Yellow & Blue

+38(066)6146869

yandbmilitary@gmail.com

https://yellowandblue.com.ua/

## Чекліст дій за 60 секунд після накладання турнікету

⏱️ Перша хвилина після накладання турнікету — критично важлива. У цей момент потрібно швидко перевірити кілька речей, щоб переконатися, що кровотечу дійсно зупинено, турнікет працює ефективно, а потерпілий стабільний.

Цей чекліст створений для використання у стресових умовах — короткий, зрозумілий і практичний. Роздрукуй його, вклади у аптечку або на планшетку.

### ☑️ Що перевірити протягом перших 60 секунд:

- ✅ Зупинка кровотечі підтверджена — немає активної крові.
- ✅ Відсутній пульс нижче турнікета (перевір пальці руки/ноги).
- ✅ Турнікет надійно зафіксований, не рухається і не послаблений.
- ✅ Записано час накладання турнікета (на лобі, на турнікеті, або на наліпці).
- ✅ Турнікет не закритий тканиною чи одягом — має бути повністю видимий.
- ✅ Потерпілий при свідомості або отримує підтримку (контроль дихання, свідомості).
- ✅ Готується евакуація або переміщення в безпечну зону.

Порада: цей чекліст — не заміна повноцінного навчання, але це саме той мінімум, який допоможе не розгубитися у вирішальний момент. Навіть одна зайва секунда може змінити все.