

## Zásady první pomoci

Získat přehled o situaci, posoudit možná nebezpečí (možnosti dalšího ohrožení, hromadná havárie, požár, výbuch apod.) rychle jednat, zajistit bezpečnost raněných (zejména dalšími možnými následky, dopravní situace, pády, výška apod.) posoudit závažnost poranění (životně důležité funkce, dýchání, krvácení).

Přivolání rychlé lékařské pomoci tel. 155

Poskytnutí první pomoci, provést protišoková opatření a vyčkání příjezdu rychlé lékařské pomoci.

### Bezvědomí

- příznaky: člověk leží, má zcela povolené svalové napětí, nereaguje. 1. pomoc - šetrné otočení na záda, prohlídka ústní dutiny a její vyčištění, uvolnění dýchacích cest, uložení do stabilizované polohy.



### Zástava dechu

- příznaky: promodrávání sliznic a okrajových částí těla (rty, uši, nos) nejsou patrné dýchací pohyby, není cítit proud vzduch z dýchacích cest. 1. pomoc - poloha na zádech, čistá ústní dutina, záklon hlavy, zahájení umělého dýchání dvěma hlubokými vdechy, poté udržování frekvence 12 - 14 vdechů za minutu u dospělého člověka, kojenci 30 vdechů, děti 10 - 20 vdechů.



### Zástava krevního oběhu

- příznaky bez dechu, tepu, vědomí, promodralá kůže a sliznice. 1. pomoc - neodkladná resuscitace, umělé dýchání, zahájení 2 hlubokými vdechy poté nepřímá masáž srdce. Zachraňovaný leží na zádech na pevné podložce - 2 hluboké vdechy, stlačení srdce 15 x, následují 2 vdechy opakovat do příchodu lékaře popř. nabytí vědomí poměr 15 stlačení : 2 vdechy.

### Sok

- příznaky bolest, nápadná bledost, studený pot, zrychlený a slabý tep, netečnost, žízeň, zvracení. Příčiny: velká ztráta krve, popálení, otrava apod. Protišoková opatření - ošetření ran, znehybnění končetin, dostatečné dýchání, uložení do protišokové polohy.



## Krvácení žilní

- krev tmavá vytéká pomalu. 1. pomoc - je-li postižena končetina, zvedneme do výše, přiložíme tlakový obvaz.

## Tepenné

- krev je světlá, stříká. 1. pomoc - stiskneme tepnu přímo v ráně, přiložíme tlakový obvaz, zvedneme končetinu.

## Krvácení z nosu

- 1. pomoc stiskneme kořen nosu na dobu 5 min. při mírném předklonu hlavy, přiložíme studený obklad na čelo a zатыlí.

## Vnitřní krvácení

- odvodit z mechanismu úrazu (přejetí břicha autem apod.). Poraněný má bolesti, leží na boku s pokrčenými dolními končetinami, počátek šoku. 1. pomoc - provádět protišoková opatření, pokročilý šok - autotransfuzní poloha.

