

# KARTA PRVNÍ POMOCI

|          |                                                                                                                                                                                                                                                  |          |                                                                                                                                                                                                                     |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1</b> | <p>F ZHODNOŤ SITUACI</p> <p>F CHRAŇ SEBE A OSTATNÍ</p> <p>F POSKYTNI PRVNÍ POMOC</p> <p>F PŘIVOLEJ POMOC</p> <p><b>( 155 (112)</b></p>                                                                                                           | <b>2</b> | <p>ZASTAV ŽIVOT OHROŽUJÍCÍ KRVÁCENÍ</p>                                                                                          |
| <b>3</b> | <p>VYŠETŘÍ VĚDOMÍ A DÝCHÁNÍ</p>                                                                                                                                | <b>4</b> | <p>PROVEĎ KONTERLU DÝCHÁNÍ, KDYŽ NEDÝCHÁ<br/>ZAKLOŇ HLAVU, ZNOVU PROVEĎ KONTROLU DÝCHÁNÍ</p>                                     |
| <b>5</b> | <p>KDYŽ NEDÝCHÁ, ZAČNI OŽIVOVÁNÍ S NEPŘÍMOU MASÁŽÍ SRDCE</p> <p><b>30 STLAČENÍ</b><br/>A POKRAČUJ V POMĚRU<br/><b>2 x vdech</b><br/><b>30 x stlačení</b></p>  | <b>6</b> | <p>PO OŽIVENÍ OŠETŘÍ PŘÍPADNÁ DALŠÍ ZRANĚNÍ,<br/><b>STABILIZUJ POLOHU,</b><br/>KONTROLUJ VĚDOMÍ,<br/>DÝCHÁNÍ A KREVŇÍ OBĚH</p>  |

## ČÍSLA TÍŠŇOVÉHO VOLÁNÍ

|                              |                                                                                                     |                                                                                                     |                                                                                                      |                                                                                                       |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>112</b><br><br><b>SOS</b> | <b>150</b><br><br> | <b>155</b><br><br> | <b>158</b><br><br> | <b>156</b><br><br> |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## POPISY JEDNOTLIVÝCH ÚKONŮ

### **KRVÁCENÍ**

Ránu zakryj sterilní gázou a pevně obvaž obvazem. Pokud obvaz rychle prosakuje, stlač rukou, končetinu nadzvedni.

### **BEZVĚDOMÍ**

Zjisti zda dýchá. Pokud nedýchá a nereaguje, začni s oživováním podle obrázku č. 5. U dětí se začíná 5 vdechy a následně jako u dospělých v poměru 2:30.

### **PORANĚNÍ PÁTEŘE**

Raněným, pokud je to nevyhnutelné, nehýbat. Udržovat ho v poloze v jaké byl nalezen.

### **PORANĚNÍ HRUDNÍKU A BŘICHA**

Poranění zakryj sterilní gázou. Zabodnuté předměty nevytahuj! Zraněného přikryj. Pití nepodávej! Pokračuj jako v případě „ŠOK“.

### **PORANĚNÍ HLAVY**

Zrněnému znehybní hlavu. Při krvácení z nosu nebo úst dej hlavu do polohy na bok! Rány přikryj sterilní gázou.

### **ZLOMENINY**

Končetinou nehýbej a nenapravuj ji! Polohu končetiny zajisti pevnou dlahou (kloub nad a pod zlomeninou). Otevřenou zlomeninu překryj sterilní gázou.

### **ŠOK**

Pokud zraněný krvácí, krvácení zastav! Ulož na záda, zdvihni nohy o 40 cm a hlavu dej na bok. Důkladně přikryj. Pokud se jedná o záchvat srdce nebo poraněný hrudník, dej ho do polosedu.

### **ÚRAZ ELEKTRICKÝM PROUDEM**

Vypni hlavní zdroj elektrického proudu ! Při ztrátě vědomí postupuj jako v případě „BEZVĚDOMÍ“.

### **POPÁLENINY**

Popálených míst se nedotýkej! Na postihnuté místa přilož sterilní gázu. Přilepené šatstvo neodstraňuj! Pokračuj jako v případě „ŠOK“.

Poznámka

Zpracováno podle Přílohy k vyhlášce MZ SR v roce 2008