



# Οδηγίες Πρώτων Βοηθειών

## Πρώτες Βοήθειες – Κλήση Έκτακτης Ανάγκης

Είναι επιτακτική ευθύνη του κάθε ανθρώπου να είναι σε θέση να παρέχει βοήθεια στα θύματα οποιοδήποτε ατυχήματος. Καλέστε τις πρώτες βοήθειες όσο πιο γρήγορα γίνεται στον αριθμό

**166 Πρώτων Βοηθειών**  
**100 Αστυνομία**  
**199 Πυροσβεστική**  
**112 SOS**



# Immediate life-saving measures

## Giving help and reassurance, emergency call

It is a moral obligation of every human being to give help to the victims of accidents. Give first aid and care as good as possible. Have the rescue services called out as soon as possible.

**166 First Aid & Ambulance**  
**100 Police**  
**199 Fire Department**  
**112 SOS**



## Κλήση έκτακτης ανάγκης - Πώς να καλέσετε για βοήθεια

**Που:** Δώστε ακριβείς οδηγίες για τον τόπο του ατυχήματος.

**Τι συνέβει;** Δώστε μια μικρή περιγραφή του ατυχήματος.

**Τι αριθμός;** Ενημερώστε για τον αριθμό των τραυματισμένων.

**Τι είδους τραύματα;** Γίνετε σαφείς σχετικά με την ύπαρξη τραυμάτων που απειλούν την ζωή των τραυματισμένων.

**Περιμένετε!** Ο υπάλληλος θα ολοκληρώσει την κλήση σας μόνο όταν έχει όλες τις πληροφορίες που χρειάζεται.

## Emergency call - How to call for help

**Where?** Give exact details about the place of emergency.

**What happened?** Give a short description of the accident scene.

**What number?** Tell how many persons are injured.

**What kind of injuries?** Specify if there are any life-threatening injuries.

**Wait!** The operator will first finish the call when he has all the information he needs



## Πώς να ενεργήσετε στην διαπίστωση ενός ατυχήματος

Ελευθερώστε χώρο ώστε τα ασθενοφόρα να μπορούν να διέλθουν ανάμεσα από τα αυτοκίνητα.

Πρώτα από όλα παρέχετε ασφάλεια στον τόπο του ατυχήματος τοποθετώντας ένα προειδοποιητικό τρίγωνο ή κώνο.

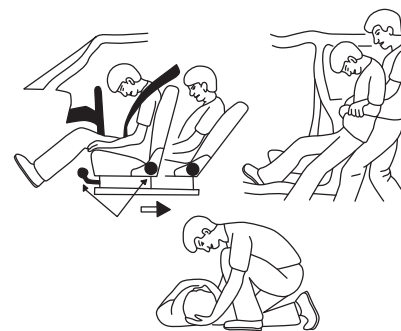
Αξιολογήστε την κατάσταση και λειτουργήστε προσεκτικά και υπεύθυνα.

## How to act at the site of an accident?

Allow ambulances to pass between the waiting vehicles.

First of all safeguard the site of the accident, put up a warning triangle.

Assess the situation and act cautiously and considerately.



## Διάσωση ατόμου από όχημα

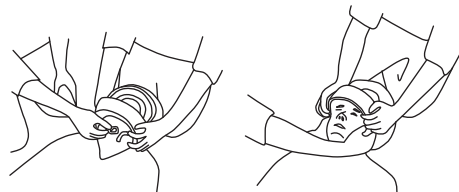
Απευθυνθείτε στον τραυματία, λύστε την ζώνη ασφαλείας και πιάνοντας τον από τους γοφούς γυρίστε τον προς την πλευρά σας.

Πιάστε τον πήχη του τραυματία περνώντας τα χέρια σας κάτω από τις μασχάλες του.

Σύρετε τον τραυματία έξω από το όχημα προσεκτικά και τοποθετήστε τον σε ασφαλές μέρος.

## Rescuing a person from a vehicle

Address casualty, open the safety belt and grasping his hips turn casualty's back towards you. Get a hold of casualty's forearm passing your arms under his armpits. Drag casualty out of the vehicle and put him down in a safe place.



## Αφαίρεση κράνους μετά από σύγκρουση

Ανοίξτε το προστατευτικό πλαστικό και απευθυνθείτε στον τραυματία αν δεν ανταποκρίνεται και έχει χάσει τις αισθήσεις του.

Αφαιρέστε το κράνος πρόσκρουσης με δύο βοηθούς πρώτων βοηθειών όπως φαίνεται παρακάτω.

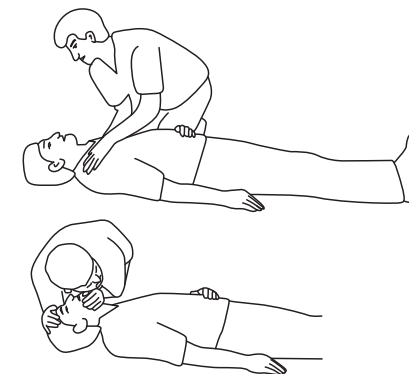
Ελέγξτε την αναπνοή. Εάν ο τραυματίας αναπνέει: θέση ανάρρωσης (σκίτσο „Απώλεια συνείδησης, θέση ανάρρωσης“).

## Removing a crash helmet

Open the visor and address casualty. If not responsive.

Remove crash helmet by two first aiders as shown here. Check breathing.

If casualty is breathing: Recovery position as in the pictures (pics on Unconsciousness, recovery position)



## Έλεγχος των ζωτικών λειτουργιών

Ο ασθενής δεν ανταποκρίνεται. Έχει χάσει τις αισθήσεις του.

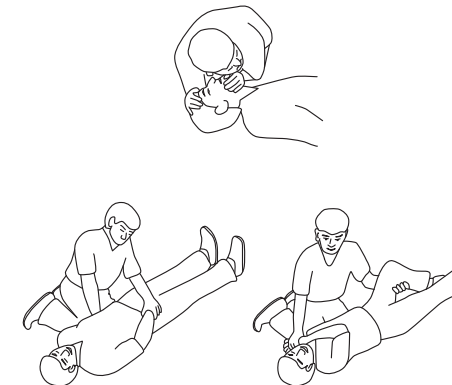
Δεν ακούγεται αναπνοή, δεν υπάρχει κίνηση στο στήθος.

## Αναπνευστική ανεπάρκεια

Δεν υπάρχουν σημεία ζωής όπως αναπνοή, κίνηση, κατάποση, βήχας. **Κυκλοφορική ανεπάρκεια**

## Checking the vital functions

Patient does not respond **Unconscious**. No breath to be heard, no movement of the chest **Respiratory failure**. No signs of life like breathing, movement, swallowing, coughing **Circulatory failure**.

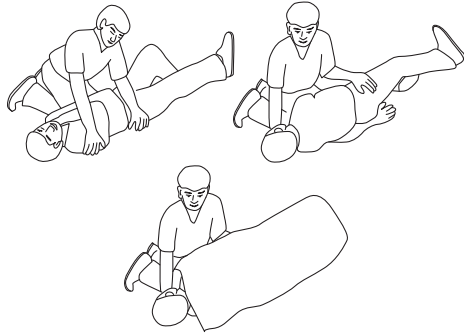


## Θέση ανάνηψης

Αν δεν ανταποκρίνεται, ελέγξτε την αναπνοή.

Εάν η αναπνοή επανέλθει, **Θέση ανάνηψης**. Τεντώστε το ένα χέρι και σπρώξτε το κάτω από το ισχίο λυγίστε το πόδι της πλευράς του χεριού που τεντώσατε.

If not responsive, check breathing: if breathing is present **Recovery position**. Stretch near side arm and push it under the hip. Bend nearside leg.

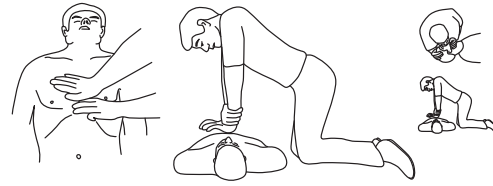


#### Απώλεια συνείδησης, θέση ανάρρωσης

Πιάστε τον ώμο και το ισχίο της μακρινής πλευράς και στρέψτε τον τραυματία στο πλάι. Ξαπλώστε το κεφάλι του, ανοίξτε το στόμα του και λυγίστε το χέρι του προς τα πίσω. Κρατήστε τον τραυματία ζεστό και καλέστε το ασθενοφόρο.

#### Unconsciousness, recovery position

Get a hold of far side shoulder and hip and turn casualty on his side. Recline his head, open his mouth, and bend backward arm. Keep casualty warm and call for the ambulance.



#### Σημείο πίεσης στήθους

**Αναζωογόνηση- Καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση.** Κυκλοφορική ανεπάρκεια. **Καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση.** Συνεχίστε την αναπνοή (CPR) μέχρι να είναι διαθέσιμος γιατρός, εφαρμόζοντας τεχνητή αναπνοή και θωρακική συμπίεση (100/λεπτό) με ρυθμό 2:15

#### Reanimation - Cardio-pulmonary resuscitation

Circulatory failure **Cardio-pulmonary resuscitation.** Continue **CPR** until a doctor is available, applying artificial breathing and chest compression (100/min) at a rate of 2:15

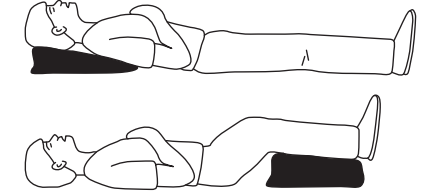


#### Σοκ - Αποπληξία

Οι τραυματίες που έχουν υποστεί σοκ έχουν χλωμό χρώμα, χαμηλή θερμοκρασία και χαμηλό παλμό. Τοποθετήστε τον τραυματία με τα πόδια ελαφρώς ανασκωμένα, σταθεροποιήστε τον και κρατήστε τον ζεστό. Πρέπει πάντα να υπάρχει μια κουβέρτα διάσωσης στο φαρμακείο πρώτων βοηθειών της AUTOGS.

#### Shock

Casualties who have shock are pale, they are cold, and they have a feeble pulse. Place casualty with his legs in an elevated position, reassure him, and keep him warm. There should be a rescue foil in the first aid kit.

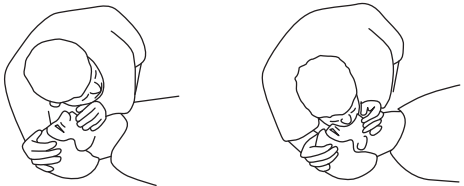


#### Πώς να τοποθετήσετε τον τραυματία

Σε περίπτωση τραυματισμών στο κεφάλι, όπως εγκεφαλική διάσειση, τοποθετήστε τον τραυματία με το κεφάλι του ανυψωμένο εάν ανταποκρίνεται. Ένας τραυματίας που έχει υποστεί σοκ, τοποθετείται ανάσκελα με τα πόδια του ανυψωμένα, εάν ανταποκρίνεται.

#### How to position a casualty

In case of head injuries such as a concussion of the brain place casualty with his head elevated if he is responsive. A casualty who has a shock is positioned on his back with his legs elevated if he is responsive.



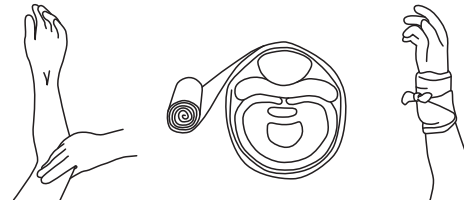
#### Τεχνητή αναπνοή

Σε περίπτωση αναπνευστικής ανεπάρκειας- **Τεχνητή αναπνοή.**

1. Λυγίστε το κεφάλι
2. Κρατήστε την μύτη ή το στόμα κλειστό
3. Δώστε αναπνοή-αέρα από το στόμα ή την μύτη. Γυρίστε το κεφάλι σας και παρακολουθήστε την εξέλιξη του τραυματία. Δώστε 15 εκπνοές το λεπτό.

#### Artificial respiration

In case of respiratory failure – **Artificial respiration.** 1. Recline head. 2. Keep mouth or nose closed. 3. Give breath into mouth or nose. Turn your head and watch casualty's expiration. Give 15 breaths per minute.

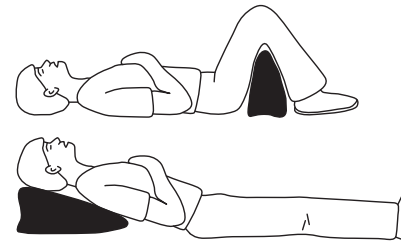


#### Αιμορραγία

Σε περίπτωση σοβαρής αιμορραγίας από το χέρι, πρώτα σηκώστε το χέρι και ασκήστε έμμεση πίεση στον άνω βραχίονα. Καλύψτε τις αιμορραγίες από το χέρι ή το πόδι εφαρμόζοντας έναν ελαστικό επίδεσμο, όπως φαίνεται παραπάνω.

#### Bleeding

In case of severe bleedings from the arm, first elevate arm and apply indirect pressure at the upper arm. Dress severe bleedings from arm and leg by applying a pressure bandage as shown here.



#### Πώς να τοποθετήσετε τον τραυματία

Σε περίπτωση τραυματισμών ή πόνων στην κοιλιακή χώρα, τοποθετήστε τον τραυματία με λυγισμένα γόνατα για χαλάρωση όπως φαίνεται παρακάτω. Σε περίπτωση αναπνευστικών δυσκολιών ή καρδιακού εμφράγματος τοποθετήστε τον τραυματία με το κεφάλι και το στήθος ανυψωμένο, εάν ανταποκρίνεται.

#### How to position a casualty

In case of injuries or illnesses in the abdominal region, place casualty with bent knees for relaxation as shown here. In case of breathing difficulties or cardiac infarct, place casualty with head and chest elevated if he is responsive.

**AUTO GS**  
GROUP OF COMPANIES

[www.autogs.gr](http://www.autogs.gr)

ΠΡΟΕΚΤΑΣΗ ΜΑΙΑΝΔΡΟΥ, Τ.Θ. 118, Τ.Κ. 57013,  
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ - Τ. 2310 688050 - F. 2310 688052  
[sales@autogs.gr](mailto:sales@autogs.gr) - [www.autogs.gr](http://www.autogs.gr)

P.O. BOX. 118, P.C. 57013, THESSALONIKI, GREECE- T. +30  
2310 688050 - F. +30 2310 688052  
[sales@autogs.gr](mailto:sales@autogs.gr) - [www.autogs.gr](http://www.autogs.gr)