

MUNI MED

PRVNÍ POMOC:

DEFINICE, PRÁVNÍ ZODPOVĚDNOST, ZÁCHRANNÉ
SLOŽKY ČR, TÍSŇOVÉ VOLÁNÍ, VYŠETŘENÍ
POSTIŽENÉHO

PRVNÍ POMOC (BSPP011)
ZÁKLADY PRVNÍ POMOCI
- PŘEDNÁŠKA + CVIČENÍ
(MRPP0111p + MRPP0111c)
LF MU, ÚZS
Podzim 2021



16. října - Evropský den: Záchrany života



9. září - Světový den: První pomoci



První pomoc

=

neodkladná pomoc člověku v nouzi



První pomoc = neodkladná pomoc člověka v nouzi

- Život postiženého v mnoha případech závisí na správně poskytnuté laické první pomoci
- Uč se poskytovat první pomoc a důvěřuj svým schopnostem
- Právě Ty můžeš být tím, kdo v kritické chvíli zachrání lidský život
- „**O životě rozhoduje 5 minut.**“



Definice

- *„První pomoc je soubor jednoduchých a účelných opatření, která při náhlém ohrožení či postižení zdraví či života cílevědomě a účinně omezují rozsah a důsledky ohrožení či postižení.“*
- Dle organizace Český červený kříž můžeme první pomoc definovat jako *„...okamžitou pomoc poskytnutou zraněnému nebo nemocnému člověku před jeho kontaktem s profesionální zdravotní péčí. Týká se nejen problematiky poranění či nemoci, ale veškeré péče o postiženého, včetně psychosociální podpory postižených osob nebo svědků události.“*

První pomoc (PP)

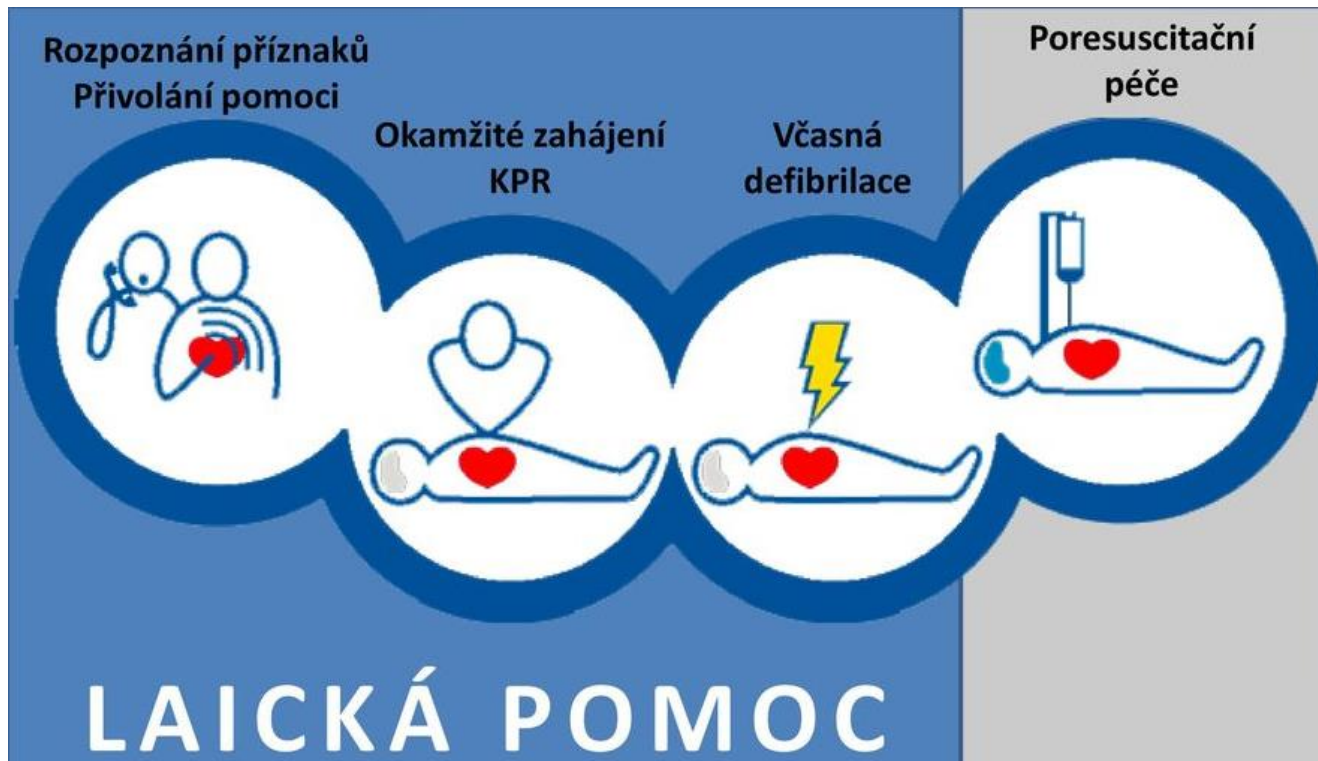
- Soubor jednoduchých úkonů a opatření, která při náhlém ohrožení nebo postižení zdraví člověka omezují rozsah a následky tohoto ohrožení, či postižení.
- Poskytována širokou veřejností (laiky i zdravotníky) bez ohledu na dostupnost speciálního vybavení.
- Musí být poskytnuta rychle a účelně, nesmí však přímo ohrozit zdraví či život záchránce.

První pomoc

- Občanská povinnost
- Péče o zraněnou osobu, abychom:
 - Zachránili život
 - Zabránili zhoršení jeho stavu
 - Urychlili zotavení
 - Zajistili bezpečnost poraněnému, sobě i přihlížejícím



Řetězec přežití



Dělení první pomoci (Přednemocniční péče)

– Technická PP

- Vyproštění postiženého, přesunutí na bezpečné místo

– Laická (základní) PP

- Opatření bez specializovaného vybavení, součástí je přivolání zdravotnické záchranné služby (ZZS), péče o postiženého do doby převzetí nebo improvizovaný transport

– Odborná zdravotnická PP

- Aplikace léků, použití diagnostických a léčebných přístrojů



– Navazuje na nemocniční neodkladnou péči

Právní zodpovědnost

- Poskytování první pomoci dle svých možností a schopností je i občanskou povinností
- Neposkytnutí první pomoci řeší trestní zákoník č. 40/2009 Sb, trestní zákoník, a to v ustanoveních §150 a §151



Právní zodpovědnost

Trestní zákoník č. 40/2009 Sb., §150

- „Kdo osobě, která je v nebezpečí smrti nebo jeví známky vážné poruchy zdraví nebo jiného vážného onemocnění, **neposkytne potřebnou pomoc**, ač tak může učinit bez nebezpečí pro sebe nebo jiného, **bude potrestán odnětím svobody až na dvě léta.**“
- „ ... ač je podle **povahy svého zaměstnání povinen takovou pomoc poskytnout**, bude potrestán odnětím svobody až na tři léta nebo zákazem činnosti. “ **(zdravotníci)**

Právní zodpovědnost

Trestní zákoník č. 40/2009 Sb., §151

- „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 pět let nebo zakazem činnosti.**“

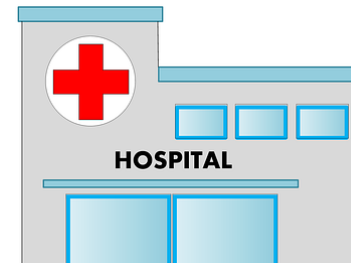


Právní odpovědnost

- ... nicméně... Pacient má právo odmítnout pomoc!
- Zdržujeme se v bezpečné vzdálenosti, dokud pacient nesouhlasí s pomocí.
- Nadále monitorujeme
- Jsme-li přesvědčeni o nutnosti lékařského ošetření nebo pacientův stav se horší, voláme ZZS

Záchranný řetězec

- Záchrana lidského života při úrazech a náhlých příhodách zpravidla není záležitostí jednotlivce
- Sestává se z logické posloupnosti navzájem navazujících kroků = **záchranný řetězec**
- Stejně jako u řetězce faktického je jeho síla (účinnost) závislá na nejslabším článku



Integrovaný záchranný systém (IZS)

- Vznikl jako potřeba spolupráce hasičů, zdravotníků, policie a dalších složek při řešení mimořádných událostí (požárů, havárií, dopravních nehod, aj.)
- Efektivní systém vazeb, pravidel spolupráce a koordinace záchranných a bezpečnostních složek, orgánů státní správy a samosprávy, fyzických a právnických osob při společném provádění záchranných a likvidačních prací a přípravě na mimořádné události



Integrovaný záchranný systém

Základní složky IZS:

- **ZZS** Zdravotnická záchranná služba 155, 112
- **HZS** Hasičský záchranný sbor 150, 112
- (Sbor ČR + jednotky požární ochrany zařazené do plošného pokrytí kraje jednotkami požární ochrany)
- **PČR** Policie České republiky 158, 112



Integrovaný záchranný systém

Ostatní složky IZS:



- MP Obecní a městská policie 156
- AČR Armáda České republiky
- ZBK Záchranné brigády kynologů
- VZS Vodní záchranná služba
- LZS Letecká záchranná služba
- HS Horská služba



- Český červený kříž, sbor dobrovolných hasičů (SDH), vyčleněné síly a prostředky ozbrojených sil, orgány ochrany veřejného zdraví, zařízení civilní ochrany; neziskové organizace a sdružení občanů, které lze využít k záchranným a likvidačním pracím; havarijní, pohotovostní, odborné a jiné služby...

Jednotné evropské tísňové volání



- Všechny státy EU
- V ČR obsluhuje linku 112
Hasičský záchranný sbor

Porovnání volání 155 a 112

– 155

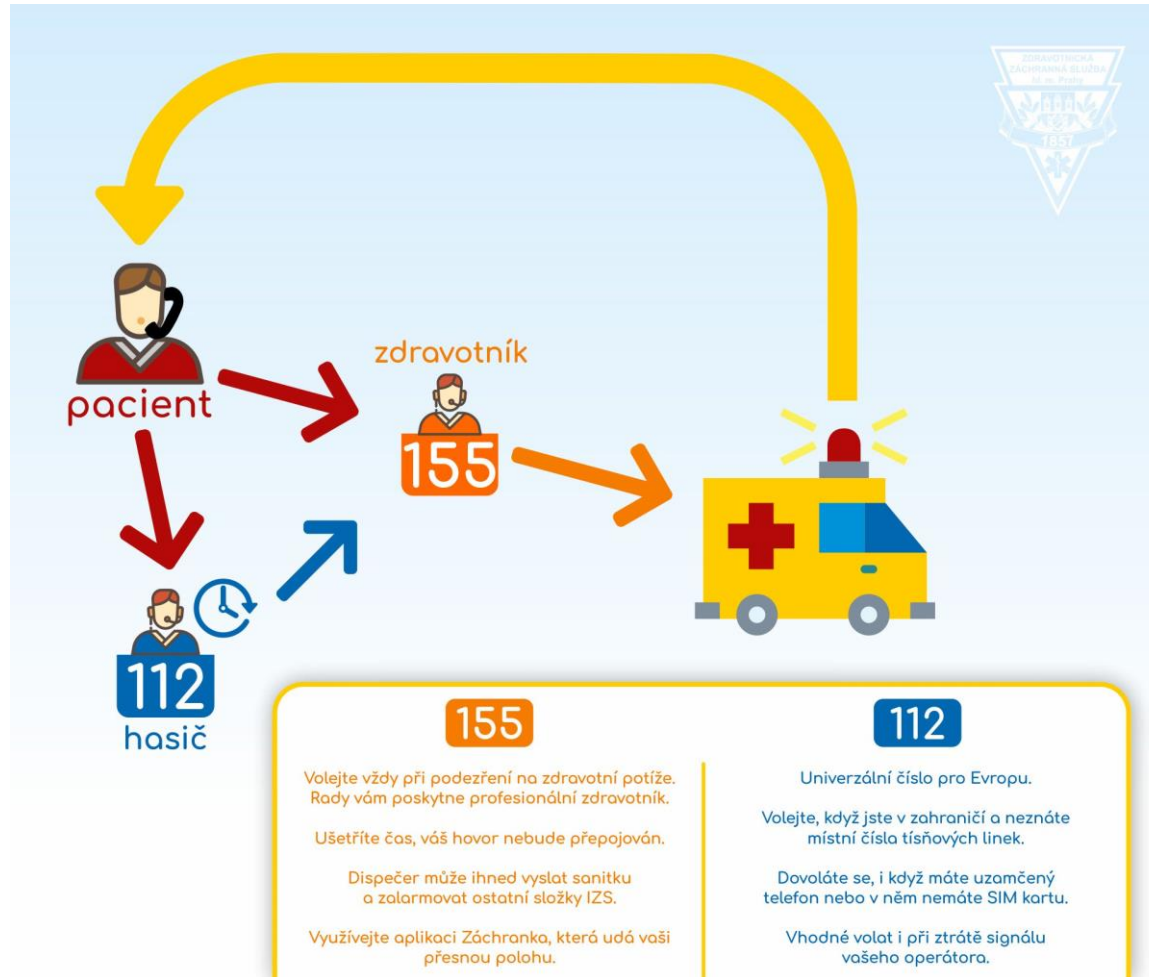
- RZP (dispečink)
- Volání zdarma
- Asistence postupů první pomoci po telefonu
- Nelze volat bez SIM karty a minimálního kreditu

– 112

- Hasiči (dispečink)
- Volání zdarma
- Cizojazyčná komunikace
- Sjednoceno v Evropě
- Volání bez SIM karty
- Časová prodleva při zdravotních stavech



Volání na linku 155 a 112



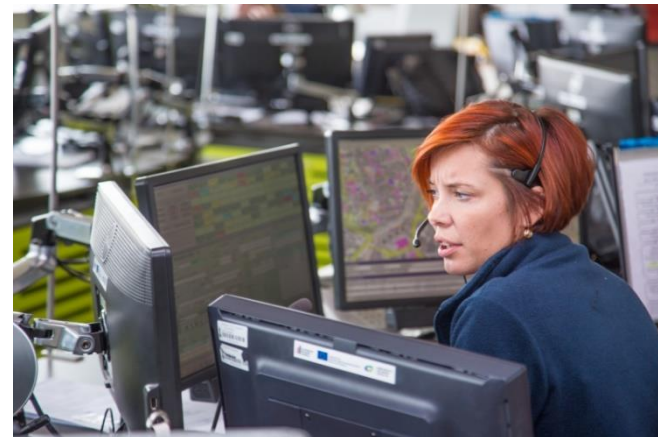
Twitter ZZS HMP <https://twitter.com/zzshmp/status/1070687485821378561?lang=cs>

Přivolání odborné pomoci - hlásíme:

- 1. Představení se, co se stalo
- 2. Počet zraněných, charakter poranění, příznaky chorob
- 3. Kde se to stalo, adresa, jméno na zvonku, orientační bod v terénu, kdo bude čekat venku
- 4. Přístupová cesta, potřeba další pomoci, nedostupnost, počasí
- 5. Nutnost vyproštění



Zdravotnická záchranná služba 155



Zdravotnická záchranná služba TAPP a TANR

- Telefonická asistovaná první pomoc (TAPP)
 - Operátor poskytuje rady, jak pomoci postiženému až do příjezdu posádky ZZS

- Telefonická neodkladná asistovaná resuscitace (TANR)
 - Operátor vede zachránce krok po kroku v provádění resuscitace až do příjezdu záchranného týmu



Přivolání odborné pomoci

- Záchranná služba může pomoci jen tomu, koho skutečně najde!!!
- Hledáním pacienta se mnohdy ztratí více času, než jízdou ze vzdálené základny
- Pokud jste zavolali záchrannou službu, vyčkejte jejího příjezdu!!!



Rychlá zdravotnická pomoc (RZP)

- Posádku tvoří:
 - **Kvalifikovaný zdravotnický záchranář** (diplomovaný specialista záchranář, nebo všeobecná sestra specializovaná pro stavy akutního ohrožení života)
 - **Řidič záchranář**
- Posádky vyjíždějí ke stavům, kdy došlo k úrazu či zhoršení zdravotního stavu postiženého, ale stav přímo neohrožuje jeho život
- Posádka na místě poskytne vysoce odbornou neodkladnou péči a transportuje postiženého do zdravotnického zařízení

Rychlá lékařská pomoc (RLP)

- Posádku tvoří:

- Lékař
- Zdravotnický záchranář
- Řidič záchranář



- Vyjíždějí ke stavům bezprostředního ohrožení života, k těžkým úrazům a závažným dopravním nehodám, v případech hrozícího selhání základních životních funkcí a výrazného zhoršení zdravotního stavu postiženého

Rychlá lékařská pomoc (RLP)



- Organizace RLP:
- „Klasická“ RLP posádka
 - Sanitní vozidla RLP (zasahující tým ošetří na místě události a následně transportuje do zdravotnického zařízení)
- **System „rendezvous“**
 - Speciálně upravené osobní vozidlo, které není uzpůsobeno pro převoz zraněných
 - Lékař ošetří a je-li potřeba převozu do zdrav. Zařízení, dojíždí na místo tým RZP
- Výhoda: efektivnější využití lékaře
- Využití: v aglomeracích s velkou hustotou obyvatelstva, v lokalitách, kde je potřeba zajistit rychlejší mobilní prostředek vzgledem k velkým dojezdovým vzdálenostem

Houkání vozů záchranné služby

- Vůz houká a se zapnutou světelnou signalizací zastaví:
 - Stav se během transportu zhoršil, je nutné zastavit a okamžitě řešit vzniklé komplikace
 - Vůz stojí, celý tým se intenzivně věnuje zdravotnímu stavu zraněného
- Vůz houká a jede pomalu:
 - Cíle je zajistit plynulý a šetrný převoz
 - Styl a rychlost jízdy je vždy volen dle zdravotního stavu zraněného



Hasičský záchranný sbor 150



Policie České republiky 158



Policii voláme

- K dopravní nehodě se zraněním osob
- Při nálezu mrtvého člověka
- Při nebezpečí a ohrožení osob
- K otevření bytu ohrožené osoby



Správné umístění výstražného trojúhelníku

- 1. **Zapnutí výstražných světel - okamžitě**, než vůbec poprvé otevřeme dveře automobilu
- 2. Nasadíme **reflexní vestu**, dokud není zaručena dostatečná bezpečnost, pak se co nejrychleji přemístíme na bezpečné místo mimo vozovku (za svodidla, nepřebíhat dálnici)
- 3. Trojúhelník umístit na okraj vozovky tak, aby byl **pro přijíždějící řidiče včas a zřetelně viditelný**, a to ve vzdálenosti **nejméně 50 m**, na **dálnici nejméně 100 m za vozidlem**, v obci může být tato vzdálenost, vyžadují-li to okolnosti, kratší



Městská policie 156



Armáda České republiky



Záchranné brigády kynologů



Vodní záchranná služba



Letecká záchranná služba



Horská služba



Základní kroky poskytování laické PP

– Úkony zachraňující život

– Volání tísňové linky

– Zajištění technické pomoci

– Ošetřování

Předání postiženého ZZS

Podle závažnosti ošetřujeme

- A. Akutní stavy bezprostředně ohrožující život
- B. Těžké postižení zdraví bezprostředně neohrožující život
- C. Méně závažná postižení
- D. Malá šance na přežití (PP musí být poskytována až do smrti)



Pečujeme o zraněnou osobu, abychom

- Zachránili život
- Zabránili zhoršení jeho stavu
- Urychlili zotavení
- Zajistili bezpečnost poraněnému, sobě o přihlížejícím



Postupujeme



- Rychle, ale klidně vyhodnotit situaci
- Zajistit bezpečnost na místě nehody, chránit sebe sama
- Časně identifikovat život ohrožující stavy
- Poskytnout adekvátní pomoc s ohledem na charakter a tíž poranění
- Pátrat po okolnostech a mechanismu úrazu

Komunikace s pacientem



- Od počátku nutné budovat vzájemnou důvěru (představení, vysvětlení, uklidnění)
- Adekvátní komunikace vzhledem k věku
- Jednat klidně, ale rozhodně, s respektem k pacientovi, nenechat se vyprovokovat!

Vyšetření postiženého

Během vyšetřování se dotazujeme na nejnütnější informace (co, jak, kdy se stalo)

U postiženého při vědomí:

- S postiženým zbytečně nemanipulujeme, pokud nehrozí bezprostřední nebezpečí (výbuch apod.)
- Uklidníme a povzbudíme postiženého, zajistíme klidné prostředí bez zbytečných diváků, v blízkosti ponecháme pouze pomocníky
- Zjistíme, zda má postižený bolesti a kde
- Zjistíme, zda má postižený nějaké další obtíže (nevolnost, závrať, zhoršení zraku)
- Zjistíme, zda se postižený s něčím neléčí (např. diabetes, epilepsie)
- Šetrně vyšetříme pohmatem celé tělo od hlavy k dolním končetinám
- Posoudíme celkový vzhled postiženého (výraz obličeje, barvu kůže, rtů, teplotu kůže)

Oděv odstraňujeme jen na těch místech, kde je to nezbytné!

Vyšetřením postiženého jsme zjistili



Základní životní funkce nejsou ohroženy, pacient masivně nekrvácí a nejeví známky rozvoje šokového stavu > *méně závažné stavy*



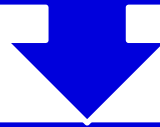
Základní životní funkce jsou ohroženy > *akutní stavy ohrožující život (bezvědomí, masivní krvácení, rozvoj šokového stavu, ...)*



Zástava dechu, nenormální dýchání, lapavé dechy > stavy vyžadující okamžité zahájení kardiopulmonální resuscitace

Do doby příjezdu záchranné služby

Udržujeme trvalý a intenzivní dohled nad postiženým a poskytujeme adekvátní PP



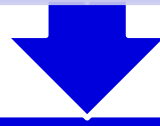
Je-li na místě více záchranců, zajistíme záchranářům rychlý a bezproblémový přístup:

Odemknout a otevřít všechny příchozí dveře

Zavřít domácí zvířata

Jít na hlavní komunikaci a zřetelně mávat na přijíždějící vůz ZZS

Po příjezdu záchranáře přivést ke zraněnému



Zraněného sami netransportujeme nebo nepřevážujeme naproti ZZS

Vyšetření postiženého - subjektivní příznaky

- Bolest
- Dušnost
- Žízeň
- Nausea
- Únava
- Slabost
- Úzkost
- Strach
- Závrať
- Pocit chladu
- Ztráta paměti
- Hlad



Vyšetření postiženého - objektivní příznaky

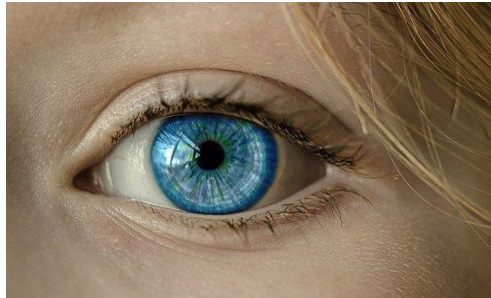
– Hodnotíme:

– Zrakem

– Hmatem

– Čichem

– Sluchem



Aplikace Záchranka

- Mobilní aplikace Záchranka je oficiální aplikace Zdravotnické záchranné služby ČR
 - Kontaktuje zdravotnickou záchranou službu
 - Odešle Vaší přesnou polohu
 - Zjistíte, kde se nacházejí nejbližší pohotovosti, lékárny, či defibrilátory
 - Od roku 2018 vylepšení - přivolá i Vodní záchranou službu
 - Info: <https://www.zachrankaapp.cz/>



Aplikace Horská služba



- Mobilní aplikace, rychle a snadně přivolá nejbližší hlídku Horské služby.
 - Není závislá na datovém signálu, lokalizace pomocí GPS
 - Odešle SMS s Vaší přesnou polohu
 - Vyhledává, kde se nacházejí nejbližší lyžařská střediska, poskytne aktuální informace o sněhových podmínkách, lavinovém nebezpečí a počasí na daném místě.
 - Vyhledá nejbližší stanici Horské služby (telefonní číslo + pracovní dobu).
 - Součástí jsou 4 informační oblasti:
 - Desatero Horské služby, návod na poskytnutí PP, pravidla jízdy na sjezdovkách a instrukce, jak předcházet nebezpečí v lavinových oblastech.
- Info: <https://www.horskasluzba.cz/cz/aktualni-informace/informace-a-pravidla/aplikace-do-mobilu>

Seniorská obálka

- Projekt Jihomoravského kraje
- Tiskopis lidí staršího věku, žijící osamocně
- Zdravotním stav (léky, hospitalizace - kdy a s čím, alergie).
- Kontaktní a blízké osoby
- Info: <https://www.seniorskapolitikajmk.cz/46-seniorska-obalka.html>



Na kole jen s přilbou

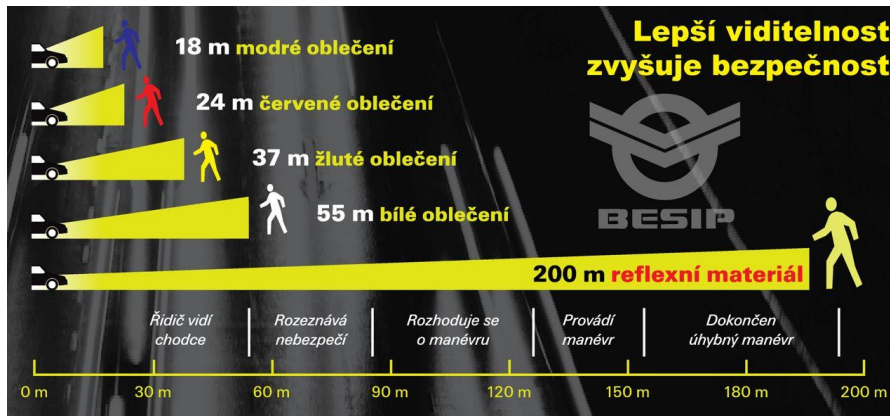
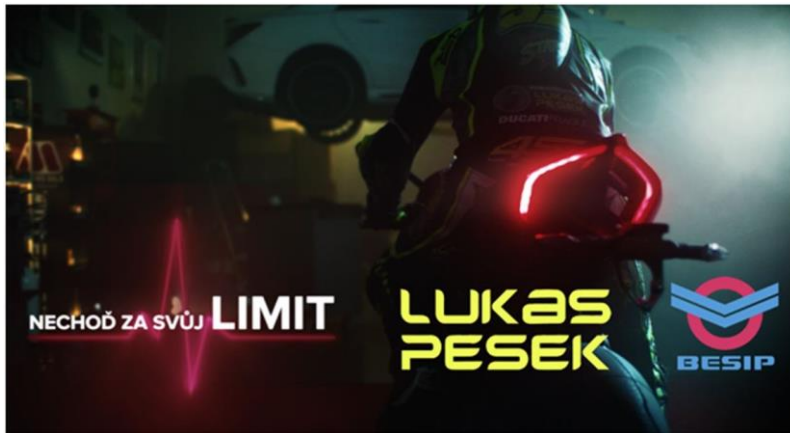
- Hlavním cílem projektu: snížit nehodovost a zejména následky dopravních nehod cyklistů zapříčiněným nepoužitím, či nesprávným použitím bezpečnostních prvků při jízdě na kole.
- **„Vezmi si přilbu a zachraň si život!“**
- V roce 2020 (statistika)
 - 40 cyklistů zemřelo (29 bez přilby)
 - 276 cyklistů těžce zraněných (147 bez přilby)
 - 3297 cyklistů lehce zraněno (1949 bez přilby)



<https://www.nakolejensprilbou.cz/>

**M U N I
M E D**

BESIP = Bezpečnost silničního provozu



Novinka



DOPRAVNÍ VÝCHOVA

pro 2. stupeň základní školy a víceletá gymnázia

Interaktivní učebnice je v souladu s RVP ZV a má doložku MŠMT.



Žákovská licence Flexibooks	109 Kč
učitelská licence Flexibooks	149 Kč
e-příručka Flexibooks	99 Kč

Školní multilicence FlexiLearn 2 490 Kč

Nová učebnice dopravní výchovy pro 2. stupeň ZŠ a odpovídající ročníky víceletých gymnázií vytvořené ve spolupráci s oddělením BESIP Ministerstva dopravy.

Je součástí ucelené řady učebnic dopravní výchovy od mateřských škol až po 2. stupeň ZŠ.

Umožňuje implementovat jednotlivá témata do vzdělávacích oblastí:

- Člověk a společnost
- Člověk a příroda
- Jazyk a jazyková komunikace
- Umění a kultura
- Člověk a zdraví

Interaktivní učebnice dopravní výchovy obsahuje:

- 4 kapitoly rozložené podle ročníků
- 22 tematických příloh v podobě pracovních listů
- 4 hodnotící listy umožňující zpětnou vazbu
- interaktivní cvičení, testy ve formě kvízů, videa a hry
- deskovou hru určenou pro závěrečné opakování

Více informací naleznete na flexibooks.cz.

FRAUS

<https://www.ibesip.cz/>

Instruktažní videa „Když jde o život,,

MODRÝ KÓD  

SLEDUJTE KAŽDÉ PONDĚLÍ A STŘEDU VE 20:15 NA PRIMĚ
NEBO KDYKOLI ONLINE NA **iPrima**

VÍTE JAK POSKYTNOUT PRVNÍ POMOC?

INFARKT **EPILEPSIE** **KLÍŠTĚ**

Pro navigaci použijte šipky a tlačítka na ovladači. Ukončit prezentaci

<https://www.cervenkykruz.eu/cz/ppvideo.aspx>

Projekt Kryštůfek záchranář dětem



<https://www.krystufek-zachranar.cz/>

Zdravotní test národa



Zdravotní
TEST
Národa

<https://www.ceskatelevize.cz/porady/11609490078-zdravotni-test-naroda/>

NEPANIKAŘ – Pomoc při depresi či panice

NEPANIKAŘ

**CO MI MŮŽE POMOCI
PLÁNOVÁNÍ AKTIVIT
CO MĚ POTĚŠILO
MOJE ÚSPĚCHY**

**3 DECHOVÁ CVIČENÍ
CO MI MŮŽE POMOCI**

**TIPY
ÚKOLY
UKÁZKY JÍDELNÍČKU
ODVEDENÍ POZORNOSTI
KONTAKTY NA POMOC**

DEPRESE

**ÚZKOST
PANIKA**

**CHCI SI
UBLÍŽIT**

**MYŠLENKY
NA SEBEVRAŽDU**

**PORUCHY PRŮJMU
POTRAVY**

MÉ ZÁZNAMY

KONTAKTY NA POMOC

**3 DECHOVÁ CVIČENÍ
POČÍTÁNÍ
HRA NA ODVEDENÍ POZORNOSTI
CO DĚLAT PŘI ÚZKOSTI**

**ZÁCHRANNÝ PLÁN
3 DECHOVÁ CVIČENÍ
DŮVODY PROČ NE**

**SLEDOVÁNÍ NÁLADY
DENÍK**

**TELEFON
KRIZOVÁ CENTRA
CHAT
VYSOKOŠKOLSKÉ PORADNY
MOJE KONTAKTY**

Flags: Czech Republic, Slovakia, United Kingdom, France, Poland, Italy, Spain

<http://nepanikar.eu/>

Použité zdroje

- SAIBERTOVÁ, Simona. *První pomoc*. 1. vydání. Brno: Masarykova univerzita, 2014 (2017). ISBN 978-80-210-7020-2
- BYDŽOVSKÝ, Jan. *Předlékařská první pomoc*. 1. vydání. Praha: Grada, 2011. ISBN 978-80-247-2334-1
- Obrázky z databáze pixabay.com

