



155

PRVNÍ POMOC - úvod

Cíle PP

1.zachránit život

2.zabránit zhoršení zdravotního stavu

3.urychlit proces uzdravení

Základní pravidla

1. **Velmi důležité je **nestat se sám postiženým**, když se pokoušíte o záchranu druhého.**
Nepřibližujte se proto k postiženému, pokud se přitom dostává do nebezpečí i váš život (např. úraz elektrickým proudem, dým, tonutí, ...).
2. **Zkontrolujte bezpečnost prostředí**
3. **Co nejdříve volejte odbornou pomoc.**
4. **Nehýbejte s postiženým**, pokud to není zcela nutné!
5. **Neopouštějte postiženého!**
6. **Průběžně kontrolujte jeho stav!**

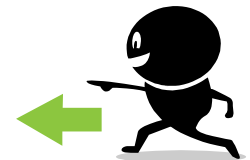
Priority

Je nutné **zajistit tři základní kroky**:

1. Zprůchodnit a udržet průchodné dýchací cesty (kontrola **10 s.**).
2. Dýchání je v případě potřeby nutné obnovit a udržovat umělým dýcháním.
3. Obnovit a udržet krevní oběh nepřímou srdeční masáží a zastavením krvácení.

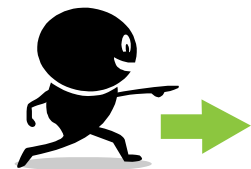
Základní úkoly **5 T**

1. V případě potřeby odsunout postiženého z dosahu nebezpečí.
2. Provést úkony zachraňující život, včas přivolat odbornou pomoc (Zdravotnickou záchrannou službu).
3. Správným ošetřením poranění zmírnit postiženému bolest.
4. Předejít komplikacím, která mohou poranění provázet, snížit riziko pozdních následků.
5. Vytvořit podmínky pro rychlé a uspokojujivé uzdravení.



Zásady postupu při poskytování první pomoci

1. první pomoc poskytnete vždy s rozvahou a účelně
2. po celou dobu ošetřování budete v trvalém kontaktu s postiženým
3. respektujte zásady poskytování první pomoci platné pro jednotlivé kategorie poškození zdraví:
 - a) bezvědomí
 - b) krvácení
 - c) zlomeniny
 - d) rány
 - e) popáleniny
 - f) otravy
 - g) ostatní



Technická PP

Má za úkol odstranit příčiny úrazu a vytvořit základní podmínky pro poskytování zdravotnické první pomoci, např. zásahem hasičského záchranného sboru, horské nebo vodní záchranné služby, ale i svépomocí, je-li potřeba.

Laická zdravotnická PP

Je souborem základních odborných a technických opatření, která jsou zpravidla poskytována **bez specializovaného vybavení**.
Součástí je:

- přivolání odborné zdravotnické první pomoci (příp. technické první pomoci)
- péče o postiženého až do doby, kdy jej odborná zdravotnická první pomoc převezme,
- výjimečně improvizovaný transport postiženého na místo, kde je dosažitelná odborná zdravotnická první pomoc.

Odborná zdravotnická PP

Zahrnuje obvykle aplikace léků, použití diagnostických a léčebných přístrojů a další postupy, jejichž vykonávání často přísluší pouze lékaři, případně dalšímu zdravotnickému personálu - záchranářům, zdravotním sestřám .

JAKÉ VYBAVENÍ POTŘEBUJETE?



Nepotřebujete žádnou zvláštní výbavu!

Dobře vybavená lékárnička pro první pomoc obsahuje řadu užitečných pomůcek, ale ne vždy ji máte v případě potřeby pohotově k dispozici. Můžete však použít cokoliv co je právě k dispozici, musíte improvizovat, pokud je to potřeba.

Proč vlastně při nehodě pomáhat?

Existuje něco jako **morálka** a vlastní **svědomí** a pak také **trestně právní zodpovědnost**. Zatímco onu morálku a svědomí má každý z nás někde jinde a nelze jejich přesné hranice nikdy stanovit, neposkytnutí první pomoci znamená již vážný přečin proti zákonu:

§ 207 tr. zákona - Neposkytnutí pomoci

(1) **Kdo** osobě, která je v nebezpečí smrti nebo jeví známky vážné poruchy zdraví, **neposkytne** potřebnou pomoc, ač tak může učinit bez nebezpečí pro sebe nebo jiného, bude potrestán odnětím svobody **až na 1 rok**.

(2) **Kdo** osobě, která je v nebezpečí smrti nebo jeví známky vážné poruchy zdraví, neposkytne potřebnou pomoc, **ač je podle povahy svého zaměstnání povinen takovou pomoc poskytnout**, bude potrestán odnětím svobody **až na 2 léta** nebo zákazem činnosti.

§ 208

Řidič dopravního prostředku, který po dopravní nehodě, na níž měl účast, neposkytne osobě, která při nehodě utrpěla újmu na zdraví, potřebnou pomoc, ač tak může učinit bez nebezpečí pro sebe nebo jiného, bude potrestán odnětím svobody **až na tři léta** nebo zákazem činnosti.

Aktivace tísňové linky 155

Tísňová telefonní linka 155 slouží k přivolání odborné zdravotnické pomoci v případě zdravotních potíží, které bezprostředně ohrožují život, nebo hrozí-li bezprostřední ohrožení života v případě prodlení.

Život ohrožující stav se zpravidla rozvíjí v přítomnosti svědků. Při náhle vzniklé poruše vědomí dochází k selhání základních životních funkcí.

Stanete-li se svědkem takové události, musíte neprodleně:

- ověřit bezpečnost prostředí, okolí
- diagnostikovat zástavu oběhu a nebo dýchání, či jiné závažné ohrožení života,
- okamžitě kontaktovat záchrannou službu prostřednictvím tísňového telefonního čísla 155 **(112)**,
- neprodleně zahájit laickou PP a provádět ji nepřetržitě až do předání posádce záchranné služby.

V případě bezprostředního ohrožení života volejte okamžitě 155 **(při aktivaci tísňové linky 112 dochází k časové prodlevě)**, neboť tísňové volání je poté předáno na Zdravotnické operační středisko (dále ZOS), záchranné služby).

Na základě Vašeho telefonátu vyšle ZOS tísňovou výzvu na příslušné stanoviště záchranné služby. K tomu však od volajícího potřebuje dostatek informací.



Voláte-li 155, měli byste vždy:

1. představit se
2. uvést **CO** a **KDE** se stalo
3. sdělit **KOLIK osob** je postižených (v případě dopravní nehody apod.)
4. odhadnout jaký je **zdravotní stav postižených**
5. je-li možno jméno a příjmení postiženého
6. co nejpřesněji **lokalizovat místo události**
7. svižně odpovídat na všechny dotazy operátora ZOS

Aby mohl operátor ZZS kvalifikovaně rozhodnout o nejvhodnějším druhu pomoci, musí mít přesné informace o povaze úrazu, resp. zranění. Buďte proto připraveni zodpovědět i otázky na aktuální zdravotní stav postiženého.

Telefon pokládejte až na výzvu operátora!!!

Nejčastěji kladené otázky operátorem ZOS:

1. je postižený při vědomí ?
2. dýchá?
3. má hmatný pulz?
4. krvácí?
5. jaké má bolesti?

Při telefonním hovoru buďte prosím trpěliví a řiďte se pokyny operátora. Je to profesionální zdravotník a v akutních případech rozhodne o vyslání buď pozemní či letecké záchranné služby na místo události již během hovoru. Nežádá se stávková, že pomoc dorazí na místo určení dříve, než skončí Váš telefonní hovor.

...a co volající ?

Telefonickým přivoláním profesionální pomoci Vaše pomoc nekončí.

Nyní je důležité, aby se záchranáři dostali na místo určení včas. Proto, pokud je to možné, **vyšlete další osobu před dům**, u hůře dostupných míst **na silnici**, usnadníte tím hledání místa zásahu a urychlíte poskytnutí profesionální pomoci bez zbytečných prodlev.

Je-li na místo vyslán **vrtulník** letecké záchranné služby, potřebuje k přistání plochu o rozměrech 30 x 30 metrů. Důležitá je pak signalizace máváním bílým šátkem u místa události, či před domem. Místo k přistání si pilot již vyhledá sám. Na přistávací ploše nerozprostírejte žádné plachty a ukliděte předměty, které by se mohly proudem vzduchu vznést. Zavřete domácí zvířata, zavřete okna u domu a zásadně se k vrtulníku po jeho přistání nepřibližujte, neboť hrozí úraz listy rotoru vrtulníku, či úraz ocasní vrtulkou.

Zdravotnická záchranná služba informuje

V tomto letáku najdete informace o všem, co je třeba vědět o zdravotnické záchranné službě (ZZS) – jak volat tísňovou linku, co dělat do příjezdu sanity a co po jejím odjezdu. Postupem podle těchto instrukcí nám usnadníte práci a umožníte nám účinnou záchranu lidského zdraví nebo života.

Zdravotnická záchranná služba poskytuje neodkladnou zdravotní péči především při akutním ohrožení života dětí i dospělých. Je to zejména při těchto stavech:

- poruchy vědomí
- zástava dechu a oběhu
- bolesti na hrudi
- dušnost
- cévní mozkové příhody
- křečové stavy
- úrazy
- dopravní nehody

Pokud jste svědky takové situace, zachovejte klid a volejte bezplatné telefonní číslo



155

Srozumitelně odpovězte na otázky operátora:

1. **Co se stalo** (bezvědomí, křeče, úraz, dopravní nehoda...).
2. **Kolik je postižených** (a zda je potřeba vyprošťovací technika).
3. **Jaké jsou hlavní příznaky** (stav vědomí, dýchání, přidružené nemoci, případně jméno a věk postiženého).
4. **Odkud voláte** – obec nebo místo (na dálnici místo i směr, tj. odkud kam), ulici, číslo domu, poschodí, významné orientační body.
5. Uveďte **své jméno a nevypínejte telefon**, z kterého jste podali výzvu.
6. **Poslouchejte rady dispečerky** a před dokončením hovoru nepokládejte telefon.

Před příjezdem zdravotnické záchranné služby poskytněte první pomoc:

- **postiženého oslovte** a pokud s Vámi mluví, komunikujte s ním
- pokud **na oslovení nereaguje**, položte jej na záda, nepokládejte mu hlavu a postiženého neposazujte
- zjistěte, **zda dýchá** (zda se zvedá hrudník a cítíte proud vydechaného vzduchu)
- pokud **dýchá**, uložte postiženého na bok a stále ho sledujte
- pokud **nedýchá**, prohlédněte mu dutinu ústní a vyčistěte ji od event. zvratků, zbytků potravy, popř. vyjměte zubní protézy
- **zprůchodněte dýchací cesty** záklonem hlavy a zvednutím brady
- pokud **stále nedýchá a stále nereaguje na oslovení, zahajte srdeční masáž stlačováním hrudníku** v jeho středu a **střídejte ji s umělými dechy z úst do úst** v poměru **30 : 2** (30 stlačení hrudníku, poté 2 vdechy) a opakujte bez přestání do příjezdu záchranářů
- masivní krvácení zastavte přiložením tlakového obvazu či přímým stlačením krvácející cévy



- pokud možno vyšlete další osobu před dům, aby záchranářům usnadnila nalezení místa postiženého, a zavřete psa
- v případě, že Vám zdravotnické operační středisko sdělí, že posílá na místo leteckou záchrannou službu, pokud možno označte místo události – mávejte kusem látky
- zavřete či odveďte domácí zvířata, zavřete dveře domu či auta
- po přistání se k vrtulníku nepřibližujte, hrozí nebezpečí úrazu

Tím, že jste zavolali na tísňovou linku 155 a operátor vyhodnotil Vaši výzvu jako ohrožení zdraví či života, byl aktivován záchranný řetězec profesionální zdravotnické pomoci. K Vašemu blízkému míří profesionální záchranáři.

Záchranáři přijeli na místo ošetření

Díky profesionalitě záchranářů a vybavení sanitních vozidel, která jsou vlastně mobilními ordinacemi, mohou být okamžikem příjezdu k Vašemu blízkému ihned na místě zahájeny zákroky, vedoucí k záchraně jeho zdraví či života. Ty se dříve odehrávaly až v nemocnici.

Postup na místě nehody

1. Při jednom záchránci - poskytujete-li první pomoc sami, snažte se dle možností přivolat na pomoc další osoby. Není li to možné postupujte takto:

- **Je-li postižen dospělý člověk, okamžitě volejte ZZS** ("call first") a teprve potom začněte zachraňovat!
- **Je-li postiženo dítě mladší osmi let, nejprve provádějte resuscitaci** (je-li to potřeba) po dobu 1 minuty, poté volejte rychle RZS ("call fast") Po zavolání ihned pokračujte v poskytování první pomoci od nejzávažnějších zranění až do příjezdu sanitky a předání postiženého odborníkům.

2. Při více záchráncích

- Jeden záchranec telefonuje na 155 (112) a druhý zatím poskytuje první pomoc
- Po přivolání pomoci pokračují oba záchránci v poskytování první pomoci od nejzávažnějších zranění až do příjezdu sanitky a předání postiženého odborníkům.



ČASNÁ VÝZVA

ČASNÁ KPR

**ČASNÁ
DEFIBRILACE**

**ČASNÁ DALŠÍ
OPATŘENÍ**

ZÁKLADNÍ PP

ROZŠÍŘENÁ PP

