

KARTA PRVNÍ POMOCI

www.prevent.cz, www.instructor.cz



ZAJISTI BEZPEČNOST

Dbej na bezpečnost vlastní i postiženého.

ZASTAV MASIVNÍ KRVÁCENÍ

Stlač místo okamžitým tlakem přímo v ráně.

VOLEJ ZÁCHRANKU 155 (112)

Nereaguje?

ZPRŮCHODNI DÝCHACÍ CESTY

Otoč na záda, zakloň hlavu předsunutím spodní čelisti a otevři ústa.

Nedýchá vůbec nebo normálně (má jen „lapavé“ dechy – občas se nadechne)?

RESUSCITUJ

*Stlačuj střed hrudníku.
100x za minutu do hloubky min. 5 cm.*

**Resuscituj do obnovení oběhu nebo příjezdu záchranky.
Ojedinělé „lapavé“ nádechy neznamenají obnovu oběhu, POKRAČUJ!**

Hasiči 150

Záchranka 155

Policie 158

Integrovaný
záchranný systém 112

MASIVNÍ KRVÁCENÍ

Stlač místo přímo v ráně. Zvol kompromis mezi bezpečností a rychlostí (u cizích osob použij raději kus oděvu apod.). Neodstraňuj z rány větší tělesa. Přilož tlakový obvaz (krycí, tlaková, fixační vrstva). Pokud obvaz prosakuje, přidej další vrstvu (obvaz nesundávej).

ZÁSTAVA OBĚHU – RESUSCITACE

Nereaguje, nedýchá nebo má jen lapavé dechy? Otoč postiženého na záda, zakloň hlavu (vytáhni bradu vzhůru) a uvolni dýchací cesty. Pokud nezačne dýchat, RESUSCITUJ. Začni stlačovat střed hrudníku 100x za minutu do hloubky nejméně 5 cm. Pokračuj do obnovení oběhu nebo příjezdu záchranky.

ŠOK

Zabraň ztrátám krve, zajisti teplo, nepodávej tekutiny ani léky. Mluv na postiženého, uklidňuj ho. Při zástavě oběhu RESUSCITUJ.

PORANĚNÍ PÁTEŘE

S postiženým, pokud to není nezbytné, nehýbej. Zkontroluj dýchání. Při zástavě oběhu RESUSCITUJ.

PORANĚNÍ HRUDNÍKU A BŘICHA

Ránu zakryj sterilním obvazem (při otevřeném zranění hrudníku poloprodyšným). Neodstraňuj tělesa z rány. Ulož postiženého do polohy v polosedě. Nepodávej tekutiny.

PORANĚNÍ HLAVY

S hlavou postiženého zbytečně nehýbej. Ošetři rány. 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. Při zástavě oběhu RESUSCITUJ.

ZLOMENINY A VYKLOUBENÍ

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

ÚRAZ ELEKTRICKÝM PROUDEM

Vypni elektrický proud nebo jiným bezpečným způsobem přeruš kontakt postiženého s elektrickým proudem! Hoří-li na postiženém šaty, uhas je příkrývkou. Při zástavě oběhu RESUSCITUJ.

POPÁLENINY

Zastav působení tepla. Ochlazuj popálené místo studenou vodou po dobu nejméně 10 minut. Popálené místo sterilně překryj, puchýře nepropichuj, přiškvařené látky nestrhávej.

OTRAVY

Pozor na vlastní nebezpečí! Přeruš kontakt s jedovatou látkou (vyveď ze zamořeného prostoru, vyvětrej, svlékni zasažený oděv apod.). Při požití jedovatých hub, rostlin nebo léků vyvolej zvracení. Při požití leptavých látek zvracení NEVYVOLÁVEJ.