

# UŁOŻENIE BOCZNE USTALONE

## „POZYCJA BEZPIECZNA”



1. Czynności wykonywane przed obróceniem poszkodowanego

- rękę po stronie ratownika zgiąć w łokciu i odwieść ramię
- nogę po stronie przeciwnej do ratownika zgiąć w stawie kolanowym
- drugą rękę zgiąć w łokciu i ułożyć na klatce piersiowej

2. Obrót poszkodowanego

chwytając ratowanego za kolano, a drugą ręką za ramię – ostrożnie obrócić na bok, stabilizując jego głowę



3. Czynności wykonywane po obróceniu:

- dłoń ręki „górnej” ułożyć pod policzkiem
- odgiąć do tyłu głowę poszkodowanego, twarz kierując nieco ku dołowi