

PRVNÍ POMOC

Život ohrožující stavy:

velké krvácení

porucha vědomí

porucha dýchání

Volej 155 nebo 112

Co se stalo?

Kde se to stalo?

Dostaneš telefonicky radu: telefonicky asistovaná první
pomoc

Zůstaň v dosahu telefonu!

Odstraň překážky pro záchranku!

Zástava oběhu

Problémem srdce

Elektřinou

Dušením, neprůchodností dýchacích cest, srdečním selháním

Úrazy hrudníku

Tonutím

1. Uvolnit DC: záklon hlavy+ zvednutí brady
2. Srdeční masáž: 100- 120x/ min. do hloubky 5-6cm
3. Event. + umělé dýchání: 30 stlačení na 2 vdechy normálním dechovým objemem

Bezvědomí

Poruchou dýchání nebo oběhu

Poškozením mozku úrazem, krvácením, epilepsií, nádorem

Poruchami metabolismu

Otravami

Nereaguje na oslovení ani na zatřesení ani na bolestivý podnět

Nedýchá-li, viz zástava oběhu

Dýchá-li, zotavovací poloha+ zabránit podchlazení

Opilí, otrávení, zvracící, krvácející z úst, po tonutí

Zevní krvácení

Zejm. řeznými ranami a amputacemi

Vzniká šok a zástava oběhu!

Pevně stisknout rukou/ pěstí přímo v ráně

Tlakový obvaz

Protišoková opatření

Turniket pouze v nouzi na končetiny, ne k lokti a koleni,
zapsat na něj čas zaškrcení

Neúčinné zvedání končetin, tlakové body

Vnitřní krvácení

Pády, nárazy v rychlosti

Přímým násilím na trup

Bodnými a střelnými poraněními

I spontánně (nádor, žaludeční vředy)

Zklidnit, omezit manipulace, termoizolace

Dříve užívaná autotransfúzní poloha nefunguje!

Tonutí

5 vdechů a pak 30: 2

Zvracení většinou- pravidelně odsávat ústní dutinu

Nestačí samotná masáž stdce

S traumatem krční páteře- přednost má dýchání!

Uzávěr dýchacích cest cizím tělesem

1. Nechat kašlat
2. Předklon+ 5x úder mezi lopatky
3. Heimlichův manévr 5x

Trauma páteře, končetin

Páteř: nehýbat, termoizolovat!

Končetiny:

Zastavit krvácení

Znehybnit nenásilně, nerovnat

Event. zvednout a chladit, při nedostupné pomoci
měkce vypodložit

Rány

Vyčistit proudem vody, nedrhnout, neperoxidovat

Dezinfekce okolí

Sterilní krytí

Hadí uštknutí

Zklidnit, zamezit pohybu, studený obklad

Nemačkat, neřezat, nepálit

Antihistaminika

Úpal, úžeh

Průvan, sprcha, obklady, tekutiny/ minerálka

Neúrazové stavy

Mdloby

Křeče

CMP

Bolest na hrudi

Dušnost

Cukrovka

Krvácení z nosu (stisknout, plivat, vsedě v lehkém předklonu), z úst (skousnout tampon), z ucha (nechat vytékat, čistota, pomoc), zvracení a vykašlávání krve

Alergie

Antihistaminika, protisvědivé gely, vlastní Epipen/
vbodnout do zevní strany stehna a nechat zabodnuté 10
vteřin, poloha se zvednutýma DKK

Klíště

Zklidnit

Vytáhnout pinzetou

Zdezinfikovat

Nekroutit, nemastit

Chřipkové příznaky, červená skvrna, ztuhlý krk a bolest hlavy se světloplachostí až s odstupem- infekce