

Pierwsza pomoc to podstawowe czynności wykonywane przed przybyciem lekarza, pogotowia ratunkowego lub innych wykwalifikowanych osób mające na celu ratowanie zdrowia bądź życia ludzi, którzy odnieśli obrażenia lub nagle zachorowali.

Głównymi celami udzielania pierwszej pomocy są:

- ochrona ludzkiego życia
- ograniczanie skutków obrażeń lub choroby
- przygotowanie do dalszego postępowania lekarskiego

Pierwsza pomoc nie jest nauką ścisłą, a więc nie do uniknięcia są ludzkie błędy i okoliczności będące poza naszą kontrolą. Musisz pogodzić się z tym, że niezależnie od poprawności twojego postępowania i dokładania wszelkich starań poszkodowany może reagować wbrew oczekiwaniom, a nawet umrzeć. Niektóre choroby nieuchronnie kończą się śmiercią, nawet przy opiece lekarskiej. Jeśli ze swej strony dołożysz wszelkich starań, zrobisz wszystko co uznasz za właściwe, nic nie będzie obciążało twego sumienia.

Postępuj zawsze ze złotą maksymą "primum non nocere" - po pierwsze nie szkodzić. Musisz także przyjąć zasadę skalkulowanego zagrożenia życia. Zawsze wybieraj takie postępowanie, które będzie korzystne dla większości poszkodowanych. Nie wolno ci natomiast zastosować jakiegś niepewnej metody, tylko po to, żeby zrobić cokolwiek.

Udzielanie pierwszej pomocy może być niebezpieczne dla ratownika.

Zawsze pamiętaj o własnym bezpieczeństwie. Nie narażaj się na ryzyko podejmując jakieś bohaterские akcje w sytuacji zagrożenia. Podczas udzielania pierwszej pomocy zawsze istnieje ryzyko bezpośredniego kontaktu z płynami ustrojowymi, wydzielinami i wydaliniami poszkodowanego: przez co może dojść do zarażenia wieloma chorobami przenoszonymi tymi drogami np. wirusowe zapalenie wątroby - dlatego podczas wykonywania wszelkich czynności przy poszkodowanym ratownik powinien mieć założone lateksowe lub foliowe rękawiczki jednorazowego użytku. Sytuacje groźne dla życia mogą być różne, różny może też być stan poszkodowanego, ale istnieją cztery elementarne kroki - etapy udzielania pierwszej pomocy.

Ocena sytuacji i troska o zabezpieczenie miejsca wypadku

Najpierw i przede wszystkim pomyśl o swoim bezpieczeństwie, a potem o bezpieczeństwie poszkodowanego i obecnych osób postronnych, tak, aby nie było więcej rannych.

Ocena stanu poszkodowanego i sprawdzanie czynności życiowych

Następnie musisz sprawdzić stan ofiary (bądź ofiar). Sprawdź przede wszystkim przytomność i podstawowe czynności życiowe tj. oddech i tętno.

Wezwanie pomocy

Jeśli stan poszkodowanego jest poważny, musisz jak najszybciej zaalarmować odpowiednie służby medyczne

Udzielenie pierwszej pomocy

W oczekiwaniu na przyjazd wyspecjalizowanej jednostki medycznej, musisz udzielać dalej odpowiedniej pomocy.