



### 1 Erantzuten al du?

Astindu biktima sorbaldetatik eta galde iezaiozu ozen: "Ondo al zaude?"



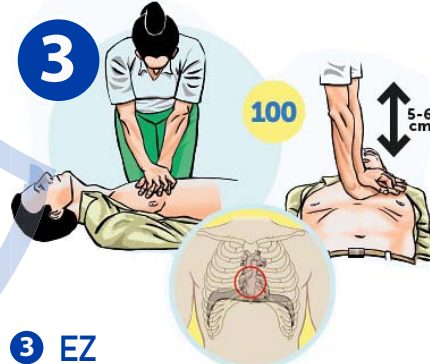
### 2 Normal arnasten al du?

ERANTZUTEN EZ BADU, jarri buruz gora, eta ireki iezaiozue arnasbideak, kopeta-kokotseko maniobra eginda, arnasa normal hartzen duen ikusteko.



### 3 BAI

Jarri SEGURTASUNEKO ALBOKO JARRERAN arnasbideak zabalik egon daitezen, eta deitu 112ra.



### 3 EZ

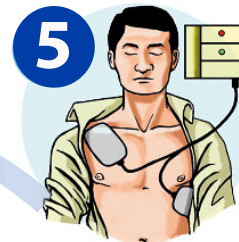
Deitu 112ra eta hasi berehala KOMPRESIO TORAZIKOAK egiten. Aireztapenik egiten ez badakizu, egin 100-120 konpresio minutuko.

30:2



### 4 30:2

Aireztapenak egiten badakizu, txandakatu konpresio torazikoekin (30-2)



5 DEA (desfibriladorea) iristean, piztu, jarri elektrodoak eta egin kasu aparatuen jarraibideei.

Irudiak: Inaki Gutierrez

# Salvar una vida puede estar en tus manos

► Detecta la situación



► Llama al 112



► Haz un masaje cardiaco




► Localiza un desfibrilador en un lugar público



► Espera hasta que llegue la ambulancia



 **APP berria**  
bihotz geldialdi batekin  
topo eginez gero jarduteko

### Nola deskargatu

- Zuzenean Osakidetzaren ataritik
- Google Store / Apple Store aplikaziotik, honako hau jarrita: "PCEH" edo "Ayuda a la parada cardiaca" (Bihotz geldialdiari laguntzeko)





### 1 ¿Responde?

Sacude a la víctima por los hombros y pregúntale en alto: "¿Te encuentras bien?"



### 2 ¿Respira con normalidad?

Si NO RESPONDE, colócale boca arriba y abre la vía aérea mediante la maniobra frente-mentón para ver si respira con normalidad.



### 3 SI

Colócale en POSICIÓN LATERAL DE SEGURIDAD, para mantener la vía aérea abierta y llama al 112



### 3 NO

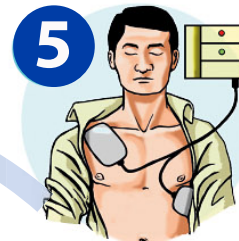
Llama al 112 e inicia inmediatamente las COMPRESIONES TORÁCICAS. Si no sabes dar ventilaciones, aplica 100-120 compresiones por minuto.

30:2



### 4 30:2

Si sabes dar ventilaciones, alternálas con las compresiones torácicas 30-2



5 Cuando llegue el DEA (desfibrilador) enciéndelo, coloca los electrodos y sigue las instrucciones del aparato.

Ilustraciones: Inaki Gutierrez

# Bizitza bat salbatzea zure esku egon daiteke

► Detektatu egoera



► Deitu 112ra



► Eman bihotz masaje bat



► Lokalizatu desfibriladore bat toki publikoren batean



► Itxaron ambulanzia etorri arte



 Nueva APP para actuar ante una parada cardiaca

### Cómo descargarla

- Desde el Portal de Osakidetza directamente
- Desde Google Store / Apple Store, poniendo: "PCEH" o "Ayuda a la parada cardiaca"

