

Staň se záchránářem i ty !

Mini kurz první pomoci
Jakub Zachoval
UK FTVS



- **Bezvědomí (postižený dýchá)**

- zotavovací poloha

- **Bezvědomí (postižený nedýchá)**

- kardiopulmonální resuscitace

- **Dušení cizím tělesem**

- **Masivní vnější krvácení**

Bezvědomí

- **Postižený nereaguje na podměty !!!
nekomunikuje !!!**
- **Příčiny:**
 - Úrazy hlavy
 - Otravy
 - Zástava dechu
 - Úrazy elektrickým proudem
- **Příznaky:**
 - leží bezvládně na podložce
 - nereaguje na oslovení ani na zatřesení
 - Nereaguje na bolestivý podmět

○ První pomoc

1) Zjistí stav vědomí

- Oslov ho
- Zatřes s ním
- Štípni ho

2) Otoč ho na záda

3) Zprůchodni dýchací cesty

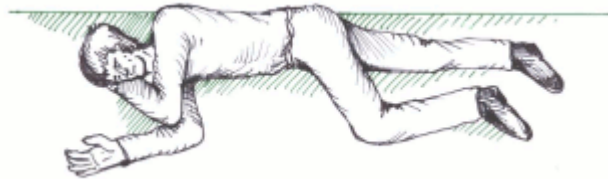
- Zakloň mu hlavu
- Povyťáhni mu dolní čelist

4) Zkontroluj dech

- Přilož hřbet ruky před jeho ústa a nos
- Polož ruku na jeho hrudník
- **Kontroluj dech po dobu 10 vteřin (2 pravidelné dechy) !!!**

Bezvědomí a postižený dýchá

- Pokud je postižený v bezvědomí a pravidelně dýchá, **ulož ho do zotavovací polohy !**



- **Řivolej ZZS**
- **Kontroluj pravidelně životní funkce do příjezdu ZZS!**

Bezvědomí a postižený nedýchá

Neodkladná resuscitace u dospělého

- Jestliže postižený nedýchá nebo dýchá nepravidelně, **přivolej ZZS** a neprodleně zahaj resuscitaci
 - Stlačení hrudníku do hloubky 5-6 cm
 - Frekvence stlačení 100 – 120 krát za minutu
 - Poměr stlačení hrudníku 30:2 umělým vdechům
 - Vdech by měl trvat 1 sekundu v objemu 500- 600 ml
 - **V resuscitaci pokračuj do příjezdu ZZS nebo do obnovení vitálních funkcí !**
 - *Resuscitace lze provádět i bez umělých vdechů !*

Neodkladná resuscitace u dětí

- Jestliže dítě nedýchá nebo dýchá nepravidelně, proved' **nejprve 5 úvodních vdechů** a pokračuj v **resuscitaci po dobu 1 min**, pokud se neobjeví známky života **volej ZZS**
- Stlačení hrudníku do hloubky 5cm, či 1/3 předozadního průměru hrudníku
- Frekvence stlačení 100 – 120 krát za minutu
- Poměr stlačení hrudníku 30:2 umělým vdechům
- Objem vdechovaného vzduchu přizpůsobit věku a velikosti dítěte !
- **V resuscitaci pokračujeme do příjezdu ZZS nebo do obnovení vitálních funkcí !**
- **Resuscitaci lze provádět i bez umělých vdechů !**

Kardiopulmonální resuscitace u novorozenců do 1 měsíce života

- Jestliže novorozenec nedýchá nebo dýchá nepravidelně, **proved' nejprve 5 úvodních vdechů** a pokračuj v **resuscitaci po dobu 1 min**, pokud se neobjeví známky života **volej ZZS**
- Stlačení hrudníku 3 - 4cm,
- Frekvence stlačení 120 krát za minutu
- Poměr stlačení hrudníku 3:1 umělý vdech
- Objem vdechovaného vzduchu = objemu vzduchu v tvých ústech
- Vdech proved' současně do úst a nosu dítěte
- **V KPR pokračuj do příjezdu ZZS nebo do obnovení vitálních funkcí !**

Dušení cizím tělesem

- Cizí těleso brání zcela nebo částečně spontánnímu dýchání !
- **Příčiny u lidí a zvláště u dětí při vědomí**
 - Vdechnuté jídlo
 - Vdechnuté malé předměty (hračky,....)
- **Příčiny u lidí v bezvědomí**
 - Zapadlý kořen jazyka
 - Žvýkačka, zubní náhrada a další
- **Příznaky:**
 - Kašel, sípání, lapání po dechu
 - Zarudlý obličej a vystouplé žíly na krku
 - Postižený je často v předklonu
 - Neschopnost mluvit

První pomoc při dušení cizím předmětem u dospělého a dětí

- 1) **Povzbuzuj postiženého ke kašli**
- 2) **Proved' úder mezi lopatky (Gordnův úder) opakuj 5x**
- 3) **Proved' stlačení nadbříšku (Heimlichův manévr) opakuj 5x**
- 4) **Pokračuj kombinací obou technik**
 - Opakuj 5 úderů mezi lopatky a 5 stlačení nadbříšku
 - o **Pokud postižený upadne do bezvědomí přivolej ZZS a zahaj neodkladnou resuscitaci**

!!! Heimlichův manévr nesmíš provádět na těhotných ženách a malých dětí (do 1 roku) !!!

První pomoc při dušení cizím předmětem u dětí do 1 roku

- 1) Povzbuzuj dítě ke kašli !**
- 2) Proved' úder mezi lopatky (Gordonův úder) opakuj 5x**
- 3) Proved' stlačení hrudníku opakuj 5x (jako při resuscitaci)**
- 4) Pokračuj kombinací obou technik**
 - Opakuj 5 úderů mezi lopatky a 5 stlačení hrudníku
 - **Pokud dítě upadne do bezvědomí proved' 5 úvodních vdechů a pokračuj v resuscitaci po dobu 1 min a pokud se neobjeví známky života volej ZZS**

Masivní vnější krvácení

○ Příčiny:

- řezná, tržná rána
- amputace

○ Příznaky:

- Krev z rány vytéká nebo vystřikuje
- Postižený má nasáklé oblečení krví
- Vedle postiženého se dělá kaluž krve

○ První pomoc

1) **Stlač ránu prsty nebo rukou**

- Pro lepší těsnost použij kus oděvu nebo sterilní smotaný obvaz

2) **Přilož tlakový obvaz**

3) **Přilož zaškrcovadlo**

- Krajní řešení při zástavě krvácení

4) **Přivolej ZZS**

5) **Proved' protišoková opatření**

- Uklidnění postiženého
- Tepelný komfort
- Tekutiny nepodávat !
- Tišení bolesti, nepodávat léky!
- Protišoková poloha



**Děkuji za
pozornost**

**Jakub Zachoval
APTV-OSP
UK FTVS**