

Vzdělávací a školicí činnost > kurzy první pomoci



BALIC, s.r.o. Praha - Olomouc

Sídlo: Holubí 1235/1
165 00 Praha 6
Telefon: +420 603 244 100
+420 777 158 767
E-mail: info@balic.cz
Web: www.balic.cz

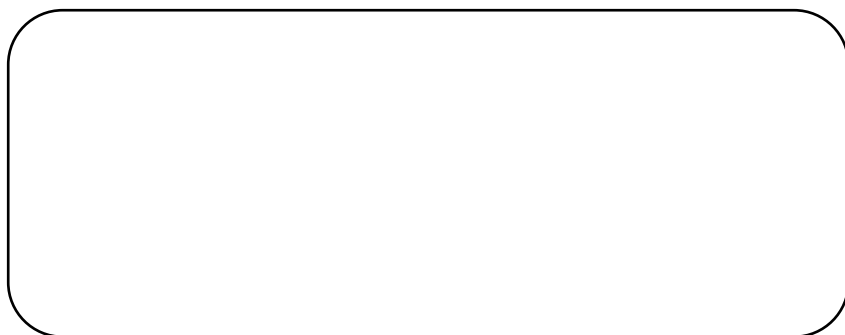
Výcvik, specializované kurzy, asistence



Vodní záchranná služba ČČK, MS Praha

Sídlo : Bělohorská 2064/215
169 00 Praha 6
Telefon: +420 775 226 976
E-mail: info@vzs-praha.cz
Web: www.vzs-praha.cz

Váš prodejce:



ZÁKLADY PRVNÍ POMOCI

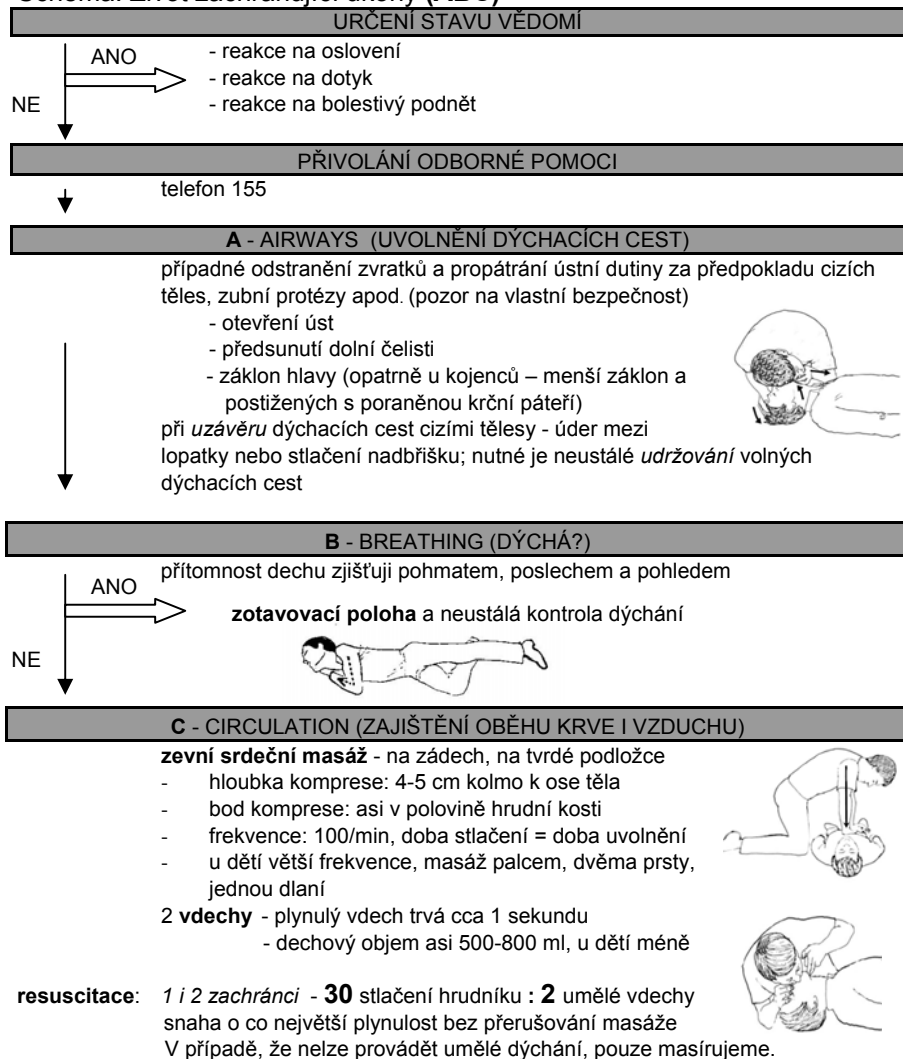
- výběr z kapitol -

MUDr. David Kinšt
Mgr. Jan Sedláček



PRVNÍ POMOC U OSOB V BEZVĚDOMÍ

Schéma: Život zachraňující úkony (ABC)



Poranění hlavy

Riziko zlomeniny lebečních kostí či krvácení a utlačování mozkové tkáně.

Příznaky:

bolest a krvácení v místě rány
nevolnost, zvracení, poruchy vědomí nebo zraku
možný šok
při zlomeninách lebeční baze výtok čiré tekutiny či krve z uší nebo nosu

Ošetření:

- **ošetření krvácení**
- **poloha vsedě**
- transport k odbornému ošetření nebo **ZZS**
- **neustále sledovat životní funkce**



Krvácení z nosu: předklon hlavy, stisk nosních křídel, na čelo a temeno hlavy přiložíme chladný obklad.

Krvácení z ucha: náklon hlavy na postiženou stranu, krev volně vytéká.

POPÁLENINY

Hrozí vznik popáleninového šoku a infekce přes popálenou plochu.

Stupně poškození:

- ❑ 1.stupeň – povrchová část kůže – zarudnutí, otok, bolest
- ❑ 2.stupeň – hlubší vrstvy kůže – jako 1.stupeň, navíc puchýře
- ❑ 3.stupeň – celá kůže a podkoží – zničená tkáň, příškvár, nebolí

Ošetření:

- **zamezit působení tepelné škodliviny**
- odstranit oděv (ulpívající kusy látky neodstraňujeme) a kovové předměty (prstýnky, ap.)
- časně a dlouhodobé (min. 10-20 minut) **chlazení** tekoucí vodou - jsou-li popáleny větší plochy, chladíme vždy jen po částech, aby nedošlo k celkovému podchlazení (speciálně u dětí).
- po ochlazení **krýt popáleninu co nejčistším materiálem**
- **protišoková opatření**
- **ZZS** nebo transport k odbornému ošetření

Poranění břicha

Při tupém poranění břicha hrozí nebezpečí vnitřního krvácení.

Ošetření:

- úlevová poloha
- **co nejrychlejší zajištění odborné pomoci**

Při pronikajícím poranění břicha je časté vyhřeznutí střevočních klíčků.

Ošetření:



- klíčky nezastrkujeme zpátky pouze **sterilně kryjeme**
- **poloha vleže naznak s pokrčenými nohama**
- rychlé zajištění **ZZS**

Při krvácení z trávicího systému (zvracení krve nebo černá „dehtovitá“ stolice) nebo závažném gynekologickém či urologickém krvácení.

Ošetření:

- **poloha vleže naznak s pokrčenými nohama**
- **chladit**
- rychle zajistit **ZZS**

Při jakémkoli poranění břicha nebo krvácení z trávicího systému **nikdy nepodáváme nic ústy.**

Poranění páteře

Největším nebezpečím je možné poškození míchy.

Příznaky:

bolest nebo deformace v místě zlomeniny
ztráta hybnosti nebo citlivosti níže od místa poranění
poruchy vědomí

Nemusí však být přítomen ani jeden z těchto příznaků! Při podezření na poranění páteře ošetřujeme postiženého, jako kdyby zlomeninu měl.

Ošetření:

- **ošetřujeme v poloze, ve které jsme postiženého našli**, dbáme na to, aby se nehýbal.
- držet **hlavu v jedné linii s tělem** (ne však přes bolest!) a **stabilizovat**
- při resuscitaci uvolňujeme dýchací cesty předsováním dolní čelisti
- **rychlé zajištění ZZS**

5

Šok

Může být způsoben:

- a) ztrátou náplně krevního řečiště (např. při krvácení či průjemech)
- b) zvětšením kapacity cévního řečiště (např. při velké alergické reakci nebo při velké popálenině)
- c) poruchou srdce jako pumpy

Rozvoj šoku je třeba očekávat zejména při:

- všech závažnějších úrazech (krvácení, zlomeniny, popáleniny atd.)
- bolestech na hrudi (bolesti při infarktu myokardu)
- náhlé příhodě břišní (prudká silná bolest břicha různého původu)

Příznaky:

závratě, pocit slabosti

bledá, studená kůže, pot

rychlý a slabý tep („nitkovitý“), nízký krevní tlak, rychlé a mělké dýchání
úzkost, neklid, pocit žízně, později ale dezorientace, apatie
ještě později bezvědomí

Ošetření:

protišoková poloha (uložit postiženého na záda s podloženými dolními končetinami, uvolnit oděv)



Ticho - uklidňujeme postiženého

Tekutiny – zásadně nedáváme nic pít, nanejvýš svlažíme rty

Teplo – přikryjeme postiženého, chlad zhoršuje průběh šoku

Tišení bolesti – znehybněte zlomeniny, nepodávejte léky ani alkohol

Transport – zajistíte ZZS, postiženého netransportujete, není-li to nutné
V bezvědomí postupujte dle zásad ABC.

KRVÁCENÍ

Krvácení dělíme na:

Vnitřní krvácení - vzniká následkem závažných onemocnění či při úrazu.

Ošetření: protišoková opatření a rychlý transport pacienta

Zevní krvácení dělíme podle závažnosti na:

a) **Povrchové, lehce krvácející rány**

2

Ošetření: dezinfekce rány a okolí, přiložení krycího obvazu popř. náplasti

b) Silné tepenné a/nebo žilní krvácení

Z tepen až vystřikuje světle červená krev silnými rázy. Ze žil vytéká krev tmavě červené barvy.

Ošetření:

Nutnost co nejdříve zastavit krvácení.

- cizí tělesa z rány neodstraňujeme
- **přímé stlačení krvácející rány** prsty záchrance (lépe přes čtverec sterilní gázy nebo případně jakýkoli kus čisté látky)
- **zvednout postiženou končetinu**
- **stlačení přívodné tepny** v tlakovém bodě
- **tlakový obvaz** - položit nerozvinuté obinadlo nebo silnou vrstvu gázy na ránu a ovinout pod tlakem obinadlem (max. 3 tlakové obvazy).
- **zaškrcení** – pouze v případě neúčinnosti předchozích opatření. Přiložit podložené škrtidlo (min. 3 - 5 cm široké) nad ránu a co nejpevněji utáhnout. Vyznačte na něj čas zaškrcení.

ZLOMENINY

Rozeznáváme zlomeniny:

Otevřené – poškození kůže úlopkem zlomené kosti často doprovázeno masivním krvácením.

Zavřené - kůže neporušena, ale možné vnitřní krvácení.

Příznaky:

bolest, otok a omezená pohyblivost
deformita kosti, nenormální pohyblivost
slyšitelné nebo hmatatelné praskání úlomků

Ošetření:

Je-li reálná šance příjezdu ZZS, s postiženým nemanipulujeme.

- **znehybnění končetiny dlahami** - horní končetiny a klíční kosti znehybníme šátkovým závěsem, u dolní končetiny lze použít jako dlahu zdravou končetinu – tu přisuneme k postižené.
- místa, kde se končetina stýká s dlahou měkce **vypodložit**

3

- dlahou **znehybnit sousední kloub nad i pod zlomeninou**
- přiložení dlah musí být pevné, ale nesmí bránit průtoku krve
- chlazení zmenšuje otok a bolestivost zlomeniny

PORANĚNÍ

Poranění kloubů

Rozlišujeme: pohmoždění, podvrtnutí a vymknutí

Příznaky:

bolest a omezená pohyblivost
otok, často se vytvoří modřina

Ošetření:

- znehybnění elastickým obinadlem a chlazení
- vymknutý kloub se nesnažíme vracet zpět

Poranění hrudníku

Zlomení žebér nebo hrudní kosti, poranění hrudní dutiny (pneumotorax).

Příznaky:

bolest, vykašlávání krve
obtížné dýchání, slyšitelné nasávání vzduchu při vdechu postiženého
případně šok

Ošetření:

u pneumotoraxu:

- **překrytí rány sterilním krytím a poté neprodyšně či poloprodyšně kusem igelitu** (pokud by tato léčba stav postiženého naopak zhoršila, neprodyšný obvaz urychleně odstraníme)
- **uložíme do polosedu a nakloníme na postiženou stranu**
- **rychle zajistíme ZZS**



u nekomplikované zlomeniny žebra:

- **stáhneme hrudník elastickým obinadlem**, bráníme větším pohybům hrudního koše

4