

Oživovací pokusy (resuscitace)

Zahajte je vždy, zjistíte-li bezvědomí a bezdeší. Při resuscitaci je nutná poloha na zádech a na tvrdém podkladu. Postup:

Klekněte si z boku k postiženému. Přiložte ruce na střed hrudníku (viz obrázek) a stlačujte jej do hloubky 4-5 cm rychlostí 100krát za minutu. Po třiceti stlačeních hrudníku přistupte k dýchání z úst do úst. Hlava musí být zakloněna. Prsty zmáčkněte nosní křídla, nadechněte se a pak proved'te dva krátké vdechy (viz obrázek). Ihned pokračujte dále v masáži srdce.



Postup stále opakujte: stlačujte hrudník pacienta a vdechujte do něj, a to v poměru

30 : 2

Pokračujte bez přerušení do příjezdu záchranné služby nebo obnovení životních funkcí. Je-li záchránců více, po dvou minutách se vystřídejte v provádění srdeční masáže a dýchání. Pokud z nějakého důvodu nemůžete provádět dýchání, zajistěte alespoň samotnou masáž. Pro přežití pacienta má srdeční masáž klíčový význam.

Pokud si nejste jisti správným postupem, k poskytnutí nezbytné pomoci Vás bude instruovat operátorka tísňové linky 155.

Vaše pomoc může být pro postiženého životně důležitá !!!

Bezvědomí

Vyžaduje okamžitou první pomoc a aktivaci záchranné služby, protože postiženého ohrožuje na životě. Bezvědomí bývá často provázeno poruchou dýchání, krevního oběhu a zraněním.

- Jak poznáte bezvědomí

Pacient nereaguje na oslovení ani na bolestivý podnět (štípnutí do ušního lalůčku apod.). Někdy mohou být přítomny „křeče“ - záškuby svalstva (často provázeny zaťatými zuby a pěnou u úst). Dýchání, pokud je zachováno, bývá nepřirozené, pomalé a hlučné chrčení, chrápání.

Bezvědomí může nastat z mnoha příčin - od úrazů přes interní onemocnění až po otravy.

- První pomoc při bezvědomí

Bez ohledu na příčinu je vždy stejná: Zjistěte zda postižený dostatečně dýchá (ve stejné frekvenci jako Vy) zakloňte hlavu, přiložte ucho k ústům postiženého a sledujte, zda se mu zvedá hrudník.

Nedýchá-li: volejte 155, zahajte resuscitaci.

Dýchá-li: udržujte záklon hlavy a kontrolujte dýchání. Ošetřete případná poranění, zajistěte tepelný komfort. Při zvracení nebo krvácení z úst přetočte postiženého do tzv. zotavovací polohy na boku. Pokud dojde k zástavě dechu, přetočte pacienta na záda a zahajte oživovací pokusy.



K získání praktických dovedností je vhodné absolvovat některý z kurzů první pomoci.



POMOZTE ZACHRÁNIT ŽIVOT !



Jak pomoci do příjezdu sanitky

www.uszsmsk.cz

První pomoc poskytnutá laiky má pro pacienta v mnoha případech nesmírný význam. Profesionální záchranáři mohou tuto skutečnost na základě svých zkušeností plně potvrdit: Správně provedená laická první pomoc výrazně zvyšuje naději na úspěšnou záchranu pacientova života.

O přežití vážně ohroženého člověka často rozhodují **první minuty** po jeho zranění či náhle vzniklém onemocnění. A to bývají právě okamžiky do příjezdu profesionálních záchranářů. Ve skutečnosti však bývá okolí postiženého velmi často pasivní a před příjezdem odborné pomoci zasáhne dostatečně jen ve zlomku případů.

Ze zákona je povinen poskytnout základní první pomoc každý občan, pokud by se tím sám nevystavil vlastnímu ohrožení. Neposkytnutí pomoci je trestným činem.

Kdy volat tísňovou linku 155?

S přivoláním pomoci neváhejte zejména při:

- bezvědomí a křečových stavech
- bolesti (tlaku) na hrudníku
- dechových obtížích
- masivním krvácením
- závažných úrazech



155

Jste-li v situaci, kdy došlo k vážné poruše zdraví, snažte se zachovat klid a volejte linku 155. Připraven pomoci Vám bude vždy kvalifikovaný pracovník se zdravotnickým vzděláním. Volání na tísňovou linku je zdarma a číslo se používá bez předvolby.

Právě Ty můžeš v kritické chvíli zachránit lidský život !



Komunikace s operátorem tísňové linky

Zřetelně odpovídejte na otázky operátora/operátorky. Vaše informace jsou velmi důležité:

- Co se stalo (jde o nehodu, úraz nebo náhlé onemocnění...)
- Počet postižených (při více pacientech bude na místo události vysláno více posádek ZZS)
- Kdo volá (Vaše jméno, event. tel. číslo)
- Místo události (město, ulici, poschodí, jméno na zvonku, v terénu je pak důležité udat orientační bod v okolí)

- Po skončení hovoru telefon nevyplácejte a neblokujte jej dalšími hovory! Operační středisko Vás může v případě potřeby kontaktovat.

- Jestliže se stav postiženého po skončení hovoru výrazně změní, nečekejte až na příjezd sanitky a volejte znovu 155.

- Pokud Vás operátor/ka instruuje, jak pacientovi pomoci do příjezdu sanitky, řiďte se pokyny, které Vám dává. V případě, že to bude nezbytné, povede Vás k zahájení neodkladné resuscitace či jiným úkonům a zůstane s Vámi v telefonickém spojení.

Pamatujte, Vaše pomoc může být pro pacienta životně důležitá !!!

První pomoc u masivního krvácení

Prudké zevní krvácení co nejdříve zastavte! Velká krevní ztráta ohrožuje postiženého na životě. Nezáleží na tom, zda jde o krvácení tepenné nebo žilní.

K zástavě krvácení lze použít tři způsoby:

- Stlačení cévy v ráně

Vhodné je jako první reakce, ihned při nalezení postiženého. Proveďte tak, že svými prsty ucpete krvácející ránu. Pokud je rána větší, překryjte ji svou dlaní a přitlačte druhou rukou. Pro vlastní ochranu doporučujeme použít gumové rukavice.

- Tlakový obvaz

Tlakovým obvazem lze stavět krvácení na hlavě a končetinách. Pokud obvaz začne prosakovat krví, přiložte další. Obinadlo vždy pevně utáhněte.

- Zaškrcení končetiny

Tuto techniku lze použít na končetinách, v oblasti paže či stehna. Přiložte nejlépe originální pryžové zaškrcovalo a končetinu zaškrťte nad ránou. Improvizovat můžete páskem, šátkem, kravatou... Zaškrcovadlo použijte především při amputaci nebo otevřené zlomenině s masivním krvácením.



První pomoc při vdechnutí cizího tělesa

Těleso, jež způsobilo dušení postiženého, se pokuste vypudit několika údery plochou dlaně mezi lopatky pacienta. Předmět, který je viditelný v dutině ústní, vyjměte prsty.