

KARTA PRVNÍ POMOCI

www.prevent.cz, www.instructor.cz

1. Zjisti, co se stalo!
2. Zavolej pomoc!
3. Dbej o vlastní bezpečnost!



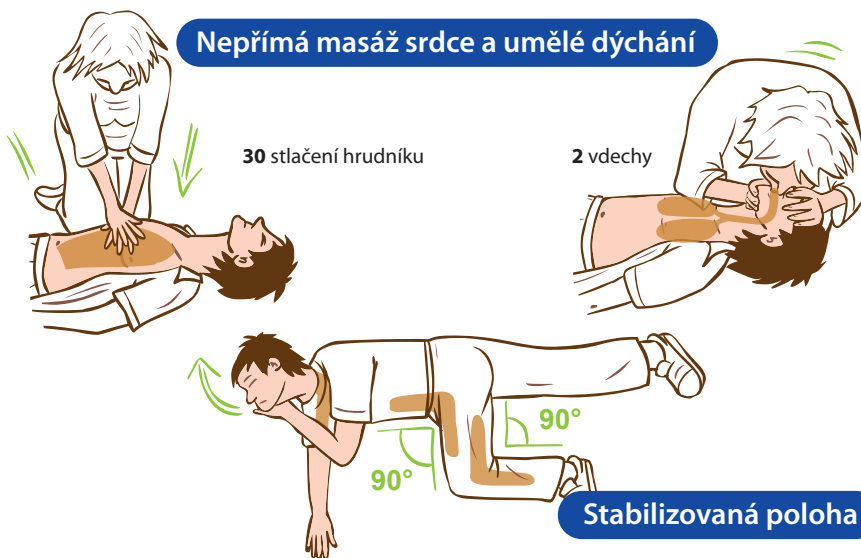
Zastav masivní krvácení

Stlač místo nad ranou nebo v ráně, končetinu zvedni nad úroveň srdce.



Uvolni dýchací cesty

Zakloň hlavu a předsuň dolní čelist a pootevři ústa.



Nepřímá masáž srdce a umělé dýchání

Stabilizovaná poloha

Hasiči **150** Záchranka **155** Policie **158** Integrovaný záchraný systém **112**

KRVÁCENÍ

Stlač místo nad ranou nebo v ráně, postiženého polož a poraněnou končetinu zvedni nad úroveň srdce. Přilož sterilní obvaz. Neodstraňuj větší tělesa z rány. Pokud obvaz prosakuje, přidej další vrstvu (obvaz nesundávej).

BEZVĚDOMÍ

Zkontroluj dýchací a oběhové funkce. Ulož postiženého do stabilizované polohy. Při zástavě dýchání a krevního oběhu uvolni dýchací cesty, začni stlačovat střed hrudníku 100x za minutu, navaž dýcháním z úst do úst. Udržuj poměr stlačení a vdechů 30 : 2. Pokud z jakéholiv důvodu nedokážeš provést dýchání z úst do úst, stlačuj alespoň střed hrudníku, můžeš zachránit život postiženého.

ŠOK

Udržuj slovní kontakt s postiženým, zabraň ztrátám krve, zajisti teplo, nepodávej tekutiny ani léky. Postiženého ulož do protišokové polohy na zádech, dolní končetiny jsou zdvižené nad podložku o cca 40 cm.

PORANĚNÍ PÁTEŘE

S postiženým, pokud to není nezbytné, nehýbej. Zkontroluj dýchací a oběhové funkce. Při zástavě dýchání a krevního oběhu zahaj nepřímou srdeční masáž a umělé dýchání z úst do úst.

PORANĚNÍ BŘICHA

Zranění zakryj sterilním obvazem. Neodstraňuj tělesa z rány. Nepodávej tekutiny! Pokračuj jako při postupu „ŠOK“.

PORANĚNÍ HLAVY

S hlavou postiženého nehýbej. Při krvácení z nosu postiženého posad' a mírně předkloň. Při krvácení z ucha ulož postiženého do polosedu s hlavou nakloněnou na poraněnou stranu, aby krev mohla volně vytékat z ucha.

ZLOMENINY

Se zlomenou končetinou nehýbej, ani ji nenapravuj! Zlomené kosti znehybni dlahami (kloub nad a pod zlomeninou). Otevřenou zlomeninu zakryj sterilním obvazem.

ÚRAZ ELEKTRICKÝM PROUDEM

Vypni elektrický proud nebo jiným bezpečným způsobem přeruš kontakt postiženého s elektrickým proudem! Při ztrátě vědomí postiženého pokračuj jako při postupu "BEZVĚDOMÍ".

POPÁLENINY

Zastav působení tepla. Ochlazuj popálené místo studenou vodou po dobu nejméně 10 minut. Popálené místo sterilně překryj, puchýře nepropichuj, přiškvařené látky nestrhávej. Pokračuj jako při postupu „ŠOK“.