



# **PRVNÍ POMOC A NEÚRAZOVÉ STAVY**



# KRÁTKODOBÁ ZTRÁTA VĚDOMÍ

## PROČ:

- Ze změny polohy, dlouhé stání, stres u emočně labilních jedinců, onemocnění srdce (arytmie), alergie, krvácení

## PŘÍZNAKY:

- Bledost, pocit slabosti, závratě → pád → v poloze na zádech probrání k vědomí

## NEBEZPEČÍ:

- Poranění při pádu, nerozpoznání vážného stavu (zástava oběhu, bezvědomí)

## POSTUP:

- Je-li to možné zabránit úrazu, poloha na zádech, zvýšení DK, uvolnit oděv, přívod vzduchu. Pokud nedojde k obnovení vědomí volat ZZS, postup jako u bezvědomí. Dojde-li k poruše dýchání postup dle KPR.

# KŘEČOVÉ STAVY (EPILEPSIE, FEBRILNÍ KŘEČE)

Záškuby svalstva, často spojené s poruchou vědomí.

## PROČ:

- Epilepsie, přehřátí, febrilní křeče, náhlá mozková příhoda, ...

## PŘÍZNAKY:

- Tonické (vzpínavé) – klonické (škubavé) křeče, pěna u úst, pokousání jazyka, pomočení, pokálení, po odeznění velká únava, porucha vědomí či zmatenost.

## NEBEZPEČÍ:

- Poranění při pádu, neprůchodnost DC, nerozpoznání zástavy dýchání-oběhu

## POSTUP:

- Je-li to možné zabránit úrazu, zajistit bezpečné prostředí, lze mírně podložit hlavu. Přivolání ZZS, nejde-li o epileptika, po záchvatu kontrola vědomí-dýchání, klid, řešit co je akutní.

## NESMÍ SE:

- Páčit čelisti, vkládat mezi zuby tvrdé předměty – prsty, fyzicky bránit křečím a pohybu.

# NÁHLE VZNIKLÁ PORUCHA HYBNOSTI A ŘEČI (CMP)

**Signalizují postižení mozku, pravděpodobně mozkovou mrtvicí.**

## **PROČ:**

- Příčinou bývá uzávěr mozkové cévy, příp. krvácení

## **PŘÍZNAKY:**

- Náhle vzniklá porucha citivosti a hybnosti obličeje, viditelné ochrnutí poloviny těla a obličeje, poruchy zraku, chůze, ztráta rovnováhy a koordinace pohybu, závratě, porucha chůze, bolesti hlavy, porucha vědomí, zvracení.

## **NEBEZPEČÍ:**

- Poškození mozku při neošetření ve ZZ, neprůchodnost DC, podchlazení než postiženého někdo najde.

## **POSTUP:**

- Volání ZZS, poloha nejčastěji na zádech s mírným podložením horní poloviny těla, čerstvý vzduch, uklidnění, trvalý dohled do předání, kontrola ZŽF, 5T

**Čím dříve se postižený dostane do ZZ, tím lepší bude jeho prognóza!**



**FACE.**

Has their face fallen on  
one side?  
Can they smile?



**ARMS.**

Can they raise both  
arms and keep  
them there?



**SPEECH.**

Is their  
speech slurred?



**TIME.**

Time to call **999**  
if you see any single one  
of these signs.



**F**ACE  
Check their **FACE**.  
Has their mouth drooped?



**A** RMS  
Can they lift both **ARMS**?



**S** PEECH  
Is their **SPEECH** slurred?  
Do they understand you?



**T** I ME  
**TIME** is critical. If you see any  
of these signs, call **000** now!

**F**  
**FACE**

Ask the person to smile. Look for weakness or drooping in one side of the face.

**A**  
**ARMS**

Ask the person to raise their arms. Look to see if one arm drifts downward.

**S**  
**Speech**

"I'm going to the store to buy apples."  
"I'm goooesh store. Apple."

Ask the person to repeat a simple phrase. Listen for slurring and correct repeating of the phrase.

**T**  
**TIME!**

CALL 911!  
Check the time!

If any of the above are noted, call 911 immediately. Check your watch and note the exact time, then tell every doctor, nurse and EMT. Modern stroke meds vary depending on how much time has elapsed since the beginning of the stroke, so the more specific, the better.

**STROKE is an Emergency.**  
**Every minute counts.**  
**ACT F.A.S.T!**

	<b>F</b> ACE	Does one side of the face droop? Ask the person to smile.
	<b>A</b> RRMS	Is one arm weak or numb? Ask the person to raise both arms. Does one arm drift downward?
	<b>S</b> PEECH	Is speech slurred? Ask the person to repeat a simple sentence. Is the sentence repeated correctly?
	<b>T</b> IME	If the person shows any of these symptoms, <b>Call 911</b> or get to the hospital immediately.

Have the ambulance go to the nearest certified stroke center.

<b>F</b>		<b>F</b> ace is uneven
<b>A</b>		<b>A</b> rm is weak
<b>S</b>		<b>S</b> peech is strange
<b>T</b>		<b>T</b> ime to call <b>911</b>

<b>F</b>	<b>A</b>	<b>S</b>	<b>T</b>
<b>Face:</b> <b>SMILE</b> Is one side droopy?	<b>Arms:</b> <b>RAISE BOTH ARMS</b> Is one side weak?	<b>Speech:</b> <b>SPEAK A SIMPLE SENTENCE</b> Slurred? Unable to?	<b>TIME:</b> Lost time could be lost brain

How do you know if someone's having a stroke? Think...

**F.A.S.T.**

Check their <b>FACE</b> . Has their mouth drooped?	Can they lift both <b>ARMS</b> ?	Is their <b>SPEECH</b> slurred? Do they understand you?	<b>TIME</b> is critical. If you see any of these signs, call 000 now!

Think F.A.S.T. Act FAST! CALL 000

# NÁHLE VZNIKLÁ BOLEST NA HRUDI (AIM)

**Signalizují postižení srdce, ischemizaci myokardu.**

## **PROČ:**

- Příčinou bývá uzávěr (zúžení) srdeční tepny. Často po námaze, rozčilení-stresu, změně teploty (z tepla do chladu), výjimečně může vzniknout i v klidu.

## **PŘÍZNAKY:**

- Náhle vzniklá bolest, tlak, svírání, pálení za hrudní kostí s vyzařováním bolesti do L ramene a HK (v celé délce po ulnární straně), mezi lopatky, do dolní čelisti. Přidává se dušnost, nejdříve agitovanost, pak pocit úzkosti, studený pot, nevolnost až zvracení.

## **NEBEZPEČÍ:**

- Poškození myokardu se zástavou oběhu.

## **POSTUP:**

- Volání ZZS, poloha v polosedě, zklidnění, uvolnění oděvu, čerstvý vzduch, má-li postižený léky „na srdce“ lze je podat, fyzický klid, trvalý dohled do předání, kontrola ŽŽF, 5T. Při zhoršení poloha na zádech, příp. KPR

**Čím dříve se postižený dostane do ZZ, tím lepší bude jeho prognóza!**

# NÁHLE VZNIKLÁ DUŠNOST (ASTMA)

**Signalizují postižení plic zúžením dýchacích cest.**

## **PROČ:**

- Onemocnění dýchacích cest (zánět, chronické nemoci), srdeční slabost (selhávání), psychická labilita

## **PŘÍZNAKY:**

- Náhle vzniklá dušnost, neklid, obtížné dýchání, slabost, zhoršení při námaze, neschopnost mluvení, slyšitelné zvuky při dýchání (pískoty, vrzoty), bledost až cyanóza, neklid, příp. zmatenost z nedostatku vzduchu.

## **NEBEZPEČÍ:**

- Nebezpečí z neokysličováním tkání, především mozku – poruchy vědomí, dýchání-oběhu.

## **POSTUP:**

- Poloha v polosedě (ortopnoická), zklidnění, uvolnění oděvu, čerstvý vzduch, má-li postižený léky „na dýchání“ lze je podat, fyzický klid, sledování vývoje stavu. Pokud nepřichází úleva, objeví se zmatenost, neklid, cyanóza, zhorší se dýchání – volat ZZS. Do předání pak sledovat, řešit dle vývoje stavu.

**Uložení postiženého do polohy na zádech zhoršuje dýchání, při postižení srdce, které vedlo k dušnosti, může způsobit zástavu oběhu!**



# NÁHLE VZNIKLÁ BOLEST BŘICHA

**Signalizují postižení břišních orgánů či tekutinu v peritoneální dutině, gynekologické problémy, atd..**

## **PROČ:**

- Průjmová onemocnění, dietní chyba (žlučník), záněty (slinivka, appendix), neprůchodnost střev, ledvinná kolika, nedokrevnost střev, výdut' břišní aorty, mimoděložní těhotenství, atd.

## **PŘÍZNAKY:**

- Náhle vzniklá bolest břicha, podbřišku, boků, beder. Nevolnost, zvracení, zástava odchodu plynů a stolice, vzedmuté břicho citlivé na pohmat. Při tekutině či krvi v peritoneální dutině je břišní stěna prknavitě stažená. Bledost, opocení, zaujímání úlevové polohy. Při krvácení příznaky šoku (slabost, únava, bledost až mramorovaná kůže, neklid – později porucha vědomí, zrychlený slabý tep, pocit žízně.

## **NEBEZPEČÍ:**

- Poškození orgánů v závislosti na příčině.

## **POSTUP:**

- Poloha úlevová, nic jíst, nic pít, má-li postižený na tyto obtíže předepsány léky –podat. Sledovat vývoj stavu, při zhoršování volat ZZS, pečlivě sledovat ZŽF do předání.

# DEHYDRATACE (PRŮJEM, ZVRACENÍ)

**Stav způsobený zahuštěním tělesných tekutin ze zvýšených ztrát.**

## **PROČ:**

- Dehydratace: průjemy, zvracení, horečka, přehřátí, nedostatečný pitný režim.
- Průjemy: dietní chyba, infekce.

## **PŘÍZNAKY:**

- Dehydratace: pocit žízně a sucha v ústech, oschlý jazyk a rty, snížené kožní napětí, tmavá moč, později slabost, spavost, závratě.
- Průjemy: bolesti břicha, nevolnost, zvracení, časté řídké stolice, příznaky z dehydratace.

## **NEBEZPEČÍ:**

- Postupné selhání organismu.

## **POSTUP:**

- Odstranění příčiny dehydratace, v příp. průjmu dieta, pokusit se zvýšit příjem tekutin (slazený studený čaj, minerálka) v častějších menších dávkách (po lžičkách á 10 min.). Pokud se stav nelepší zajistit lékařskou kontrolu.

# DIABETES MELLITUS (CUKROVKA)

**Příčinou akutních stavů bývá změna hladiny krevního cukru – nejč. hypoglykemie**

## **PROČ:**

- Předávkování nebo nepodání dávky inzulínu, léků na cukrovku. Také zvýšená fyzická námaha, vynechání jídla, dietní chyba.

## **PŘÍZNAKY:**

- Hlad, slabost, pocení, třes, poruchy řeči a koordinace, zmatenost či agresivita, acetonový dech, ztráta vědomí, příp. křeče. (často zaměňováno s opilostí)

## **NEBEZPEČÍ:**

- Poškození mozku z hypoglykemie, nerozpoznání vážného zhoršení stavu.

## **POSTUP:**

- Při příznacích hypoglykemie, je-li postižený při plném vědomí, slazený nápoj, cukr, med, bonbóny. Pokud se stav nelepší volat ZZS. Při poruše vědomí volat ZZS. Postupovat dle příznaků. Má-li postižený u sebe lze aplikovat injekci glukagonu.

# ALERGIE

**Vystupňovaná, život ohrožující reakce na alergen.**

## **PROČ:**

- Kontakt s alergenem (bodnutí hmyzem), léky.

## **PŘÍZNAKY:**

- Mírné: zarudnutí spojivek, pálení očí, slzení, alergická rýma, mírný otok a zarudnutí v místě kontaktu.
- Celkové (závažné): kopřivka, otoky, bledé otoky sliznic (knedlík v krku), nevolnost, zvracení, závratě, mdloba, ztížené dýchání, dušnost, masivní otok v ústech a krku.

## **NEBEZPEČÍ:**

- Dušení z otoku DC, selhání oběhu.

## **POSTUP:**

- Mírná reakce: užít antihistaminika, oční-nosní kapky, lokálně gel, chlazení (obklad, nápoje, cucat led).
- Celková reakce: přivolat ZZS, je-li při vědomí podat antihistaminika, poloha v leže s podloženými končetinami, má-li postižený autoinjektor s adrenalinem pomůže mu jej aplikovat do stehna. Do předání sledovat vývoj stavu a řešit dle příznaků.

# KLÍŠTĚ

**Přenašeč řady nemocí, pravděpodobnost nákazy stoupá s dobou přisátí..**

## **PROČ:**

- Přisátí klíštěte.

## **PŘÍZNAKY:**

- Přisáté klíště, mírné zarudnutí, otok, ...

## **NEBEZPEČÍ:**

- Onemocnění lymskou boreliózou, klíšť'ovou encefalitidou.

## **POSTUP:**

- Desinfekce, odstranění klíštěte pinzetou, ranku desinfikovat, doporučit sledování místa přisátí, v případě zarudnutí, otoku, příznaků chřipky konzultovat s lékařem.