

PRVNÍ POMOC

PŘI BEZPROSTŘEDNÍM OHROŽENÍ ŽIVOTA



NEŽ PŘIJEDE ZDRAVOTNICKÁ ZÁCHRANNÁ SLUŽBA

Zástava oběhu krevního a dýchání

- Položte postiženého na záda na tvrdou podložku (nejčastěji na zem).
- Záklonem hlavy uvolněte dýchací cesty a vyčistěte je (zvratky, cizí těleso).
- Zahajte oživování (resuscitaci) – pravidelným střídáním zevní srdeční masáže a umělého dýchání z úst do úst v poměru 30 umělých systol : 2 vdechům.

Zevní srdeční masáž

- Klekněte si nad postiženého z boku – nejlépe z levé strany od postiženého.
- Napjaté ruce položte dlaněmi na střed hrudní kosti a stlačujte hrudní kost proti páteři do hloubky 4–5 cm frekvencí 100 za minutu.

Umělé dýchání z úst do úst (zachránce se může chránit rouškou, čistým kapesníkem apod.)

- Otevřete jednou rukou postiženému ústa a druhou ucpěte nos.
- Nadechněte se, přitiskněte svá ústa na ústa postiženého a dvakrát (2 x) za sebou vdechněte svůj obsah plic do jeho úst.

Kombinace zevní srdeční masáže a umělého dýchání

- Zahajte oživování zevní srdeční masáží.
- Po 30 stlačení hrudníku provedte vždy 2 umělé vdechy a ihned pokračujte zevní srdeční masáží.
- Střídejte zevní srdeční masáž a umělé dýchání z úst do úst v poměru 30 systol : 2 vdechy až do příjezdu záchranné služby.

Automatické externí defibrilátory (AED)

- Včas provedená elektrická defibrilace zvyšuje šanci na přežití.
- Přístroje bývají umístěny na veřejných exponovaných místech.
- Umístěte elektrody na obnažený hrudník postiženého
 1. elektroda na pravou stranu hrudníku mezi prsní bradavku a klíční kost
 2. elektroda (většinou označená symbolem srdce) na levou stranu hrudníku mezi prsní bradavku a boční hranici hrudního koše.
- AED přístroje může ovládat každý, neboť jejich obsluha je jednoduchá a hlasovými instrukcemi vede zachránce k použití přístroje (slovem **Shock-šok**) v případě, že příčinou zástavy je porucha srdečního rytmu. Na každém přístroji je uveden i písemný návod použití.
- Pokud není u postiženého fibrilace komor, přístroj se nenabije.



Bezvědomí bez úrazu

- Je-li postižený v **bezvědomí** (nereaguje na oslovení a bolestivé podněty), **ale dýchá a má srdeční akci**, položte ho na tvrdou podložku do zotavovací (dříve stabilizované) polohy podle obrázku.
- Kontrolujte jeho základní životní funkce (dýchání, hmatný pulz).
- POZOR – při lapavém dýchání zahajte oživování.

Křeče

- Zabraňte postiženému, aby se poranil (pád, úder o předměty v okolí apod.)
- Uvolněte dýchací cesty.
- Vyčkejte až křeče odezní a podle potřeby oživujte nebo uložte postiženého do zotavovací polohy.

Úraz s bezvědomím

- Dýchá-li postižený a je-li spontánní srdeční aktivita, s postiženým nemanipulujte.
- Při zástavě dýchání a/nebo srdeční činnosti zahajte oživování.
- Přikryjte postiženého a zabraňte ztrátám tepla.

Cizí těleso v dýchacích cestách – dušení

- Doporučte postiženému, aby se snažil tělesa zbavit vykašláním.
- Udeřte postiženého dlaní mezi lopatky.
- Úder mezi lopatky můžete nahradit prudkým stlačením břicha.
- Stoupněte si za postiženého, chytněte si své ruce před jeho břichem a oběma rukama současně rázně stlačte břicho postiženého.
- Podívejte se do úst, zda uvidíte cizí předmět a snažte se jej vytáhnout.
- Není-li cizí předmět v dutině vidět, ukazovákem se jej snažte nahmátnout a odstranit.

Tepenné krvácení

Malé tepenné krvácení

- Opláchněte krvácející ránu a její okolí.
- Přiložte tlakový obvaz na postižené místo (případně stočené obinadlo nebo pevně smotaný kousek látky – kapesník, které pevně přifixujete pružným obinadlem).
- Není-li k dispozici obinadlo, tlačte rukou.

Větší tepenné krvácení

- Při krvácení na končetinách přiložte nad krvácející ránu směrem k srdci škrtidlo a utáhněte je. Dobré přiložení škrtidla poznáte podle toho, že se proud vytékající krve zastaví nebo výrazně zpomalí.
- Přiložte tlakový obvaz na postižené místo (případně stočené obinadlo nebo pevně smotaný kousek látky – kapesník, které pevně přifixujete pružným obinadlem)
- Škrtidlo nad ošetřenou krvácející ránou povolte, ale sledujte, zda neprosakuje obinadlem krev.
- Začne-li prosakovat krev přes obvaz, opět nad ránou zaškrťte končetinu.

Tepenné krvácení z jiné části těla

- Přiložte na ránu tlakový obvaz (stočené obinadlo, pevně smotaný kus látky apod.) a tlačte pevně rukou.

