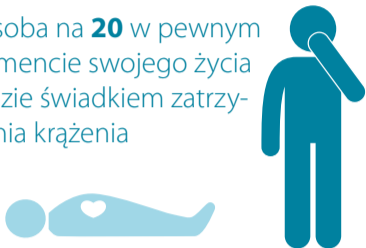


# Mogę uratować SERCE

**1** osoba na **20** w pewnym momencie swojego życia będzie świadkiem zatrzymania krążenia

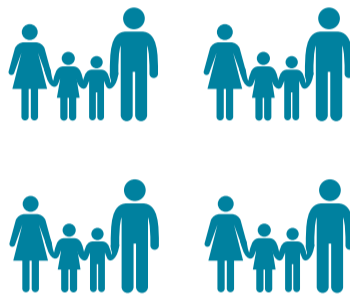


Do **50%** wszystkich przypadków zatrzymania krążenia dochodzi w obecności świadków



**70%** przypadków zatrzymania krążenia ma miejsce w domu

**1** na **10** par będzie miała do czynienia z zatrzymaniem krążenia u jednego z partnerów



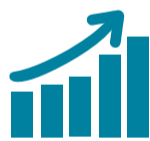
Zatrzymanie krążenia wystąpi także w **1** na **5** rodzin

Po **10** minutach od zatrzymania krążenia szanse na przeżycie gwałtownie spadają

**Aby zwiększyć szanse na przeżycie, należy wykonać wysokiej jakości resuscytację krążeniowo-oddechową w ciągu pierwszych kilku minut od zatrzymania krążenia**



Prawidłowa resuscytacja wymaga praktyki



Należy ćwiczyć prowadzenie resuscytacji aż osiągniemy biegłość



Należy także ćwiczyć, aby poziom umiejętności nie malał

**Czy wiesz, co zrobić, gdy w twojej obecności czyjeś serce nagle przestaje bić?**

## Mogę uratować serce



Więcej informacji dotyczących przygotowania się na ewentualność nagłego zatrzymania krążenia można znaleźć na stronie

[laerdal.com/restartaheart](http://laerdal.com/restartaheart)