

Vzdělávací a školící činnost

- > kurzy první pomoci, prožitkové kurzy
- > základní a specializační výcviky
- > rekvalifikační a akreditované kurzy MŠMT

Outdoorové a firemní akce

- > teambuildingové programy
- > sportovní kurzy a akce
- > akce pro děti i dospělé, rodinné programy



BALIC, s.r.o. Praha – Olomouc
BASIC LIFESAVING COMPETENCE

Sídlo: Internacionální 19/1225
165 00 Praha 6

Telefon: +420 603 244 100
+420 777 158 767

E-mail: info@balic.cz

Web: www.balic.cz



ZÁKLADY PRVNÍ POMOCI

- výběr z kapitol -

MUDr. David Kinšt
Mgr. Jan Sedláček

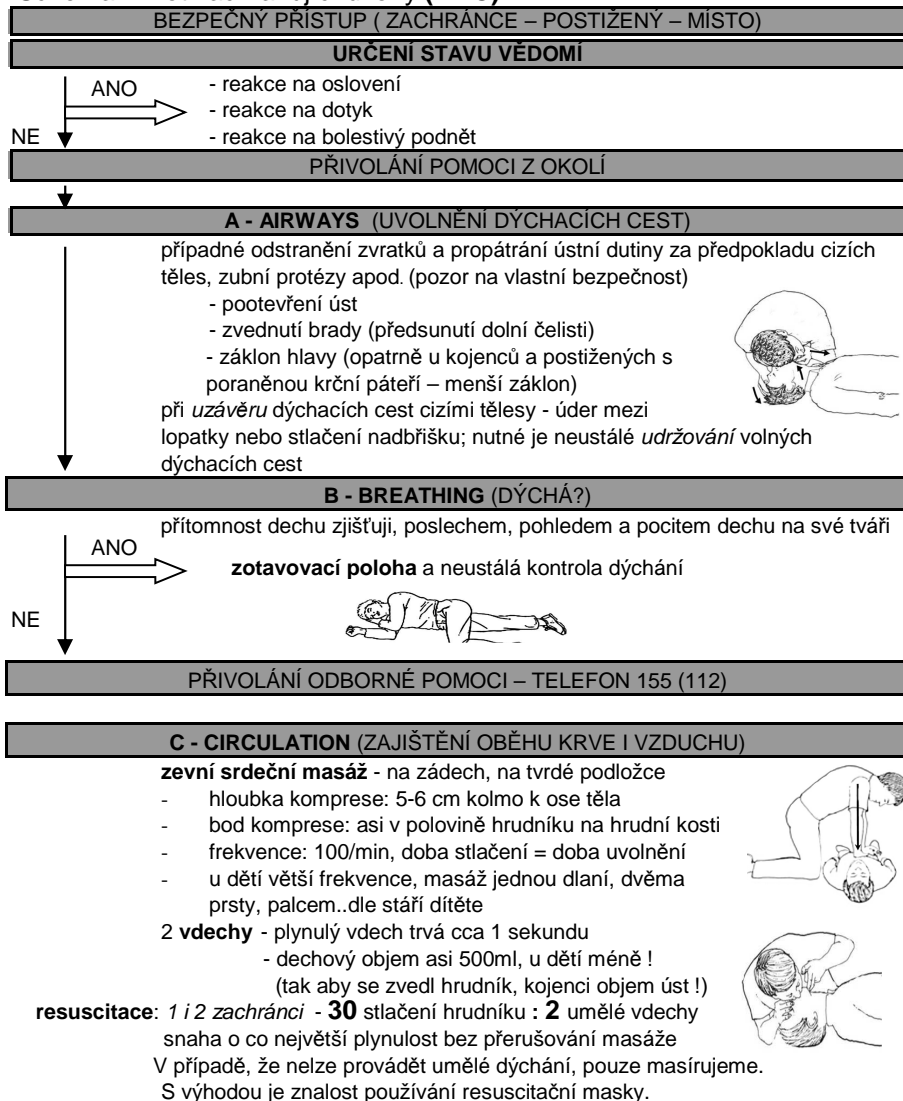
korektura
MUDr. Marek Vašák
Ing. Radek Turin, DiS.

www.balic.cz



PRVNÍ POMOC U OSOB V BEZVĚDOMÍ

Schéma: Život zachraňující úkony (ABC)



1

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, příškar, nebolí

Ošetření:

- zamezit působení tepelné škodliviny
- odstranit oděv (ulpívající kusy látky neodstraňujeme) a kovové předměty (prstýnky, ap.)
- časné 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

6

Při pronikajícím poranění břicha je časté vyhrěznutí střevních kliček.

Ošetření:



- kličky nezastrkujeme zpátky pouze **sterilně kryjeme**
- **poloha vleže nznak s pokrčenýma nohama**
- rychlé zajištění **ZZS**

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

Ošetření:

- **poloha vleže nznak s pokrčenýma 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, vhodné je využití resuscitační masky
- rychlé zajištění **ZZS**

Šok

Může být způsoben:

- a) ztrátou náplně krevního řečiště (např. při krvácení či průjmech)
- 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 – zajistěte ZZS, postiženého netransportujte, 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**

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

b) Silné tepenné a/nebo žilní krvácení

Z tepen „pulsuje“ 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 (nemáme-li k dispozici ochranné rukavice, chráníme se např. igelitovým sáčkem)
- **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 (nebo jako dočasné opatření pro přípravu tlakového obvazu). 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 úločkem 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**
- dlahou **znehybnit sousední kloub nad i pod zlomeninou**
- přiložení dlah musí být pevné, ale nesmí bránit průtoku krve
- chlazení zmenšuje otok a bolestivost zlomeniny

3

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 žebor 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

Poranění břicha

Při tupém poranění břicha hrozí nebezpečí vnitřního krvácení.

Ošetření:

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

4