„დამტკიცებულია"
საქართველოს საავიაციო უნივერსიტეტის
რექტორი, პროფესორი
ს. ტეფნაძე
24 03 2025
დადგენილება № 05/01

საქართველოს საავიაციო უნივერსიტეტი

ხანძარსაწინააღმდეგო უსაფრთხოებისა და სამედიცინო დახმარების აღმოჩენის მექანიზმები

ძირითადი ასლი

1. სარჩევი

1. სარჩევი 2
2. ცვლილებები 3
2.1 ცვლილებების ისტორია 3
3. მოქმედი გვერდების სია 4
4. დოკუმენტაციის კონტროლი 5
4.1 დოკუმენტების დასაგზავნი სია 5
5. ძირითადი ნაწილი 6
მუხლი 1. ზოგადი დებულებები 6
მუხლი 2. მიზნები 6
მუხლი 3. მექანიზმები 6
უსაფრთხოების უზრუნველყოფის და წესრიგის დაცვის ღონისძიებები: 6
შენობა-ნაგებობის სახანძრო უსაფრთხოების ნორმები: 7
სამედიცინო დახმარების აღმოჩენის მექანიზმები: 7
6. დანართები: 10

2. ცვლილებები

ცვლილების შეტანა ხორციელდება ხარისხის უზრუნველყოფის სამსახურის და რექტორის მონაწილეობით. შეცვლილი წესი დასამტკიცებლად წარედგინება უნივერსიტეტის რექტორს. დაუშვებელია ცვლილების განხორციელება ზემოაღნიშნული პროცედურის დარღვევით.

შედგენილია:	დამტკიცებულია:
ხარისხის უზრუნველყოფის სამსახური	რექტორი
თარიღი:	თარიღი:

ამოღებული გვერდი				**დამატებული გვერდი**			
თავი	**გვერდი**	**ცვლილება**	**თარიღი**	**თავი**	**გვერდი**	**ცვლილება**	**თარიღი**

2.1 ცვლილებების ისტორია

ცვლილების №	**ცვლილების საფუძველი**	**შეცვლილი გვერდები**	**თარიღი**	**ცვლილების ინიციატორი**

3. მოქმედი გვერდების სია

თავი	**გვერდი**	**ცვლილება**	**თარიღი**		**თავი**	**გვერდი**	**ცვლილება**	**თარიღი**
-	1	0	თებერვალი 2025					
1	2	0	თებერვალი 2025					
2	3	0	თებერვალი 2025					
3	4	0	თებერვალი 2025					
4	5	0	თებერვალი 2025					
5	6	0	თებერვალი 2025					
5	7	0	თებერვალი 2025					
5	8	0	თებერვალი 2025					
6	9	0	თებერვალი 2025					
6	10	0	თებერვალი 2025					
6	11	0	თებერვალი 2025					
6	12	0	თებერვალი 2025					

4. დოკუმენტაციის კონტროლი

დოკუმენტაციის კონტროლი ხორციელდება ხარისხის სახელმძღვანელოში გაწერილი წესებისა და პროცედურების მიხედვით. ამ წესებისა და პროცედურების მიზანია შეიქმნას სისტემა, რომელიც თანამშრომლებს მისცემს დოკუმენტების ადვილად ამოცნობისა და გამოყენების საშუალებას ორგანიზაციაში. ყველა კონტროლირებადი დოკუმენტი უნდა შეიქმნას და შეინახოს იმ ფორმატითა და წესებით, რომელიც გაწერილია ხარისხის სახელმძღვანელოში. ეს შექმნის პროცედურების სისტემას, რომელშიც დოკუმენტების შექმნა, განახლება და გავრცელება მოხდება ადვილად.

4.1 დოკუმენტების დასაგზავნი სია

ორგანიზაცია	ფორმატი	ასლის ნომერი
ხარისხის უზრუნველყოფის სამსახური	ბეჭდური	ძირითადი ასლი
ხარისხის უზრუნველყოფის სამსახური	ელექტრონული	ელექტრონული ვერსია
უნივერსიტეტის ვებ-გვერდი	ელექტრონული	ელექტრონული ვერსია

5. ძირითადი ნაწილი

მუხლი 1. ზოგადი დებულებები

1. საქართველოს საავიაციო უნივერსიტეტის ხანძარსაწინააღმდეგო უსაფრთხოების მექანიზმები შემუშავებულია "სახანძრო უსაფრთხოების წესებისა და პირობების შესახებ ტექნიკური რეგლამენტის დამტკიცების თაობაზე" საქართველოს მთავრობის 2015 წლის 23 ივლისის N370 დადგენილების შესაბამისად და გათვალისწინებულია საქართველოს კანონმდებლობით დადგენილი სხვა მოთხოვნები.
2. ამ წესით გათვალისწინებული მექანიზმების ჯეროვნად აღსრულებაზე პასუხისმგებელია უნივერსიტეტის რექტორის მიერ დანიშნული პირები, რომლებიც თავიანთი მოვალეობის შესრულებისას ხელმძღვანელობენ საქართველოს კანონმდებლობით, უნივერსიტეტის რექტორის მიერ გამოცემული აქტებით და ამ წესით.
3. ამ მუხლის მე-2 პუნქტის საფუძველზე, რექტორის მიერ დანიშნულ პირებს ეკისრებათ ვალდებულება, უზრუნველყონ სტუდენტების, პერსონალის და უნივერსიტეტში მყოფი სხვა პირების უსაფრთხოება, დაიცვან უნივერსიტეტის ქონება, აღასრულონ სახანძრო უსაფრთხოების წესები, უნივერსიტეტის ტერიტორიაზე მყოფ პირს აღმოუჩინონ პირველადი სამედიცინო დახმარება.
4. ევაკუაციისა და პირველადი სამედიცინო დახმარების აღმოჩენის წესები მოცემულია დანართ N1-სა და დანართ N2-ში.

მუხლი 2. მიზნები

1. ქვემოთ მოყვანილი წესების, ღონისძიებებისა და მექანიზმების მიზანია მაქსიმალურად დაიცვას უნივერსიტეტის სტუდენტების, აკადემიური, ადმინისტრაციული და დამხმარე პერსონალის, სტუმრების, უნივერსიტეტის ტერიტორიაზე მყოფი სხვა ნებისმიერი პირის და უნივერსიტეტის კუთვნილი მატერიალურ-ტექნიკური ბაზის უსაფრთხოება.

მუხლი 3. მექანიზმები

უსაფრთხოების უზრუნველყოფის და წესრიგის დაცვის ღონისძიებები:

1. წესი ადგენს სახანძრო უსაფრთხოების ცალკეულ მოთხოვნებს და განსაზღვრავს უნივერსიტეტში ქცევისა და უნივერსიტეტის შენობა-ნაგებობების მოვლა-პატრონობის წესებს. უნივერსიტეტის შენობა-ნაგებობების ხანძარსაწინააღმდეგო დაცვის სისტემების ტექნიკური საშუალებების ეფექტური მუშაობის უზრუნველსაყოფად რექტორის ბრძანებით ინიშნება შესაბამისი პირი, რომელსაც ეკისრება ხანძარსაწინააღმდეგო მოწყობილობების ვარგისიანობის (მაგ. ცეცხლმაქრების ვარგისიანობის ვადის) კონტროლის პასუხისმგებლობა.
2. რექტორის ბრძანებით განსაზღვრულ პირს/პირებს ეკისრება(თ) სამეთვალყურეო კამერების კონტროლი და სათანადო რეაგირება დარღვევის (ჩხუბი, ინვენტარის დაზიანება, წესრიგის დარღვევა, უხამსი საქციელი და სხვა ქმედება, რომელიც არ შეესაბამება ეთიკის დადგენილ სტანდარტებსა და ქცევის წესებს) აღმოჩენის შემთხვევაში. ტერიტორიაზე დაშვება შესაძლებელია სტუდენტის მაინდენტიფიცირებელი ბარათის ან უსაფრთხოებაზე პასუხიმგებელი შესაბამისი პირის ნებართვით დასაშვები პირის მონაცემების რეგისტრაციის საფუძველზე.

3. უნივერსიტეტის კუთვნილი შენობების ყველა სართულზე განთავსებულია ცეცხლმაქრები (საფრენოსნო საწაფების ოთახების ჩათვლით) და თვალსაჩინო ადგილას გამოკრულია საევაკუაციო გეგმა სადაც დატანილია შესაბამისი პროცედურები. საგანგებო ვითარების დროს უსაფრთხოებაზე პასუხიმგებელი პირი ვალდებულია გამოიძახოს სახანძრო და სასწრაფო დახმარების სამსახური და უზრუნველყოს შენობაში მყოფების მიერ შენობის უსაფრთხოდ დატოვება. დაუშვებელია უნივერსიტეტის ტერიტორიაზე ცეცხლსაშიში, აალებადი, ფეთქებადი და ტერიტორიაზე მყოფებისთვის საფრთხის შემცველი სხვა ნებისმიერი სახის ნივთიერების შეტანა, გამოყენება და შენახვა (სანქცირებული გამონაკლისი შემთხვევების გარდა), უნივერსიტეტის ტერიტორიაზე იკრძალება თამბაქოს (ნებისმიერი სახის) და ელექტრონული სიგარეტის მოწევა.

4. უნივერსიტეტის ყველა თანამშრომელი და სტუდენტი ვალდებულია იცნობდეს ამ წესს და მოქმედებდეს ამ წესის შესაბამისად.

შენობა-ნაგებობის სახანძრო უსაფრთხოების ნორმები:

1. ხანძრის დროს უნივერსიტეტის შენობებში მყოფ პირთა დაუბრკოლებელი და მშვიდობიანი ევაკუაციისა და მატერიალური ქონების მაქსიმალურად გადარჩენის უზრუნველსაყოფად საქართველოს საავიაციო უნივერსიტეტში დადგენილია შემდეგი ნორმები:

- უნივერსიტეტის შენობა-ნაგებობა აღჭურვილია ხანძრის ჩაქრობის პირველადი საშუალებებით, და უზრუნველყოფილია მათი ხილვადობა და ხელმისაწვდომობა.
- უნივერსიტეტის შენობა-ნაგებობაში ხანძრის ჩაქრობის პირველადი საშუალებები მუდმივად უნდა იყოს გამართულ მდგომარეობაში.
- უნივერსიტეტის შენობა-ნაგებობაში აკრძალულია ადვილაალებადი და წვადი სითხეების, დენთის, ფეთქებადი ნივთიერებების, პიროტექნიკური ნაკეთობების, წვადი აირის ავზების, აეროზოლის პაკეტებში დაფასოებული საქონლის და სხვა ხანძარსაშიშ-ფეთქებად ნივთიერებათა და მასალათა შენახვა-გამოყენება, გარდა სანქცირებული გამონაკლისი შემთხვევებისა.
- დაუშვებელია საევაკუაციო გასასვლელებში მათ შორის ოთახების კარებებში კიბის უჯრედებში ავეჯის, ტექნიკის ან ნებისმიერი ნივთების განთავსება რაც ხელს შეუშლის ევაკუაციის დაუბრკოლებლად განხორციელებას.
- დაუშვებელია უნივერსიტეტის შენობა-ნაგებობების ნებისმიერი სახის გეგმარებითი ცვლილება რამაც შეიძლება ხელი შეუშალოს ევაკუაციის დაუბრკოლებლად განხორციელებას.
- უნივერსიტეტის შენობა-ნაგებობებში მყოფ პირთა შეტყობინება სახანძრო განგაშის შესახებ ხორციელდება სახანძრო სირენის მეშვეობით.
- სახანძრო განგაშის გამოცხადების დროს შესაბამისი პერსონალი სახანძრო მანქანების შენობებთან დაუბრკოლებლად მიდგომის უზრუნველსაყოფად ახორციელებს უნივერსიტეტის შენობების მისადგომების განთავისუფლებას ავტომანქანებისაგან.

ევაკუაციისა წესები მოცემულია დანართ N1-ში

სამედიცინო დახმარების აღმოჩენის მექანიზმები:

1. რექტორის ბრძანებით დანიშნულია შესაბამისი სტატუსის მქონე პირი, რომელიც უზრუნველყოფს სამედიცინო დახმარების აღმოჩენას. უნივერსიტეტში მოწყობილია სამედიცინო

ოთახი, რომელიც უზრუნველყოფილია პირველადი დახმარების აღმოჩენისთვის საჭირო მედიკამენტებითა და სათანადო ინვენტარით.

პირველადი სამედიცინო დახმარების აღმოჩენის წესები მოცემულია დანართ N2-ში.

სანიტარულ- ჰიგიენური ნორმების დაცვის პროცედურები

1. უნივერსიტეტში განსაზღვრულია სანიტარული ღონისძიებების ჩატარებაზე პასუხისმგებელი პირი/ები და მუშაობის გრაფიკი;
2. დაწესებულება ყოველდღიურად ლაგდება სველი წესით, თხევადი საპნის და სადეზინფექციო ხსნარების გამოყენებით.
3. ფოიეები, აუდიტორიები, სახელოსნოები, ლაბორატორიები და სხვა სასწავლო და დამხმარე ოთახები ლაგდება მეცადინეობების დამთავრების შემდეგ, გაღებული ფანჯრების მდგომარეობაში. ირეცხება იატაკი, იწმინდება მტვრიანი ზედაპირები (მაგიდები, სკამები, ფანჯრის რაფები, გამათბობლები და სხვა).
4. ტარდება სადენზინფექციო სამუშაოები სადენზინფექციო ხსნარების გამოყენებით და შესაბამისი მონაცემები ფიქსირდება სამუშაო სივრცისა და გამოყენებული სამუშაო აღჭურვილობების დეზინფექციის ჩატარების გრაფიკის ჟურნალში, ამისათვის გამოიყენება საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტროს მიერ რეგისტრირებული სადეზინფექციო საშუალებები.
5.ფანჯრები იწმინდება დაბინძურების შესაბამისად, მაგრამ არანაკლებ წელიწადში ორჯერ მაინც. სამედიცინო კაბინეტი ექვემდებარება ყოველდღიურ დასუფთავებას სადეზინფექციო საშუალებების გამოყენებით.
6. სანიტარულ-ტექნიკური აღჭურვილობა სუფთავდება ყოველდღიურად. უნიტაზის დასაჯდომის, ჩასარეცხი ავზისა და კარების სახელურები ირეცხება ყოველდღიურად სარეცხი საშუალებით და სადეზინფექციო ხსნარის გამოყენებით. ნიჟარები, უნიტაზები ირეცხება ჯაგრისით სარეცხი- სადეზინფექციო საშუალებების გამოყენებით მათ ეტიკეტზე მითითებული რეკომენდაციების შესაბამისად.
7. სანიტარიული კვანძის დასუფთავებისათვის გამოიყენება ამ მიზნებისათვის განკუთვნილი, სათანადოდ მარკირებული ინვენტარი, რომელიც განთავსებულია განცალკევებით და ექვემდებარება დამუშავებას ყოველი სამუშაო დღის დასრულების შემდგომ.
8. დაწესებულების სათავსების დასუფთავებისათვის გამოყენებული საყოფაცხოვრებო ქიმია და სადეზინფექციო საშუალებები, რომელიც ინახება სპეციალურად ამ მიზნისათვის განკუთვნილ, ჩაკეტილ სათავსოში/კარადაში, პირვანდელი შეფუთვით, რათა შესაძლებელი იყოს დიფერენცირება მარკირების მიხედვით და არ იყოს ხელმისაწვდომი გარეშე პირთათვის.
9. ეპიდემიოლოგიურად არაკეთილსაიმედო პერიოდში ყოველდღიურ დეზინფექციას ექვემდებარება ყველა ოთახი, სადაც გამოვლინდა დაავადების შემთხვევა. სადეზინფექციო სამუშაოების ჩატარების ხანგრძლივობა კერაში დამოკიდებულია ეპიდსიტუაციაზე. საზოგადოებრივი ჯანმრთელობის დაცვის ცენტრების მითითებების შესაბამისად, დაავადების კერის ლიკვიდაციამდე.
10. ეპიდემიოლოგიურად არაკეთილსაიმედო პერიოდში კერაში დეზინფექციის დროს ძირითადი ყურადღება ექცევა იმ ნივთების დამუშავებას, რომლებიც გადამწყვეტ როლს თამაშობენ ინფექციის გადაცემაში (ხშირად შეხებადი ზედაპირები, კარები, კარისა და ფანჯრის სახელურები, მაგიდის ზედაპირები). ჰაერწვეთოვანი ინფექციის გავრცელების პრევენციის მიზნით ხშირად ნიავდება აუდიტორიები, სახელოსნოენი, ადმინისტრაციის ოთახები (ყველა შესვენებაზე), იწმინდება მტვრისაგან, სუფთავდება სველი წესით. ნაწლავური ინფექციების გავრცელების პრევენციისთვის დიდი მნიშვნელობა ზედაპირების, სანიტარიულტექნიკური აღჭურვილობის დეზინფექციის მართებულად ჩატარებას.

11.ყოველდღიურად ხდება ოთახებში, ადმინისტრაციულ და სხვა სათავსებში მყარი ნარჩენების შეგროვება და მათი უსაფრთხო გატანა შენობიდან.
12. ნაგვის კონტეინერები იცლება მათი 3/4-ით გავსებისთანავე რათა არ გადაივსოს.
13. ნაგვის ლპობისა და ხრწნის თავიდან აცილების მიზნით, ყოველდღიურად ხდება კონტეინერების გატანა უნივერსიტეტის ტერიტორიიდან, განსაკუთრებით, წლის თბილ პერიოდში. ყოველთვიურად, კონტეინერები ირეცხება და უტარდება დეზინფექცია (დეზინფექტანტით).
14. სხვადასხვა მანიპულაციების ჩატარების შედეგად ჰიგიენური ნარჩენის შეგროვება, ხორციელდება შესაბამისი წესის დაცვით.
15. დაწესებულების ადმინისტრაციის ორგანიზებით, სპეციალიზებული სამსახურის მეშვეობით, ტარდება ნარჩენების კონტეინერების განთავსების ადგილის, ასევე საწყობებისა და სარდაფების პერიოდული დამუშავება მწერებისა და მღრღნელების გამრავლების საწინააღმდეგო საშუალებებით (დეზინსექცია, დერატიზაცია).
16. შენობა-ნაგებობაში მოწყობილია გამიჯნული სანიტარული კვანძები, რომლებიც მუდმივად მარაგდება წყლით, აქვს უწყვეტი განათება, ვენტილაცია და უზრუნველყოფს პირადი ჰიგიენის დაცვის შესაძლებლობას, რომელიც ხელმისაწვდომია ყველა პროფესიული სტუდენტისთვის, მათ შორის შშმ სტუდენტებისთვის;
17. დაწესებულების მართლზომიერ მფლობელობაში არსებული ყველა სივრცეში მიმდინარეობს სანიტარულ-ჰიგიენურ ნორმათა დაცვის კონტოროლი.

6. დანართები:

დანართი 1. ევაკუაციის პროცედურები

- ხანძრის შემჩნევის შემთხვევაში დაუყოვნებლივ აცნობეთ დაცვისა და უსაფრთხოების თანამშრომელს;
- სახანძრო განგაშის გამოცხადების დროს შესაბამისი პერსონალი ახდენს ლიფტის ბლოკირებას;
- დაცვისა და უსაფრთხოების თანამშრომელი ვალდებულია გააფრთხილოს შენობაში მყოფი პირები არსებული საფრთხის შესახებ;
- ხანძრის შემთხვევაში ყველასათვის სავალდებულოა შენობის დაუყოვნებლივ დატოვება პანიკის გარეშე;
- აუცილებლად გაეცანით ევაკუაციის მარშრუტს (გეგმას);
- ევაკუირებული პირები თავს იყრიან კამპუსის ტერიტორიაზე არსებული სტადიონის ტერიტორიაზე რათა დადგინდეს ის პირები, ვინც შენობაში დარჩნენ, მათ შესახებ უნდა ეცნობოს დაცვასა და უსაფრთხოებაზე პასუხისმგებელ შესაბამის პირს;
- ევაკუაციის პროცესი იწყება იმ პირებით, რომელთაც არ სჭირდებათ სხვების დახმარება გარეთ გასასვლელად, რაც გამორიცხავს შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირთა დაშავებას ევაკუაციის დროს;
- აკადემიური ან ადმინისტრაციული პერსონალის ერთი წარმომადგენელი უნდა დარჩეს შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე პირთან, რომელიც დაეხმარება მას გასვლაში, მას შემდეგ, რაც სხვები დატოვებენ შენობას, სხვებმა კი მათი ადგილმდებარეობის შესახებ უნდა აცნობონ დაცვასა და უსაფრთხოებაზე პასუხისმგებელ შესაბამის პირს;
- ოთახებისა და აუდიტორიების დატოვებისას, შესაძლებლობის შემთხვევაში, დახურეთ ფანჯრები და კარები, რაც ხელს შეუშლის ცეცხლის გავრცელებას;
- პირადი ნივთები წაიღეთ მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ დრო გაძლევთ ამის საშუალებას;
- ევაკუაციის დროს შეინარჩუნეთ სიმშვიდე და სიწყნარე, რათა ყველამ გაიგონოს დაცვასა და უსაფრთხოებაზე პასუხისმგებელი პირის მითითებები, რომელიც ხელმძღვანელობს ევაკუაციის პროცესს;
- თუ თქვენი გასასვლელები ჩახერგილია, განვთავსდით შედარებით უსაფრთხო ადგილას, ეცადეთ დარეკოთ სხვებთან და აცნობოთ მათ თქვენი ადგილმდებარეობის შესახებ, ხოლო შემდეგ დაელოდეთ მაშველებს;
- არ დაბრუნდეთ შენობაში, სანამ დაცვასა და უსაფრთხოებაზე პასუხისმგებელი პირი არ მოგცემთ შესაბამის მითითებას;
- მას შემდეგ, რაც აღმოჩნდებით უსაფრთხო სიტუაციაში, დარეკეთ საგანგებო სიტუაციების მართვის ცენტრში ნომერზე 112;
- უნივერსიტეტში ყველა სართულზე, თვალსაჩინო ადგილზე გამოკრულია საევაკუაციო გეგმა და ევაკუაციის პროცედურები;
- უნივერსიტეტი აღჭურვილია ხანძარსაწინააღმდეგო ინვენტარით, რომლებიც განთავსებულია დერეფნებში;

დანართი 2. პირველადი დახმარების გაწევის მეთოდები

პირველადი დახმარება გულის წასვლის დროს:

- დააწვინეთ დაზარალებული ზურგზე და ქვედა კიდურები განალაგეთ ვერტიკალურად;
- უნდა უზრუნველყოთ სუფთა ჰაერის მიწოდება;
- მას შემდეგ, რაც დაზარალებულს დაუბრუნდება ცნობიერება, გაამხნევეთ და დაეხმარეთ მას ნელ- ნელა წამოჯდომაში;
- გულმოდგინედ ჩაატარეთ განმეორებითი დათვალიერება, რადგან შესაძლებელია დაცემისას დაზარალებულს მიეღო ტრავმა, გაუწიეთ პირველადი დახმარება დაზიანების შესაბამისად.
- თუ დაზარალებულს სწრაფად არ უბრუნდება ცნობიერება, გახსენით სასუნთქი გზები, შეამოწმეთ სუნთქვა და ცირკულაციის ნიშნები. საჭიროების შემთხვევაში მზად იყავით სარეანიმაციო ღონისძიებების ჩასატარებლად;
- თუ გონზე მოსვლის შემდეგ დაზარალებული კვლავ ცუდად გრძნობს თავს, ურჩიეთ მას დაწვეს ზურგზე და აუწიეთ ფეხები, სანამ ზოგადი მდგომარეობა ბოლომდე არ გაუმჯობესდება.

ხელოვნური სუნთქვის ჩატარების ტექნიკა:

- ჩაბერეთ დაზარალებულს პირში 5 წამში ერთხელ;
- ყოველი ჩაბერვის შემდეგ მოაშორეთ ტუჩები დაზარალებულის პირს და შემდეგ ჩაბერვამდე დაელოდეთ გულმკერდის კედელი დაუბრუნდეს საწყის მდებარეობას;
- ყოველი 10 ჩაბერვის შემდეგ კვლავ გადაამოწმეთ სუნთქვა და ცირკულაციის ნიშნები;
- თუ ცირკულაციის ნიშნები არ არის, ეს ნიშნავს რომ გული გაჩერებულია და თქვენ სწრაფად უნდა დაიწყოთ გულის არაპირდაპირი მასაჟი;
- დააწვინეთ დაზარალებული ზურგზე და ქვედა კიდურები განალაგეთ ვერტიკალურად, უზრუნველყავით სუფთა ჰაერის მიწოდება;

გულის არაპირდაპირი მასაჟის შესრულების ტექნიკა:

- დადექით მუხლებზე დაზარალებულის გულმკერდის გასწვრივ. მოძებნეთ დაზარალებულის დვრილების შემაერთებელი ხაზის შუა წერტილი, ამ წერტილის ქვევით მოათავსეთ ერთი ხელი ისე, რომ მკერდის ძვალზე იდოს მხოლოდ მტევნის უკანა ნაწილი; ეს არის ის ადგილი, რომელზეც თქვენ უნდა მოახდინოთ ზეწოლა;
- დაადეთ მტევანი ზემოდან მეორე ხელს, შეჭიდეთ თითები და ასწიეთ ზემოთ ისე, რომ მკერდის ძვალზე იდოს მხოლოდ მტევნის უკანა ნაწილი;
- გაშალეთ ხელები იდაყვის სახსარში ისე, რომ თქვენს ხელებსა და გულმკერდის წინა კედელს შორის იყოს სწორი კუთხე. მოახდინეთ ზეწოლა მკერდის ძვალზე ისე, რომ ზეწოლის სიღრმე არ აღემატებოდეს 4-5 სმ-ს. ზეწოლის შემდეგ ხელების მოუშორებლად მიეცით მკერდის ძვალს საწყის მდებარეობაში დაბრუნების საშუალება. ზეწოლისას ითვალეთ: "ერთი, ორი, სამი, ოთხი... 15-მდე" ისე რომ 1 წუთში გამოვიდეს 100 ზეწოლა მკერდის ძვალზე.
- თუ თქვენ მარტო ხართ, მოახდინეთ 15 ზეწოლა. ამის შემდეგ თქვენ უნდა დაიწყოთ ხელოვნური სუნთქვა. ამისათვის გახსენით სასუნთქი გზები და გააკეთეთ 2 ჩაბერვა. გააგრძელეთ გულ-ფილტვის რეანიმაცია შეფარდებით 15 ზეწოლა მკერდის ძვალზე 2

- ჩაბერვა, სანამ არ აღდგება სუნთქვა და ცირკულაციის ნიშნები, არ მოვა გადაუდებელი სამედიცინო დახმარება ან დამხმარე, რომელმაც იცის გულ-ფილტვის რეანიმაციის ტექნიკა;
- ყოველ 1 წუთში ანუ 4 ციკლის ჩატარების შემდეგ თქვენ უნდა შეწყვიტოთ გულ-ფილტვის რეანიმაცია და გადაამოწმოთ სუნთქვა და ცირკულაციის ნიშნები;
- თუ თქვენ გყავთ დამხმარე ერთ-ერთი აკეთებს გულის არაპირდაპირ მასაჟს, ხოლო მეორე ხელოვნურ სუნთქვას. ამ შემთხვევაშიც გულ-ფილტვის რეანიმაცია ტარდება შეფარდებით: 15 ზეწოლა მკერდის ძვალზე / 2 ჩაბერვა. ასეთ შემთხვევაშიც 1 წუთის შემდეგ შეწყვიტეთ გულ- ფილტვის რეანიმაცია ცირკულაციის ნიშნებისა და სუნთქვის შემოწმების მიზნით.

გადაუდებელი სამედიცინო სამსახურის გამოძახება:

მაშინ როდესაც გული და სუნთქვა გაჩერებულია, ძალიან მნიშვნელოვანია გადაუდებელი სამედიცინო დახმარების დროული გამოძახება:

- თუ გყავთ დამხმარე - დროულად გააგზავნეთ ის სამედიცინო სამსახურის გამოსაძახებლად;
- თუ ხართ მარტო - სუნთქვის და გულის გაჩერება განპირობებულია ტრავმით ჩაატარეთ გულ-ფილტვის რეანიმაცია 1 წუთის განმავლობაში, შემდეგ გამოიძახეთ გადაუდებელი სამედიცინო სამსახური, დაბრუნდით დაზარალებულთან და გააგრძელეთ პირველი დახმარების აღმოჩენა.