



# KARTA PRVNÍ POMOCI

Zjisti, co se stalo! Zavolej pomoc! Dbej o vlastní bezpečnost!

## Zastav krváčení

stlač místo nad ranou nebo v ráně  
končetinu zvedni nad úroveň srdce



© www.prevent.cz

## Uvolni dýchací cesty

zakloň hlavu  
předsuň dolní čelist a pootevři ústa



© www.prevent.cz

## Nepřímá masáž srdce a umělé dýchání

30 stlačení hrudníku

2 vdechy

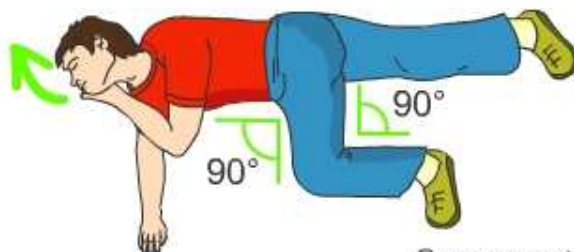


© www.prevent.cz



© www.prevent.cz

## Stabilizovaná poloha



© www.prevent.cz

Hasiči

150

Záchranka

155

Policie

158

Integrovaný záchranný systém

112



## **KRVÁCENÍ**

Stlač místo nad ránou nebo v ráně, postiženého polož a poraněnou končetinu zvedni nad úroveň srdce. Přilož sterilní obvaz. Neodstraňuj větší tělesa z rány. Pokud obvaz prosakuje, přidej další vrstvu (obvaz nesundávej).

## **BEZVĚDOMÍ**

Zkontroluj dýchací a oběhové funkce. Ulož postiženého do stabilizované polohy. Při zástavě dýchání a krevního oběhu zahaj nepřímou srdeční masáž a umělé dýchání z úst do úst. Proveď dva úvodní vdechy a zkontroluj pohyby hrudníku. Navaž nepřímou srdeční masáží, udržuj poměr frekvence stlačení a vdechů 30 : 2.

## **ŠOK**

Udržuj slovní kontakt s postiženým, zabraň ztrátám krve, zajisti teplo, nepodávej tekutiny ani léky. Postiženého ulož do protišokové polohy na zádech, dolní končetiny jsou zdvižené nad podložku o cca 40 cm.

## **PORANĚNÍ PÁTEŘE**

S postiženým, pokud to není nezbytné, nehýbej. Zkontroluj dýchací a oběhové funkce. Při zástavě dýchání a krevního oběhu zahaj nepřímou srdeční masáž a umělé dýchání z úst do úst.

## **PORANĚNÍ BŘICHA**

Zranění zakryj sterilním obvazem. Neodstraňuj tělesa z rány. Nepodávej tekutiny! Pokračuj jako při postupu „ŠOK“.

## **PORANĚNÍ HLAVY**

S hlavou postiženého nehýbej. Při krvácení z nosu postiženého posad' a mírně předkloň. Při krvácení z ucha ulož postiženého do polosedu s hlavou nakloněnou na poraněnou stranu, aby krev mohla volně vytékat z ucha.

## **ZLOMENINY**

Se zlomenou končetinou nehýbej, ani ji nenapravuj! Zlomené kosti znehybni dlahami (kloub nad a pod zlomeninou). Otevřenou zlomeninu zakryj sterilním obvazem.

## **ÚRAZ ELEKTRICKÝM PROUDEM**

Vypni elektrický proud nebo jiným bezpečným způsobem přeruš kontakt postiženého s elektrickým proudem! Při ztrátě vědomí postiženého pokračuj jako při postupu „BEZVĚDOMÍ“.

## **POPÁLENINY**

Zastav působení tepla. Ochlazuj popálené místo studenou vodou po dobu nejméně 10 minut. Popálené místo sterilně překryj, puchýře nepropichuj, přiškvařené látky nestrhávej. Pokračuj jako při postupu „ŠOK“.