

První
pomoc

loono

#ziješsrdcem



@loonocz
www.loono.cz

1

První pomoc a zákon

loono

Co je první pomoc

Soubor jednoduchých úkonů a opatření, používaných pro ochranu zdraví a záchranu života při náhlém ohrožení nebo postižení zdraví člověka.

Každý, kdo není v ohrožení vlastního života musí první pomoc poskytnout.

loono

Nejčastější situace



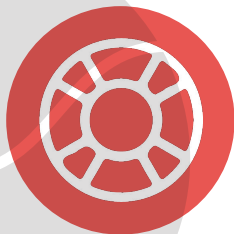
Autonehoda



Pád z výšky



Dušení



Tonutí



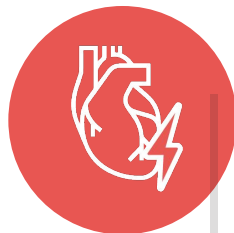
Bezvědomí



Popáleniny



Krvácení



Infarkt



Mrtvice



Mdloby



Epileptický
záchvat

Co na to zákon?

Neposkytnutí první pomoci se trestá zákonem - odnětím svobody až na 5 let!

První pomoc neposkytujeme, pokud si to zraněný nepřeje, zákon nás v tomto případě chrání.

Porušení zákona při první pomoci: v situaci krajní nouze nevzniká trestní odpovědnost. (Např. pokud není záchranná služba k dispozici, při převozu člověka s infarktem do nemocnice není trestné řídit pod vlivem alkoholu)

loono

2

Jak postupovat při první pomoci?

loono

Postup první pomoci

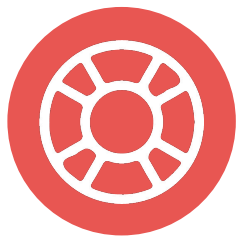
1. Bezpečnost zachránce
2. Ověření stavu vědomí
3. Žádost o pomoc
4. Uvolnění dýchacích cest a kontrola dýchání
5. Volání ZZS
6. KPR (kardiopulmonální resuscitace)

1. Bezpečnost zachránce

Důležité je, aby se zachránce při provádění první pomoci sám nezranil! Volejte v těchto případech 155!



Dopravní nehoda



Zásahy ve vodě



Úrazy elektrickým proudem



Nakažlivé onemocnění



Nebezpečná osoba



Požár či zamořené prostředí

2. Ověřit stav vědomí

1. Oslovte **nahlas** člověka: (“Haló, jste v pořádku? Stalo se vám něco?”)

2. Odpověděl?

Ano

Ne

Je při vědomí. Uklidněte ho, kontrolujte vědomí a dýchání.

1. Zatřeste mu silně rameny!
2. Nadále neodpovídá ani se neprobouzí? **Je v bezvědomí.**

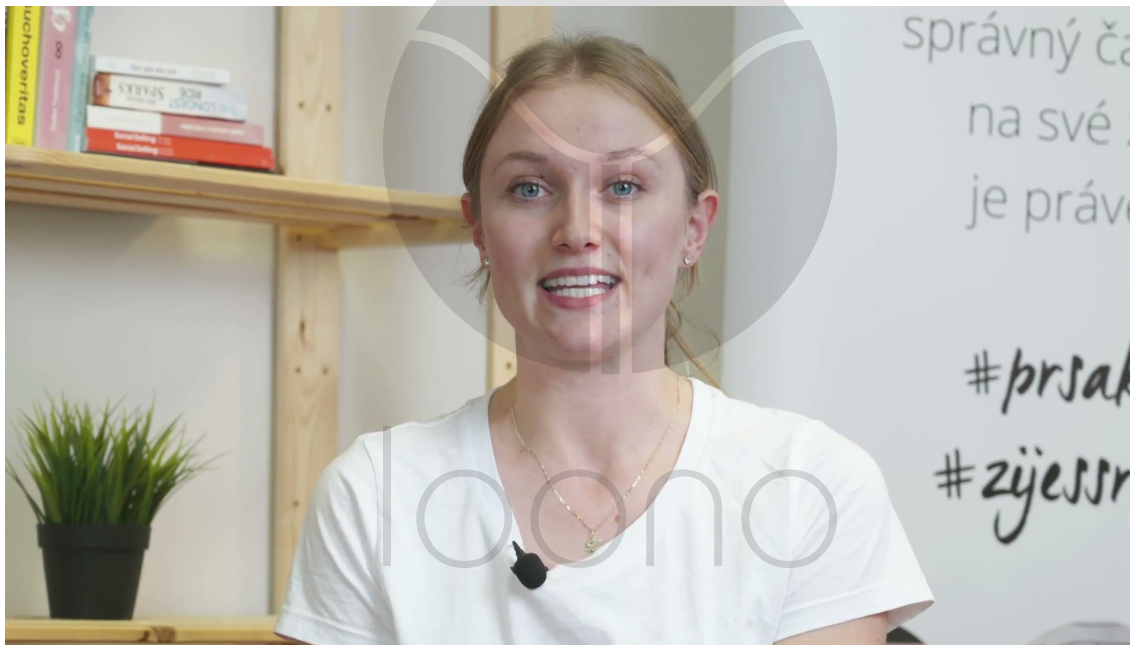
3. Žádost o pomoc

1. **Přivolejte** k sobě křikem pomoc
2. **Oslovujte** konkrétní lidi
3. **Nečkejte**, že se někdo nabídne sám



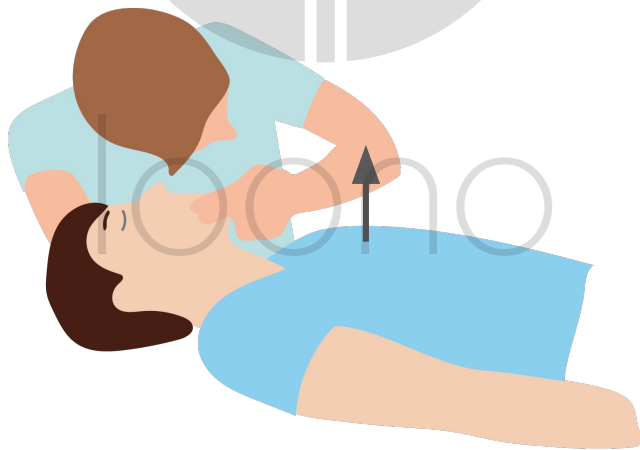
4. Uvolnění dýchacích cest

Položit člověka v bezvědomí na záda a provést záklon hlavy!



4. Kontrola dýchání

- přiložit ruku na břicho nebo na hrudník a sledovat, zda se pravidelně zdvíhají
- přiložit ucho a tvář k ústům pacienta a sledovat jeho dech (pozor na svou bezpečnost)
- za 10 sekund 2x nádech
- dýchání by mělo být pravidelné - pozor na tzv. lapavé dechy!



**bezvědomí + zástava dýchání = zástava
oběhu = volání 155 + resuscitace**

**bezvědomí + pravidelné dýchání = záklon
hlavy + volání 155 + pravidelná kontrola
dýchání**

loono

5. Volání záchranné služby

Před vytočením čísla rychle vyhodnotíme situaci a zorientujeme se v prostoru.

Jakou linku volat?

155

číslo přímo na linku záchranné služby.

112

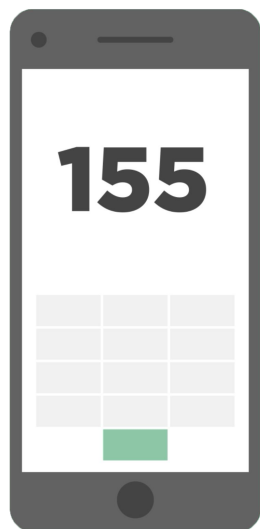
112 voláme, když potřebujeme všechny složky týmu: hasiče + policie + záchranáře, např. u dopravní nehody.

Jsme struční, jasní a hlavně přesní!

S dispečerem komunikuje vždy 1 záchránce, který odpovídá na dotazy a hovor ukončuje **vždy dispečer**.

1. Představíme se
2. Řekneme **kde** se nacházíme.
3. Popíšeme situaci – **co** se stalo, **kolik** je na místě zraněných, **jaké** mají poranění, **kolik** je na místě záchránců, **jaké** kroky jsme až doteď udělali a aktuální stav postiženého.

Volat



Aplikace Záchranka



Android



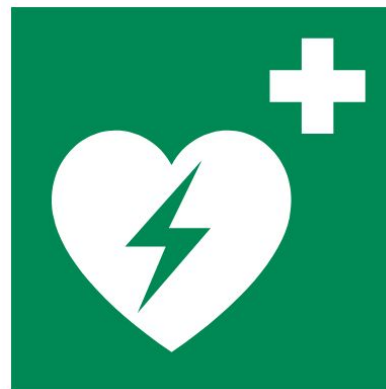
iOS

loono

6. KPR - nepřímá srdeční masáž

Po zjištění, že je postižený v bezvědomí a nedýchá normálně, konstatujeme zástavu krevního oběhu a zahajujeme kardiopulmonální resuscitaci (KPR).

- pokud je zachránců více, nalezneme a zapojíme **AED**



Shrnutí

Pozor
na vlastní
bezpečí!

Zkontroluj
vědomí

Zkontroluj
dýchání

Volej **155**

Stlačuj
hrudník