi kohta, mida kasutada häädaolukorras, väljaõppimata isikutele. See ei asenda tõhusat koolitust. Esmaabi on oskus, mis nõuab koolitust ja praktikat.

TE EI TOHIKS ÜRITADA ROHKEM KUI BAAS ESMAABI, KUI TE POLE VÄLJA ÕPPINUD.
Esmaabi andmisel on oluline hinnata olukorda:
Hoolitsega enda ohutuse eest (kasutage vajadusel kaitserietust ja -vahendeid)
Saata vajadusel abi järele. ÄRGE VIIVITAGE;
Järgige nõuandeid allpool:
MIDA TEHA HÄDA OLUKORRAS
Kontrollige, kas kannatanu on teadvusel. Kui kannatanu on teadvusetu või pooleldi teadvusel: Kontrollige suud, mis tahes takistuste eest;
Avage hingamisteed, kallutades pea kuklasse ja tõstes lõuga kahe sõrme abil. Kui kannatanu hõgetab hingamise ja teil on hingamisaparaat, kui ei saatke viivitamatult abi järele.
TEADVUSETUS.
Enamus töökohtades peaks olema esmaabi kätte saadav üsna kiiresti, kuid kui teil on teadvuseta kannatanu, on oluline, et tema hingamisteed hoitakse vahana. Kui te ei saa hoida hingamisteed avatuna nagu eespool kirjeldatud, peate võib olla muutma kannatanu asendi. Prioriteet on avatud hingamisteed.
HAAVAD JA VERejOOKS.
Võimaluse korral peaks - avatud haavad katma. Kasutake sidet esmaabi karbist ja asetage käsi või sõrmed selle peale. Padi peaks olema kindlalt paigas. Kui verejooks jätkub, tuleb panna lisa haavale. Ärge eemaldage esialgset katet, otsige sobivat/lisa abi.
VÄIKSEMAD VIGASTUSED
Väikesemaid kodusesid vigastusi, saab kavida esmaabikarbi sisuga. Õnnetuse korral pesta käed ja kaitsta haava infektsioonei eest. Töökohas võib vastavalt vajadusele tarnida spet-sialaalsed metall- ja/ värvilisi veekindlaid lisandeid. Haava tuleb hoida puhta ja kuivana.
ARVATAV LUUMURD
Kui kahtlustatakse murtud luud, kutsuge ekspert. Ärge liigutage ohvrit, kui ta ei ole sellises olukorras, mis teda ohustab.
PÕLETUS
Põletus võib olla tõsine- kahtluse korral pöörduda arsti poole
Jahutage külma veega põletatud kehaosa, kuni valu leevendub. Põhjalik jahutamine võib kesta 10 min. Kui vajalik, kuid see ei tohiks viivitada kannatanu haiglasse viimist. Teatavad kemikaalid võivad nahka ärritada või kahjustada - mõned väga tõsiselt. Ravige samamoodi nagu teise põletuste korral. On oluline, et niisutamine jätkub, vajadusel isegi viia haiglasse. Eemaldada saastunud riided, mis ei ole nahaga kinni. Veenduge, et väldiksite kemikaalidega saastumist.
SILMA VIGASTUS
Kõik silmakahjustused võivad olla tõsised. Õnnetus võib tekkida tugevat valu silmas, silmalaugude spasme. Enne raviprotseduuri pesta käed. Silma korral pühkige silma puhta, külma vee või steriilse vedelikuga kinnisest anumast, eemaldada lahtised osad ärge üritada eemaldada midagi, mis on manustatud. Kui kemikaalidega seotud, loputage avatud silma vee või steriilse vedelikuga vähemalt 10-15min. Pange silmadele padi ja toimetage haiglasse.
ERILISED OHUD
Töökohal võivad tekkida elektri- ja gaasitõrked. Peate hindama ohtu iseendale ja mitte proovima abistada, kuni olete kindel, et see on ohutu. Kui õnnetus on hingamistegevuse peatanud ja teil on hingamis- ja sünnameaparaat, muul juhul kutsuge abi viivitamatult.
HAIGESTUMINE
Paljud igapäevased tervisehäired võivad tekkida töös. Ravimite andmine ei ole esmane abivahend töökohal. Kõige väärtuslikum abi, mida saate anda on kannatanu õnnetus-juhtumi mõistmine ja kindlustamine. Kui kahtlustate tõsist haigusseisundit tuleb otsida ekspert arvamust. Kui kannatanul on oma valuvaigistit, võtta neid vajadusel. Ei tohiks pakkuda enda ega teiste kuuluvaid ravimeid.
✱ARVESTUSE PIDAMINE
Hea tava kohaselt salvestatakse kõik ravitavad vigastused või haigusjuhtumid raamatusse. Lisage sissekandele järgmine teave:
•Õnnetuse kuupäev ja koht ning kellaaeg
•Vigastatud või haigestunud isiku nimi
•Andmed vigastus/haiguse ja ravi kohta
•Mis juhtus isikuga kohe pärast seda (nt läks koju, läks tööle tagasi või haiglasse)
•Abi osutaja nimi ja allkiri
Selline teave võib aidata tuvastada õnnetuse sündmusi ja tervise- ja ohutusriske ohjamise võimalikke valdkondi.
See infoleht sisaldab praktilisi märkusi, mis ei ole kohustuslikud, kuid leiate abi, selle kohta mida peate tegema.

IT | SEMPLICI CONSIGLI PRIMO SOCCORSO

DATE DI SCADENZA
SI PREGA DI CONTROLLARE LE DATE DI SCADENZA SUI SINGOLI ARTICOLI CHE COMPONGONO IL KIT DI PRIMO SOCCORSO REGOLARMENTE E SOSTITUIRE GLI ARTICOLI SCADUTI.
NON UTILIZZARE GLI ARTICOLI SCADUTI.
Questo opuscolo contiene consigli sul primo soccorso di base per persone inesperte da utilizzare in caso di emergenza. Non sostituisce una formazione effettiva. Il primo soccorso è una tecnica che richiede formazione e pratica.

NON DEVI CERCARE DI DARE PIÙ DI UN PRIMO AIUTO DI BASE SE NON SEI STATO FORMATO.
Quando presti il primo soccorso è fondamentale che tu valuti la situazione e che tu:
Prestare attenzione a non diventare vittime mentre si effettua il primo soccorso (utilizzare indumenti e attrezzature protettivi one necessario);
Invia una richiesta di aiuto se necessario. NON RITARDARE;
Segui i consigli forniti di seguito.

COSA FARE DURANTE UN'EMERGENZA
Controlla se il ferito è cosciente. Se la vittima è incosciente o semi-cosciente: Controlla la bocca se ci sono eventuali ostacoli; Apri le vie aeree inclinando la testa all'indietro e sollevando il mento con la punta di due dita. Se la vittima ha smesso di respirare e sei capace di fare la ventilazione artificiale, falla. Altrimenti, invia una richiesta d'aiuto immediatamente.
TEADVUESTUS.
Enamus töökohtades peaks olema esmaabi kätte saadav üsna kiiresti, kuid kui teil on teadvuseta kannatanu, on oluline, et tema hingamisteed hoitakse vahana. Kui te ei saa hoida hingamisteed avatuna nagu eespool kirjeldatud, peate võib olla muutma kannatanu asendi. Prioriteet on avatud hingamisteed.
HAAVAD JA VERejOOKS.
Võimaluse korral peaks - avatud haavad katma. Kasutake sidet esmaabi karbist ja asetage käsi või sõrmed selle peale. Padi peaks olema kindlalt paigas. Kui verejooks jätkub, tuleb panna lisa haavale. Ärge eemaldage esialgset katet, otsige sobivat/lisa abi.
VÄIKESEMAD VIGASTUSED
Väikesemaid kodusesid vigastusi, saab kavida esmaabikarbi sisuga. Õnnetuse korral pesta käed ja kaitsta haava infektsioonei eest. Töökohas võib vastavalt vajadusele tarnida spet-sialaalsed metall- ja/ värvilisi veekindlaid lisandeid. Haava tuleb hoida puhta ja kuivana.
ARVATAV LUUMURD
Kui kahtlustatakse murtud luud, kutsuge ekspert. Ärge liigutage ohvrit, kui ta ei ole sellises olukorras, mis teda ohustab.
PÕLETUS
Põletus võib olla tõsine- kahtluse korral pöörduda arsti poole
Jahutage külma veega põletatud kehaosa, kuni valu leevendub. Põhjalik jahutamine võib kesta 10 min. Kui vajalik, kuid see ei tohiks viivitada kannatanu haiglasse viimist. Teatavad kemikaalid võivad nahka ärritada või kahjustada - mõned väga tõsiselt. Ravige samamoodi nagu teise põletuste korral. On oluline, et niisutamine jätkub, vajadusel isegi viia haiglasse. Eemaldada saastunud riided, mis ei ole nahaga kinni. Veenduge, et väldiksite kemikaalidega saastumist.
NARANHARANIA OR VIMTE
Ocular injuries are potentially serious. The victim may experience intense pain in the affected eye, with spasm of the eye lids. Before attempting to treat, wash your hands. If there something in the eye, rinse the eye with clean, non-toxic or sterile fluid from a sealed container to remove loose material. Do not attempt to remove anything that is embedded. If chemicals are involved, flush the open eye with water or sterile fluid for at least 10-15 minutes. Apply eye pad and send the casualty to hospital.
SPECIAL HAZARDS
Electrical and gassing accidents can occur in the work place. You must assess the danger to yourself and not attempt assistance until you are sure it is safe to do so. If the casualty has stopped breathing and you are competent to give artificial ventilation and cardiac resuscitation, do so. Otherwise send for help without delay.
ILLNESS
Many everyday ailments can arise at work. Giving medicines is not the scope of first aid at work. Application to common sense and reassurance to the casualty is the most valuable help that you can give. If in any doubt about the seriousness of the condition, expert help should be sought. If the casualty has his or her own pain relief tablets they may take these as appropriate. People should not offer medication of their own or belonging to others.
✱RECORD KEEPING
It is good practice that any injuries or cases of illness which have been treated are recorded in a book. Include the following information in your entry:
• Date, time and place of accident or treatment
• Name and job of injured or ill person
• Details of the injury/illness and treatment given
• What happened to the person immediately afterwards (e.g. went home, went back to work, went to hospital)
• Name and signature of the person providing treatment.
This sort of information can help identify accident trends and possible areas of improvement in the control of health and safety risks.
This leaflet contains notes on practice which are not compulsory but which you find helpful in considering what you need to do.

EN | SIMPLE FIRST AID ADVICE

EXPIRY DATES
PLEASE CHECK THE EXPIRY DATES ON INDIVIDUAL COMPONENTS WITHIN YOUR FIRST AID KIT REGULARLY AND REPLACE ANYTHING GOING OUT OF DATE.
DO NOT USE DATE EXPIRED DRESSINGS.
This leaflet contains advice on basic first aid for untrained people to use in an emergency. It is not a substitute for effective training. First aid is a skill requiring training and practice.

YOU SHOULD NOT ATTEMPT TO GIVE MORE THAN BASIC FIRST AID IF YOU HAVE NOT BEEN TRAINED.
When giving first aid it is vital that you assess the situation and that you:
Take care not to become a casualty yourself while administrating first aid (use protective clothing and equipment where necessary);
Send for help where necessary. DON'T DELAY;
Follow the advice given below.

WHAT TO DO IN AN EMERGENCY
Check whether the casualty is conscious.
If the casualty is unconscious or semi-conscious: Check the mouth for any obstruction; Open the airway by tilting the head back and lifting the chin using the tips of two fingers. If the casualty has stopped breathing and you are competent to give artificial ventilation, do so. Otherwise send for help without delay.
UNCONSCIOUSNESS
In most work-places expert help should be available fairly quickly, but if you have an unconscious casualty it is vital that his or her airway is kept clear. If you cannot keep the airway open as described above, you may need to turn the casualty into the recovery position. The priority is an open airway.
WOUNDS AND BLEEDING
Open wounds should be covered - after washing your hands - if possible. Apply a dressing from the first-aid box over the wound and press firmly on top of it with your hands or fingers. The pad should be tied firmly in place. If bleeding continues another dressing should be applied on top. Do not remove the original dressing, seek appropriate help.
MINOR INJURIES
Minor injuries of the sort of which the injured person would treat themselves at home, can be treated from the contents of the first aid box. The casualty should wash his or her hands and apply a dressing to protect the wound and prevent infection. In the work-place special metallic and/or coloured or waterproof dressings may be supplied according to the circumstances. Wounds should be kept clean and dry.
SUSPECTED BROKEN BONES
If a broken bone is suspected obtain expert help. Do not move casualties unless they are in a position which exposes them to immediate danger.
BURNS
Burns can be serious - if in doubt seek medical help.
Cool the part of the body affected with cold water until the pain is relieved. Thorough cooling may take 10 minutes or more, but this should not delay taking the casualty to hospital.
Certain chemicals may irritate or damage the skin - some seriously. Treat in the same way as for other burns. It is important that irrigation continues, even on the way to the hospital if necessary. Remove any contaminated clothing which is not stuck to the skin. Make sure that you avoid contaminating yourself with the chemical.
EYE INJURIES
All eye injuries are potentially serious. The casualty may be experiencing intense pain in the affected eye, with spasm of the eye lids. Before attempting to treat, wash your hands. If there something in the eye, rinse the eye with clean, non-toxic or sterile fluid from a sealed container to remove loose material. Do not attempt to remove anything that is embedded. If chemicals are involved, flush the open eye with water or sterile fluid for at least 10-15 minutes. Apply eye pad and send the casualty to hospital.
SPECIAL HAZARDS
Electrical and gassing accidents can occur in the work place. You must assess the danger to yourself and not attempt assistance until you are sure it is safe to do so. If the casualty has stopped breathing and you are competent to give artificial ventilation and cardiac resuscitation, do so. Otherwise send for help without delay.
ILLNESS
Many everyday ailments can arise at work. Giving medicines is not the scope of first aid at work. Application to common sense and reassurance to the casualty is the most valuable help that you can give. If in any doubt about the seriousness of the condition, expert help should be sought. If the casualty has his or her own pain relief tablets they may take these as appropriate. People should not offer medication of their own or belonging to others.
✱RECORD KEEPING
It is good practice that any injuries or cases of illness which have been treated are recorded in a book. Include the following information in your entry:
• Date, time and place of accident or treatment
• Name and job of injured or ill person
• Details of the injury/illness and treatment given
• What happened to the person immediately afterwards (e.g. went home, went back to work, went to hospital)
• Name and signature of the person providing treatment.
This sort of information can help identify accident trends and possible areas of improvement in the control of health and safety risks.
This leaflet contains notes on practice which are not compulsory but which you find helpful in considering what you need to do.

*RECORD KEEPING

IT IS GOOD PRACTICE THAT ANY INJURIES OR CASES OF ILLNESS WHICH HAVE BEEN TREATED ARE RECORDED IN A BOOK. INCLUDE THE FOLLOWING INFORMATION IN YOUR ENTRY:

✱RECORD KEEPING - 1

• Date, time and place of accident or treatment

___ /_____/_____

• Name and job of injured or ill person

• Details of the injury/illness and treatment given

• What happened to the person immediately afterwards (e.g. went home, went back to work, went to hospital)

• Name and signature of the person providing treatment.

PORTWEST®

FIRST AID
ADVICE LEAFLET

CERTIFICATION
BS8599-1:2019 - Models FA10, FA11, FA12
BS8599-2:2014 - Models FA21, FA22, FA23

This leaflet contains notes on practice which are not compulsory but which you find helpful in considering what you need to do.

T1160/EP

Manfacturer, Fabricant, Hersteller, Gyártó, Fabrikant, Fabricante, Producent, Výrobce, Κατασκευαστής Fabbricante, Fabricaten, Výrobca, üretici, Proizvajalec, Producent, Producător, Valmistaja, proizvođač, ražotāja, ražošana

KOULUTTAMATON HENKILÖ SAA TEHDÄ VAIN ALUSTAVIA ENSIAPUTOIMIA.
Ensiavussa on tärkeää tehdä kunnollinen tilanneraviointi ja varmistettaa, ettei avun antaja joudu itse vaaraan. Käytä tarvittaessa riittävä suojaimia.
Pyydä apua heti
Seuraa ohjeita

MITEN TOIMIA HÄTÄTILANTEESSA
Onko uhri tajuissaan? Tarkista suun puhtaus
Käännä päätä taaksepäin nostamalla leukaa kahdella sormella. Jos uhri ei hengitä ja osaat antaa tekohengitystä tee se, muutoin hanki apua.

TIEDOTTOMUUS
Useimmilla työpaikoilla on koulutettuja henkilöitä ja saatavissa nopeasti. Tiedot-toman henkilön hengitystie on pidettävä auki, tarvittaessa käännä kyljkiasentoon. Hengitystie on ensiksikin tärkein.

VAMMAT JA VERENVUOTO
Avoimet haavat on peitettävä. Ese pensin kädet. Peitä haavat sopivalla sitellä ja liinnitä huolellisesti.Mikäli vuoto jatkuu lisää toinen side.Hanki apua.

PIKKUVAMMAT
Pienten haavojen hoitoon riittää pakkauksessa olevat tarvikkeet. Uhrin tulee ensin pestä kädet ja sitten hoitaa haavansa. Haavat on pidettävä puhtaana.

MAHDOLLISET KATKENNEET LUUT
Jos luiden katkeamista on epäilävä on heti hankittava apua. Uhria ei saa liikuttaa, paitsi jos on kyse välittömästä vaarasta.

PALOVAMMAT
Palovammat ovat vaarallisia, tarvitaan ammattilaisen apua.
Viilennä vammaa kylmällä puhtaalla vedellä, tämä voi kestää yli 10 minuutilta. Toimita uri heti sairaalaan.
Kemikaalit voivat aiheuttaa vakavia vammoja. Hoidetaan kuten palovammoja ja hoitoa jatketaan kuljetuksen aikana. Riisu vaatteet tarvittaessa. Varo ettet itse saa vammoja.

SILMÄVAMMAT
Kaikki silmävammat ovat vaarallisia, joskus esiintyy kovaa kipua. Ennen hoitoa pese kädet. Huuhtele silmää puhtaalla vedellä tai tuntemattomilla huuhteluaineilla. Jatka huuhtelua 10-15 minuuttia. Lopuksi laita silmälappu.

ERIKOISVAARAT
Sähköiskut ja kaasuvammat, ennen ensiaputoimia on varmistettava, ettei itse joudu vaaraan. Jos hengitys on lakannut anna tekohengitystä ja sydänhieronta.
Hanki apua.

SAIRAUS
Työssä voi saairtua. Ensiapu ei ole tarkoitettu lääkitsem

SI | PREPROSTI NASVETI ZA PRVO POMOČ

POTEKI KOKA UPORABE
PROSIMO, DA REDNO PREVERJATE DATUME UPORABE INDIVIDUALNIH SETAVIN V VASI PRVI POMOČ IN JIH PRED POTEKOM DATUMA UPORABE ZAMENJATE.
PREVEZE NE UPORABLJAJTE PO PRETEKU KOKA UPORABE.
Navodilo vsebuje navsezo o osnovni prvi pomoči za ljudi, ki niso usposobljeni za uporabo v nujnih primerih. Ni nadomestilo za učinkovito usposabljanje. Prva pomoč je spretnost, ki zahteva usposabljanje in prakso.

ČE NISTE ZA TO USPOSOBLJENI, NE NUDITE VEČ KOT OSNOVNO PRVO POMOČ.
Pri zagotavljanju prve pomoči je nujno, da ocenite razmere in da:
Pri samem izvajanju prve pomoči za sami ne postanete žrtev (po potrebi uporabite zaščitna oblačila in opremo);
Kjer je potrebno poklicite pomoč. NE ODLAŠAJTE;
Sledite navodilom spodaj.

KAJ STORITI V NUJNEM PRIMERU
Preverite, ali je žrtev pri zavesti. Če je žrtev nezavestna ali pol-zavestna: Preverite usta za tujke;
Odprite dihalne poti, tako da nagnete glavo nazaj in privignete brado s konicami dveh prstov. Ce je ponesrečenec prenesel dihalni in ste usposobljeni za izvajanje umetnega dihanja, to storite. V nasprotnem primeru nemudoma poiščite pomoč.

NEZAVEST
Dovolj hitra strokovna pomoč mora biti na voljo delovnih mest zaposlenjena dovolj hitro, vendar je v primeru nezgode ozaveščenja, ali na zaposlenci osebi oziroma osebi dihalne poti. Če dihalne poti ne morate odstiti, kot je opisano zgoraj, boste morali žrtev položiti v položaj za nezavestne. Prednostna naloga je prehodna dihalna pot.

RANE IN KRVAVITVE
Ce je modno, si pred prevezovanjem odprtih ran, umijte roke. Namestite prevezo iz škatle prve pomoči na rano in nanjo z rokami ali prsti močno pritisnite. Blazinica mora biti trdno pritrjena. Ce se krvavitev nadaljuje, je potrebno preko nje nanesti še eno prevezo. Preveze ne odstranjujte in poiščite ustrezno pomoč.

MANJŠE POŠKODBE
Za manjše poškodbe, ki jih lahko poškodovanec oskrbi sam doma, se lahko poskrbi z vsebine škatle prve pomoči. Poškodovanec si mora najprej umiti roke in nato namestiti preveze za različne rane ter tem primerno ukrepati v skladu z navodili. Ce je kakšnega izmed navodenem mesta, se lahko pomeni dokaziti z osebnim izvedbenim kovinski in / ali barvni ali vodotesni. Rane morajo biti čiste in suhe.

SAM ZA TLOMLJENE KOSTI
Ce obstaja sum, da je kost zlomljena, poiščite strokovno pomoč. Poškodovana ne premikajte, razen Ce so s tem izpostavljeni neposredni nevarnosti.

OPEKLINE
Opeklino so lahko resne - Ce ste v dvomih poiščite zdravniško pomoč.
Opeklino del telesa hladite z mrzlo vodo, dokler se bolečina ne umiri. Temeljito hlajenje lahko traja 10 minut ali celo dlje, vendar kljub temu odpeljite poškodovanca v bolnišnico. Nekatere kemikalije lahko resno dražijo ali poškodujo kože. Zdravite jih na enak način kot druge opekline. Pomembno je, da se namakanje nadaljuje, tudi po poti v bolnišnico, Ce je to potrebno. Odstranite vse kontaminirana oblačila, ki niso zalepljena na kožo. Poskrbite, da sami nepridete v stik s kemikalijo.

POŠKODBE OČI
Vse poškodbe oči so lahko resne. Žrtev lahko utrpi močne bolečine v prizadeteni očesu, s križ očesnih vek. Prednje oči lahko vsebuje tujek, dokler se bolečina ne umiri. Ce je kaj v očesu, očistite oko s čisto, hladno vodo ali sterilno tekočino iz šape posode, da odstranite odvečen material. Ne poskušajte odstraniti nikoteac, kar je zapleteno. Ce gre za kemikalije, odprite oči spirajte v vodo ali sterilno tekočino iznajo 10 minut. Uporabite očesno podlogo in odpeljite žrtev v bolnišnico.

POSEBNE NEVARNOSTI
Na delovnem mestu lahko pride do nesreče zaradi napačnega delovanja elektrike in plina. Da ne ogrozite svoj varnost, je potrebno najprej oceniti situacijo - ne poskušajte pomagati, dokler niste prepričani, da je to varno. Ce je žrtev prevrnjena dihati in ste usposobljeni za nudenje umetnega dihanja in oživljanje srca, to storite. V nasprotnem primeru nemudoma poiščite pomoč.

BOLEZEN
Pri delu se lahko pojavijo mnoge vsakodnevne bolezni . Dajanje zdravil na delovnem mestu ni v opisu usposobljenosti prve pomoči. Najbolj dragocena pomoč, ki jo lahko nudite sta uporaba zdravega razuma in razhrnemetev. Ce ste v dvomih glede resnosti stanja, se obrnite na strokovno pomoč. Ce ima žrtev svoje tablete za lajšanje bolečin, jih lahko varno uporabi. Ljudje ne smejo nuditi lastnih zdravil ali pomati zdravil drugi.

***VODENJE EVIDENCE**
Doba praska je, da so vse poškodbe ali primeri bolezni, ki so bili zdravljeni, zabeleženi v knjigi. V svoj vnos vnesite naslednje podatke:
- Datum, čas in kraj nesreče ali zdravljenja
- Ime in delo/ki ga opravlja poškodovana ali bolna oseba
- podrobnosti o poškodbi / bolezni in o zdravljenju
- Kaj se je zgodilo z osebo takoj zatem (npr. odša domov, se vmila na delo, odša v bolnišnico)
- ime in podpis oseke, ki zvaja zdravljenje.

Takšne informacije lahko pomagajo ugotoviti trende nesreč in morebitna področja izboljšanja nadzora tveganj za zdravje in varnost.
Ta brošura vsebuje opombe o praksah, ki niso obvezne, vendar jih boste našli za koristne pri razmišljanju, kaj morate storiti.

DE | EINFACHE RATSCHLÄGE ZUR ERSTE-HILFE-LEISTUNG

VERFALLSDATEN
BITTE ÜBERPRÜFEN SIE DIE VERFALLSDATEN DER EINZELNEN KOMPONENTEN IN IHREM ERSTE-HILFE-KIT REGELMÄSSIG UND ERSETZEN SIE ALLE ABGELAUFENEN BESTANDTEILE.
BENUTZEN SIE KEINE ABGELAUFENEN VERBANDSSTOFFE
Diese Packungsbeilage enthält Hinweise zur Grundversorgung durch Untrainierte im Notfall. Dies ist kein Ersatz für effektives Training. Erste-Hilfe leisten ist eine Fähigkeit, die Training und Übung erfordert.
BITTE GEBEN SIE NUR DIE GRUNDHILFE WENN SIE NICHT AUSGEBILDET WURDEN.
Bei Leistung von Erster Hilfe ist es wichtig, dass Sie die Situation richtig einschätzen und dass Sie folgendes beachten:
Achten Sie darauf, dass Sie während der Ersten Hilfe nicht selbst zum Opfer werden (verwenden Sie bei Bedarf Schutzkleidung und -ausrüstung).
Fordern Sie Hilfe an wenn Sie sie benötigen, ZÖGERN SIE NICHT!
Folgen Sie den unten angebenen Ratschlägen.

WAS IST ZU TUN BEI EINEM NOTFALL
Überprüfen Sie, ob das Opfer bei Bewusstsein ist. Wenn das Opfer bewusstlos oder halb bewusstlos ist: Überprüfen Sie ob sich Mund en Frendnöcher befindet
Öffnen Sie die Atemwege, indem Sie den Kopf nach hinten neigen und das Kinn mit den Fingerspitzen anheben. Wenn der Verletzte nicht mehr atmet und Sie eine künstliche Beatmung durchführen können, tun Sie dies. Ansonsten holen Sie Hilfe.

BEWUSSTLOSIGKEIT
An den meisten Arbeitsplätzen sollte Hilfe durch Experten ziemlich schnell zur Verfügung stehen, aber wenn Sie ein bewusstlos Opfer haben, ist es wichtig, dass sie diese Anweisungen frei bleiben. Wenn Sie die Atemwege wie oben beschrieben nicht offen halten können, müssen Sie den Betroffenen möglicherweise in die stabile Position bringen. Freie Atemwege sind oberste Priorität.

WUNDEN UND BLUTUNGEN
Offene Wunden sollten möglichst abgedeckt werden - nach dem Waschen der Hände. Tragen Sie einen Verband aus dem Verbandskasten auf die Wunde auf und drücken Sie ihn mit den Händen oder Fingern fest auf. Das Pad sollte fest an seinem Platz sein. Wenn die Blutung anhält, sollte ein weiterer Verband aufgetragen werden. Entfernen Sie nicht den Verband, sondern Sie qualifizierte Hilfe.

KLEINERE VERLETZUNGEN
Kleinere Verletzungen, wie sie der Verletzte zu Hause behandeln würde, können aus dem Inhalt des Erste-Hilfe-Kastens behandelt werden. Der Verletzte sollte sich die Hände waschen und einen Verband anlegen, um die Wunde zu schützen und Infektionen zu verhindern. Am Arbeitsplatz können je nach den Umständen spezielle metallische und / oder farbige oder wasserdichte Verbände geliefert werden. Wunden sollten sauber und trocken gehalten werden.

VERDACHT AUF KNOCHENBRÜCHE
Wenn ein Knochenbruch vermutet wird, holen Sie sich Hilfe von Experten. Bewege keine Verletzten, es sei denn, sie befinden sich in einer Position, in der sie unmittelbaren Gefahren ausgesetzt sind.

VERBRENNUNGEN
Verbrennungen können gefährlich sein - im Zweifel suchen Sie medizinische Hilfe
Kühlen Sie den betroffenen Teil des Körpers solange mit kaltem Wasser bis der Schmerz gelindert ist. Eine gründliche Kühlung kann 10 Minuten oder länger dauern dies sollte nicht die Verbringung des Verletzten ins Krankenhaus verzögern.
Bestimmte Chemikalien können die Haut reizen oder schädigen - einige ernsthaft. Behandeln Sie auf die gleiche Weise wie Verbrennungen. Es ist wichtig, dass die Bewässerung auch auf dem Weg ins Krankenhaus fortgesetzt wird. Entfernen Sie kontaminierte Kleidung, die nicht auf der Haut haftet. Stellen Sie sicher, dass Sie sich nicht mit der Chemikalie kontaminieren.

AUGENverletzungen
Alle Augenverletzungen sind potentiell gefährlich. Das Opfer kann starke Schmerzen im betroffenen Auge empfinden und / oder beunruhigt haben. Sie sollten sicherstellen, dass sie den Verletzten, wascheen Sie ihre Hände. Wenn sich etwas im Auge befindet, spülen Sie das Auge mit sauberem, kaltem Wasser oder sterilier Flüssigkeit aus einem verseigelten Behälter, um lose Partikel zu entfernen. Versuchen Sie nicht, etwas zu entfernen. Wenn Chemikalien betroffen beteiligt sind, spülen Sie das offene Auge für mindestens 10-15 Minuten mit Wasser oder sterilier Flüssigkeit. Eye-Pad aufträgen und den Verletzten ins Krankenhaus bringen.

BESONDERE GEFAHREN
Am Arbeitsplatz können Elektro- und Gasunfälle auftreten. Sie müssen die Gefahr für sich selbst beurteilen und nur Hilfe leisten wenn Sie sicher sind, dass es für Sie gefahrlos ist. Wenn der betroffene aufgeklärt hat ze atmen Sie sollten Sie Atemwege öffnen, künstliche Beatmung und Herz-Reanimation zu verabreichen, tun Sie dies. Ansonsten holen Sie Hilfe.

Krankheiten
Viele alltägliche Beschwerden können bei der Arbeit entstehen. Die Abgabe von Arzneimitteln ist nicht Gegenstand der Ersten Hilfe bei der Arbeit. Die Anwendung des gesunden Menschenverstands und die Sicherheit für das Opfer ist die wertvollste Hilfe. Sie sie geben können. Der Zustand der Schmerz, Sie sollten Sie Erkundigen Sie die Hilfe vom Experten gesucht werden. Wenn der Betroffene seine eigenen Schmerzlinderungstabletten hat, kann er diese gegebenenfalls einnehmen. Keine Medikamente von sich selbst oder anderen anbieten!

***Aufzeichnungen führen**
Es ist eine gute Praxis, dass Verletzungen oder Krankheitsfälle, die behandelt wurden, in einem Buch festgehalten werden sollten. Fügen Sie die folgenden Informationen in Ihren Eintrag ein:
- Datum, Uhrzeit und Ort des Unfalls oder der Behandlung
- Name und Beruf der verletzten oder erkrankten Person
- Details der Verletzung / Krankheit und Behandlung angeben
- Was passierte mit der Person unmittelbar danach (z. B. nach Hause gegangen, ging weiter zur Arbeit, ging ins Krankenhaus)
- Name und Unterschrift der behandelnden Person.

Diese Art von Information kann helfen, Unfalltrends zu erkennen und mögliche Bereiche der Verbesserung der Kontrolle von Gesundheits- und Sicherheitsrisiken zu identifizieren.

Dieses Merkblatt enthält Hinweise zur Praxis die nicht verpflichtend sind, aber hilfreich für Sie sein können wenn Sie überlegen was Sie tun sollten.

FR | PREMIERS SECOURS SIMPLE

DATES D'EXPIRATION
S'IL VOUS PLAÎT VÉRIFIER RÉGULIÈREMENT LES DATES D'EXPIRATION DES COMPOSANTS INDIVIDUELS DANS VOTRE TROUSSE DE PREMIERS SOINS ET REMPLACER TOUT CE QUI SE TROUVE HORS DE LA DATE.
NE PAS UTILISER LES PANSEMENTS AVEC UNE DATE EXPIRÉE.
Cette brochure contient des conseils sur les premiers soins de base à donner aux personnes non formées en cas d'urgence. Ce n'est pas un substitut à une formation efficace. Le secourisme est une compétence qui nécessite de la formation et de la pratique.
VOUS NE DEVEZ PAS TENTER DE DONNER PLUS DE PREMIERS SOINS DE BASE SI VOUS N'AVEZ PAS ÉTÉ FORMÉS.
Lorsque vous donnez les premiers soins, il est essentiel que vous évaluiez la situation et que vous: Veillez à ne pas vous blesser lorsque vous administrez les premiers soins (utilisez des vêtements et de l'équipement de protection si nécessaire);
Envoyer de l'aide si nécessaire. NE PAS RETARDER;
Suivez les conseils donnés ci-dessous.
QUE FAIRE EN CAS D'URGENCE
Vérifiez si la victime est consciente. Si la victime est inconsciente ou semi-consciente: Vérifiez la bouche pour toute obstruction;
Ouvrez les voies respiratoires en inclinant la tête en arrière et en soulevant le menton en utilisant le bout de deux doigts. Si la victime a cessé de respirer et que vous êtes capable de donner une ventilation artificielle, faites-le. Sinon, envoyez de l'aide sans délai.

INCONSCIENCE
Dans la plupart des lieux de travail, l'aide d'un spécialiste devrait être disponible assez rapidement, mais si vous avez une victime inconsciente, il est essentiel que ses voies respiratoires restent dégagées. Si vous ne pouvez pas garder les voies respiratoires ouvertes comme décrit ci-dessus, vous devrez peut-être tamener la victime en position de récupération. La priorité est une voie respiratoire dégagée

PLAIES ET SAIGNEMENTS
Les plaies ouvertes doivent être couvertes - après s'être lavé les mains - si possible. Appliquez un pansement ou une compresse directement sur la plaie et maintenez-le fermement en place avec vos mains ou vos doigts. Le tampon doit être fermement attaché en place. Si le saignement persiste, un autre pansement doit être appliqué sur le dessus. Ne retirez pas le pansement original, demandez l'aide appropriée.

BLESSURES MINEURES
Les blessures mineures dont la personne blessée se soignerait à la maison peuvent être traitées à partir du contenu de la boîte de premiers secours. La victime doit se laver les mains et appliquer un pansement pour protéger la plaie et prendre les mesures qui lui sont dictées. Au travail, des pansements spéciaux métalliques et / ou colorés ou imperméables peuvent être fournis en fonction des circonstances. Les plaies doivent rester propres et sèches.

CORPS ÉTRANGERS SUSPECTS
Si un os cassé est suspecté, demander l'aide d'un expert. Ne déplacez pas les victimes à moins qu'elles ne soient dans une position qui les expose à un danger immédiat.

BRULURES
Les brûlures peuvent être graves - en cas de doute, consulter un médecin.
Refroidir la partie du corps affectée avec de l'eau froide jusqu'à ce que la douleur soit soulagée. Un refroidissement complet peut prendre 10 minutes ou plus, mais cela ne devrait pas retarder le transport de la victime à l'hôpital.
Certains produits chimiques peuvent irriter ou endommager la peau - certains sont graves. Traiter de la même manière que pour les autres brûlures. Il est important que l'irrigation continue, même sur le chemin de l'hôpital si nécessaire. Enlever tout vêtement contaminé qui ne colle pas à la peau. Assurez-vous de ne pas vous contaminer avec le produit chimique.

BLESSURES AUX YEUX
Toutes les blessures oculaires sont potentiellement graves. La victime peut ressentir une douleur intense dans l'œil affecté, avec un sentiment de brûlure, de sable, d'essayer de traiter, lavez-vous les mains. S'il y a quelque chose dans l'œil, irriguer l'œil avec de l'eau propre et stérile ou un liquide stérile provenant d'un contenant scellé pour enlever les matières en vrac. N'essayez pas de retirer tout ce qui est incrusté. Si des produits chimiques sont impliqués, rincer l'œil ouvert avec de l'eau ou un liquide stérile pendant au moins 10-15 minutes. Appliquer un coussinet pour les yeux et envoyer la victime à l'hôpital.

DANGERS SPÉCIAUX
Des accidents électriques et de gaz peuvent survenir sur le lieu de travail. Vous devez évaluer le danger pour vous et ne pas tenter d'obtenir de l'aide tant que vous n'êtes pas sûr de pouvoir le faire. Si la victime a cessé de respirer et que vous êtes capable de donner une ventilation artificielle et une réanimation cardiaque, faites-le. Sinon, envoyez de l'aide sans délai.

MALADIE
Beaucoup de maux quotidiens peuvent survenir au travail. Donner des médicaments n'est pas la portée des premiers secours au travail. L'application au bon sens et la reassurance à la victime est l'aide la plus précieuse que vous pouvez donner. En cas de doute sur la gravité de l'état, l'aide d'un expert doit être recherchée. Si la victime a ses propres comprimés de soulagement de la douleur, ils peuvent les prendre comme il se doit. Les gens ne devraient pas offrir leurs propres médicaments ou apparentés à d'autres personnes.

***ENREGISTREMENT**
C'est une bonne pratique que les blessures ou les cas de maladie qui ont été traités soient consignés dans un livre. Incluez les informations suivantes dans votre entrée:
- Date, heure et lieu de l'accident ou du traitement
- Nom et emploi de la personne blessée ou malade
- Détails de la blessure / maladie et traitement donné
- Qu'est-il arrivé à la personne immédiatement après (par exemple, est rentrée à la maison, est retournée au travail, est allée à l'hôpital)
- Nom et signature de la personne soignante.

Ce type d'information peut aider à identifier les tendances des accidents et les domaines possibles d'amélioration du contrôle des risques pour la santé et la sécurité.
Ce dépliant contient des notes sur la pratique qui ne sont pas obligatoires mais que vous devrez vous trouver utiles pour déterminer ce que vous devez faire.

PL | PROSTA INSTRUKCJA PIERWSZEJ POMOCY

DATA WAŻNOŚCI
PROSIMY O REGULARNE SPRAWDZANIE DATY WAŻNOŚCI KAŻDEGO Z ELEMENTÓW APTECZKI PIERWSZEJ POMOCY ORAZ O WYMIANE RZECZY PRZETERMINOWANYCH.
NIE WOLNO UŻYWAĆ PRZETERMINOWANYCH OPATRUNKÓW.
Ta ulotka zawiera podstawowe dane dotyczące pierwszej pomocy do zastosowania w razie konieczności przez osoby nie wyszkolone w tym zakresie. Ta ulotka nie może zastąpić szkolenia. Stosowanie pierwszej pomocy wymaga szkoleń i doświadczenia.

OSOBY NIE WYSZKOLONE MOGĄ UDZIELAĆ JEDYNIE PODSTAWOWEJ PIERWSZEJ POMOCY.
Przystępując do udzielenia pierwszej pomocy należy najpierw dokonać oceny sytuacji oraz:
zabezpieczyć się przed byciem kolejną ofiarą zdarzenia w trakcie udzielania pomocy poprzez użycie odpowiedniego ubrania ochronnego lub urządzeń, o ile jest to konieczne;
bezzwłocznie wezwać pomoc, o ile jest to konieczne;
stosować się do poniższych instrukcji.
CO NALEŻY ZROBIĆ W RAZIE WYPADKU
Sprawdzić czy ofiara jest przytomna, a jeżeli nie jest lub jest półprzytomna: Sprawdzić usta ofiary czy nie są zablokowane;
Otworzyć drogi oddechowe poprzez odchylenie głowy do tyłu oraz brody przy pomocy dwu palców. Jeżeli ofiara nie oddycha należy przystąpić do stosowania sztucznego oddychania, a w razie braku takiej umiejętności należy natychmiast wezwać pomoc.

BRAK PRZYTOMNOŚCI
W większości miejsc pracy profesjonalna pomoc powinna być bardzo szybko dostępna, jednak należy zawsze pamiętać, że kluczowym jest utrzymanie drożności dróg oddechowych ofiary. W razie nieprzytomności postępowania w sposób opisany powyżej należy otułyć osobę poszkodowaną w pozycji bocznej pamiętając przez cały czas o konieczności udrożnienia oddechu.

RANY I KRWAWIENIA
Otwarte rany należy zakryć, o ile to możliwe, po uprzednim wymyciu rąk poprzez nałożenie na nie opatrunku z apteczki i jego dokładne docisnięcie przy pomocy dłoni lub palców. Jeżeli na ranie znajduje się jakiekolwiek ciało obce, należy opatrnąć bez zdejmowania pierwszej warstwy. W razie konieczności należy skorzystać z pomocy innej osoby.

SKALECZENIA LEŻY
Drobne skaleczenia, które ma poskodzeń osoba mohła lećit doma, mohou być oštetěny z obsahu schránky první pomoci. Zraněný by si měli umýt ruce a použít obvaz na ochranu rány a zabránit infekci. Na pracovišti se mohou podle okolností dodávat speciální kovové a / nebo barevné nebo nepromokavé obvazy. Rány se musí udržovat čisté a suché.

PODCZEPNIĘ NA ZLOMENE KOSTI
Pokud máte podezření na poškozenou kost, získejte odbornou pomoc. Nehýbejte obětí, pokud není v pozici, která ji vystavuje bezprostřednímu nebezpečí.

POPÁLENINY
Popáleniny mohou být vážné - v případě pochybností vyhledejte lékařskou pomoc.
Ochlaďte část těla studenou vodou, dokud se uvolní bolest. Důkladné chlazení může trvat 10 minut nebo více, ale to by nemělo oddálit převoz zraněného do nemocnice.
Některé chemikálie mohou dráždit nebo poškodit pokožku - některé vážně. Zacházejte s nimi stejným způsobem jako u jiných popálenin. Je důležité, aby zavlažování pokračovalo, dokonce i na cestě do nemocnice, pokud je to nutné. Odstraňte kontaminovaný oděv, který není přilepen na pokožku. Dbejte na to, aby se vyhnul kontaminaci chemikálií.

ZRANĚNÍ OČÍ
Všechny zranění očí jsou potenciálně vážné. Oběti mohou zažívat intenzivní bolest postiženého oka, s křečemi očních víček. Před pokusem o léčbu si umyjte ruce. Pokud je v oku něco, zavlažte oči čistou, studenou vodou nebo sterilní tekutinou z uzavřené nádoby, tak abyste odstranili uvolněný materiál. Nepokoušejte se odstranit nic, co je vtlačené, pevně uvízlé. Pokud jsou to chemikálie, vypláchujte otevřené oko vodou nebo sterilní kapalinou po dobu nejméně 10-15 minut. Použijte oční podložky a pošlete zraněného do nemocnice.

ZVLÁŠTNÍ NEBEZPEČÍ
Elektrické a plynové nehody se mohou vyskytnout na pracovišti. Musíte odhadnout nebezpečí pro sebe a nepokoušet se o pomoc, dokud si nejste jisti, že je to bezpečné. Pokud oběť přestala dýchat a je schopný poskytnout umělou ventilaci a srdeční resuscitaci, užijte tak. V opačném případě pošlete pro pomoc bez zbytečného odkladu.

NEMOC
Mnoho každodenních ochorení může vzniknout v práci. Poskytování léků není rozsahem první pomoci v práci. Aplikace zdravého rozumu a zabezpečení zraněného je nejcennější pomocí, kterou můžete dát. Pokud máte jakékoliv pochybnosti o závažnosti onemocnění, je třeba hledat odbornou pomoc. Pokud oběť má své vlastní pilulky na zmírnění bolesti, může tyto užívat podle potřeby. Lidé by neměli nabízet vlastní léky nebo léky pattirci jiným.

***EVIDENCE**
Dobrá praxe je, že jakékoliv zranění nebo případy onemocnění, které byly léčeny, jsou zaznamenány v knize. Zahrňte do svého záznamu tyto informace:
- Datum, čas a místo nehody nebo léčby
- Jméno a práce zraněné nebo nemocné osoby
- Podrobnosti o zranění / nemoci a ošetření
- Co se stalo s osobou okamžitě poté (např. Odešla domů, vrátila se do práce, šla do nemocnice)
- Jméno a podpis osoby poskytující léčbu.

Tento druh informací může pomoci identifikovat trendy nehod a možných oblastí zlepšení v kontrole zdravotních a bezpečnostních rizik.

Tato příbalová informace obsahuje poznámky o praxi, které nejsou povinné, ale které vám pomohou zvážit, co potřebujete udělat. Chyby v překladu vyhrazeny.

SK | JEDNODUCHÉ RADY PRE PRVÚ POMOC

DÁTUM EXPIRÁCIE
PROSÍM SKONTROLUJTE TERMÍNY INDIVIDUÁLNYCH KOMPONENTOV V RÁMCI VÁŠHO PRÍSLUŠENSTVA PRVEJ POMOCI A VYMEŇTE AKÉKOĽVEK PO DÁTUME EXPIRÁCIE.
NEPOUŽÍVAJTE PO DÁTUME EXPIRÁCIE.
Tento leaflet poskytuje informácie pre osoby o základnej prvej pomoci pre neškolených ľudí v núdzových situáciách. Neni to náhrada za efektívni školenia. První pomoc je dovednost vyžadující trénink a praxi.

NEPOKÚSIEM SE DÁVAT VIĆ NEŽ ZÁKLADNÍ PRVÚ POMOC, AK STE K TOMU NEBOLI ŠKOLENÝ.
Pri poskytovaní prvej pomoci je nevyhnutné, aby ste zhodnotili situáciu a aby ste:
Dbajte na to, aby ste si pri poskytovaní prvej pomoci nestali obeťou nehody (v prípade potreby použijte ochranný odev a vybavenie);
V prípade potreby poškete pro pomoc. NEVÁHAJTE;
Postupujte podľa nižšie uvedených pokynov.
CO DĚLAT V NOUZI
Zkontrolujte, zda je postižený při vědomí. Pokud je oběť nevědomá nebo částečně vědomá: Zkontrolujte ústa pro jakékoli překážky;
Otevřete dýchací cesty tím, že naklánáte hlavu dozadu a zdvihnete bradu pomocí špiček dvou prstů. V případě, že postižený přestane dýchat a jste kompetentní, podejte umělou plicní ventilaci. V opačném případě zašlete pro pomoc bez zbytečného odkladu.

BEZVĚDOMÍ
Ve většině pracovišť by měla být odborná pomoc dostupná poměrně rychle, ale pokud máte nevědomou oběť, je nezbytné, aby její dýchací cesty byly čisté. Pokud se vám nedaří udržet dýchací cesty otevřené, jak je popsáno výše, může být nezbytné obrátit postiženého do stabilizované polohy. Prioritou jsou volné dýchací cesty.

RÁNY A KRVÁCENÍ
Otevřené rána by měly být pokryta - po umytí ruka - pokud je to možné. Aplikujte obvaz z krabice první pomoci přes ránu a pevně přitlačte s rukama nebo prsty. Pokrývka by měla být pevně uvázaná na místě. Pokud krvácení pokračuje, další obvaz by se měl aplikovat nahoru. Neodstraňujte originální obvaz, vyhledejte vhodnou pomoc.

DROBNÉ ZRANĚNÍ
Drobné zranění, jaké by poškozená osoba mohla léčit doma, mohou být ošetřeny z obsahu schránky první pomoci. Zraněný by si měli umýt ruce a použít obvaz na ochranu rány a zabránit infekci. Na pracovišti se mohou podle okolností dodávat speciální kovové a / nebo barevné nebo nepromokavé obvazy. Rány se musí udržovat čisté a suché.

PODEZŘENÍ NA ZLOMENÉ KOSTI
Pokud máte podezření na poškozenou kost, získejte odbornou pomoc. Nehýbejte obětí, pokud není v pozici, která ji vystavuje bezprostřednímu nebezpečí.

POPÁLENINY
Popáleniny mohou být vážné - v případě pochybností vyhledejte lékařskou pomoc.
Ochlaďte část těla studenou vodou, dokud se uvolní bolest. Důkladné chlazení může trvat 10 minut nebo více, ale to by nemělo oddálit převoz zraněného do nemocnice.
Některé chemikálie mohou dráždit nebo poškodit pokožku - některé vážně. Zacházejte s nimi stejným způsobem jako u jiných popálenin. Je důležité, aby zavlažování pokračovalo, dokonce i na cestě do nemocnice, pokud je to nutné. Odstraňte kontaminovaný oděv, který není přilepen na pokožku. Dbejte na to, aby se vyhnul kontaminaci chemikálií.

ZRANĚNÍ OČÍ
Všechny zranění očí jsou potenciálně vážné. Oběti mohou zažívat intenzivní bolest postiženého oka, s křečemi očních víček. Před pokusem o léčbu si umyjte ruce. Pokud je v oku něco, zavlažte oči čistou, studenou vodou nebo sterilní tekutinou z uzavřené nádoby, tak abyste odstranili uvolněný materiál. Nepokoušejte se odstranit nic, co je vtlačené, pevně uvízlé. Pokud jsou to chemikálie, vypláchujte otevřené oko vodou nebo sterilní kapalinou po dobu nejméně 10-15 minut. Použijte oční podložky a pošlete zraněného do nemocnice.

ZVLÁŠTNÍ NEBEZPEČÍ
Elektrické a plynové nehody se mohou vyskytnout na pracovišti. Musíte odhadnout nebezpečí pro sebe a nepokoušet se o pomoc, dokud si nejste jisti, že je to bezpečné. Pokud oběť přestala dýchat a je schopný poskytnout umělou ventilaci a srdeční resuscitaci, užijte tak. V opačném případě pošlete pro pomoc bez zbytečného odkladu.

NEMOC
Mnoho každodenních ochorení může vzniknout v práci. Poskytování léků není rozsahem prvej pomoci v práci. Aplikácia zdravého rozumu a zabezpečenie zraneného je najcennejšej pomocou, ktorú môžete dať. Pokud máte jakékoliv pochybnosti o závažnosti onemocnění, je třeba hledat odbornou pomoc. Pokud oběť má své vlastní pilulky na zmírnění bolesti, může tyto užívat podle potřeby. Lidé by neměli nabízet vlastní léky nebo léky pattirci jiným.

***EVIDENCE**
Dobrá praxe je, že jakékoliv zranění nebo případy onemocnění, které byly léčeny, jsou zaznamenány v knize. Zahrňte do svého záznamu tyto informace:
- Datum, čas a místo nehody nebo léčby
- Jméno a práce zraněné nebo nemocné osoby
- Podrobnosti o zranění / nemoci a ošetření
- Co se stalo s osobou okamžitě poté (např. Odešla domů, vrátila se do práce, šla do nemocnice)
- Jméno a podpis osoby poskytující léčbu.

Tento druh informací může pomoci identifikovat trendy nehod a možných oblastí zlepšení v kontrole zdravotních a bezpečnostních rizik.

Tato příbalová informace obsahuje poznámky o praxi, které nejsou povinné, ale které vám pomůžou zvážit, co potřebujete urobit.

TR | BASİT İLK YARDIM TAVSİYESİ

SON KULLANMA TARİHİ
LÜTFEN BİR BİRİNCİL BİLEŞENLER İÇERİNDEKİ TARİHİ TARİHLERİNİ DÜZGÜN KONTROL EDİN VE BİTİŞ TARİHİ GEÇMİŞ OLANLARI DEĞİŞTİRİN.
TARİHİ GEÇMİŞ SARGILARI KULLANMAYIN
Bu broşür, acil durumlarda eğitim almamış insanlar için temel ilk yardım hakkında tavsiyeler içermektedir. Profesyonel eğitimin yerini tutmaz. İlk yardım, eğitim ve uygulama gerektiren bir beceridir.

EĞİTİM ALMADIYSANIZ TEMEL UYGULAMALARDAN FAZLASINI DENEMEYİNİZ
İlk yardım verirken şu konularda durumunuzu değerlendirmeniz hayati önem taşır :
Şu yüz ve ağzınızda bulunan yaralarınızı ve kanamalarınızı kapatmanız gerekir. Bu sayede kanamanın durmasına yardımcı olur.
Ambulans çağırın. Ambulans ve itfaiye ekipleri ne kadar ivedi olursa olsun, ilk yardım ve uygulama gerektiren bir beceridir.

SİZİN İÇİN ÖNEMLİ OLAN İLK YARDIM ÇANTANIZDAKİ ÜRÜNLERİ ÖĞRENMEK VE ÜRÜNLERİN SKT'LERİNİ KONTROL ETMEKTİR.
İlk yardım çantanızda bulunan ürünlerin son kullanma tarihlerini kontrol ederek ve gerekiyorsa yenilemek gerekir.
Bu broşür, ilk yardım çantanızda bulunan ürünlerin son kullanma tarihlerinin geçmiş olmasına ilişkin bilgiler sunar.
Bu broşürdeki bilgiler, ilk yardım çantanızda bulunan ürünlerin son kullanma tarihlerinin geçmiş olmasına ilişkin bilgiler sunar.
Bu broşür, ilk yardım çantanızda bulunan ürünlerin son kullanma tarihlerinin geçmiş olmasına ilişkin bilgiler sunar.
Bu broşür, ilk yardım çantanızda bulunan ürünlerin son kullanma tarihlerinin geçmiş olmasına ilişkin bilgiler sunar.

NL | EENVOUDIG EERSTE HULP ADVIES

VERVALDATUM
CONTROLEER DE VERVALDATUM OP DE INDIVIDUELE ONDERDELEN VAN UW EERST HULP KIT REGELMATIG EN VERVANG ALLES WAARVAN DE VERVALDATUM GAAT VERSTRIJKEN.
GEBRUIK GEEN ONVERWAARD VAN DE VERVALDATUM IS VERSTREKEN.
Deze leaflet bevat eerste hulp advies voor ongetrainde personen om te gebruiken bij een noodgeval. Het kan geen effectieve training vervangen. Eerste Hulp is een vaardigheid die training en oefening vraagt.
U MAG NIET MEER DAN BASIS EERSTE HULP GEVEN ALS U NIET BENTOPGELEID.
Als u eerste hulp verleent is het van belang dat u de situatie kunt beoordelen en dat u:
Opletet niet zelf gewond raakt bij het verlenen van eerste hulp (gebruik beschermende kleding en uitrusting indien nodig). Vraag om hulp indien nodig. WACHT HIER NIET LANG!
Volg de hieronder gegeven instructies op.

WAT TE DOEN BIJ EEN NOODGEVAL
Controleer of het slachtoffer bij bewust zijn is. Als het slachtoffer bewusteloos of half bewusteloos is: Controleer of de luchtweg vrij is
Open de luchtweg door het hoofd achterover te kanteren met de kin
omhoog door gebruik te maken van uw vingertoppen. Als het slachtoffer gestopt is met ademen en uw bent bevoegd mond op mond beademing toe te passen, doe dit dan. Vraag anders om hulp wacht hier niet mee.

BEWUSTELOOSHEID
Op de meeste werkplekken is een gespecialiseerde hulpverlener vrij snel ter plaatse, maar als u te maken heft met een bewusteloos slachtoffer is het van belang dat zijn of haar luchtwegen vrijgehouden worden. Als u de luchtweg niet vrij kunt houden zoals hierboven beschreven, kan het nodig zijn het slachtoffer in een andere positie te leggen. De prioriteit is open luchtwegen.

WONDEN EN BLEDINGEN
Open wonden moeten bedekt worden - na het wassen van uw handen - indien mogelijk. Leg een drukverband uit de eerste hulp doos over de wond en druk krachtig op de wond met uw handen of vingers. Het verband met strak op zijn plaats blijven. Als de bleeding door blijft gaan pak dan een ander drukverband en leg deze op de eerste. Haal het eerste drukverband niet weg. Zoek hulp.

KLEINE VERWONDINGEN
Kleine verwondingen die iemand zelf zou verbinden in een thuissituatie kan worden behandeld met de inhoud van de eerst hulp doos. Het slachtoffer moet eerst de handen wassen en vervolgens een drukverband op de wond drukken om verdere infecties te voorkomen. Op de werkplaats kunnen verbanden van speciaal metaal of waterdichte verbanden beschikbaar zijn als naar gelang de omstandigheden. Wonden moeten schoon en droog gehouden worden.

MOGELIJKE BOTBREUKEN