



# PRVNÍ POMOC

## poranění pohybového aparátu

Mgr. Zdeňka Kubíková  
Bc. Barbora Zuchová a kol.

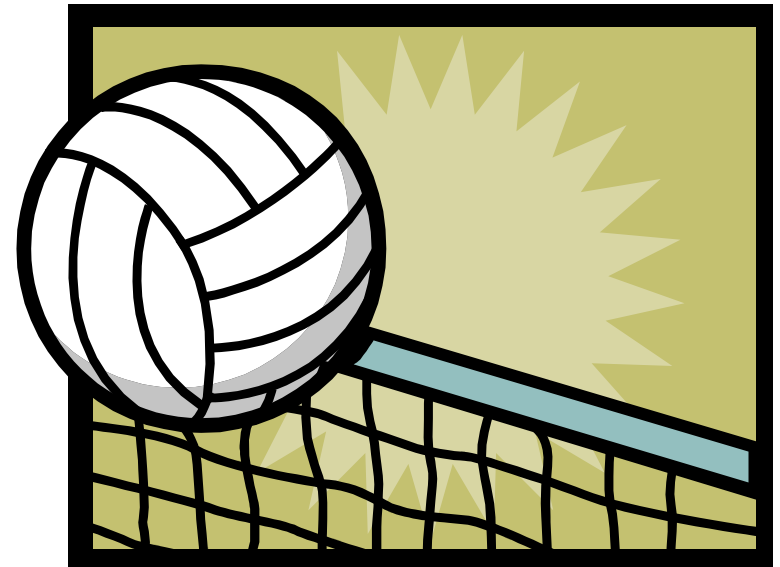
# Kontuze – zhmoždění

## První pomoc:

- chlazení

**Zásada chlazení:** nikdy nepřikládejte led na holou tkáň. Způsobíte omrzlinu!

- fixace elastickým obinadlem
- u rozsáhlých zhmožděnin počítat s větší ztrátou krve



# Distorze – podvrtnutí

## První pomoc:

- nerozcházet
- zvednout končetinu
- chladit
- návštěva zdravotnického zařízení



# Luxace – vykloubení

## První pomoc:

- zajistit ve vynucené poloze
- nenapravovat!
- **volat ZZS 155**



Luxace loketního kloubu



# Mechanizmus úrazu – luxace



Flegel, 2004

# Fraktury – zlomeniny

## První pomoc:

- znehybnit, **nenapravovat**
- chladit **s výjimkou zlomenin dlouhých kostí**
- u zlomenin dlouhých kostí hrozí šok – protišoková opatření
- volat ZZS 155



Collesova zlomenina, ČČK 2003

# Fraktury – zlomeniny

fixace horní končetiny



Použití šátkového závěsu  
Foto: Zuchová, 2008

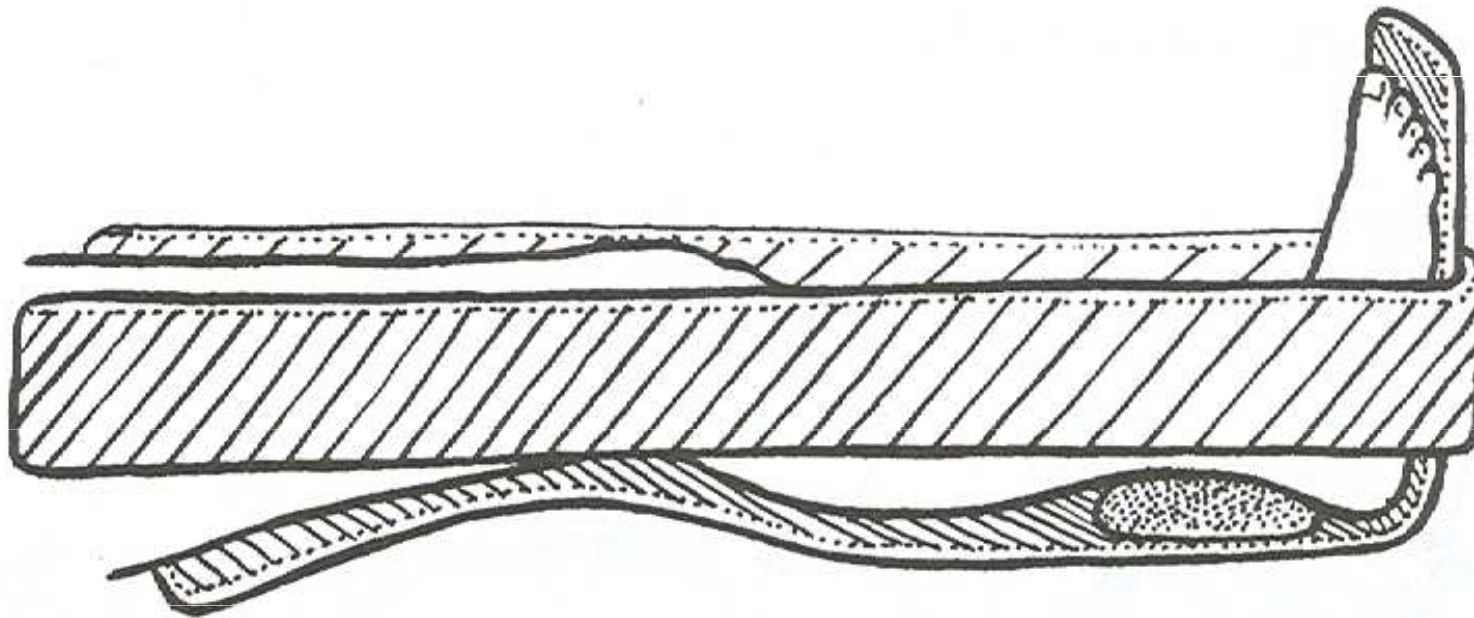


# Fraktury – zlomeniny

fixace dolní končetiny

**Nenapravovat, volat ZZS 155!**

Dlahy použijeme **pouze** v případě nutnosti transportu laikem!

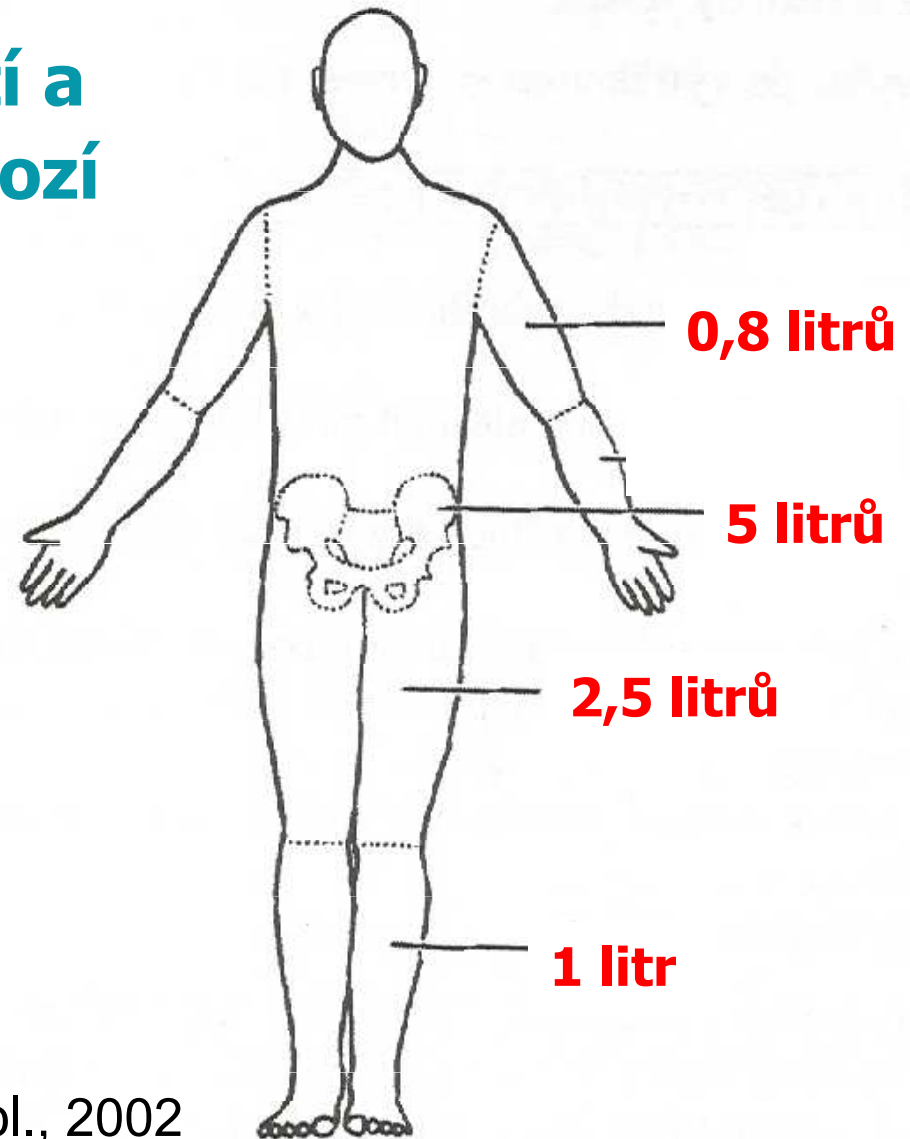


Beránková a kol., 2002



# Krevní ztráty u zlomenin

**U zlomenin dlouhých kostí a u vícečetných zlomenin hrozí šok!**



upraveno podle Beránková a kol., 2002