

První pomoc

Autor: Ondřej Srb

Datum: 13.2.2008

Třída: 8.

Čerpáno z : <http://www.seznam.cz/>
<http://www.google.cz/>

Školní rok: 2007/2008



Základní pravidla první pomoci

Pravidlo 5T: (čili co zajistit postiženému)

- teplo
- ticho
- transport
- tekutiny (ne při možném vnitřním poranění)
- tišící prostředky (počítá se do toho i samotné uklidňování, jako laikové nepodáváme léky)

Pravidlo záchrany:

- nejdříve zachraňuji sebe (vypínám elektriku, беру si plovací vestu, atd.)
- pak zachraňuji ostatní (s přihlédnutím k okolnostem a vlastním schopnostem)
- nakonec zůstávají materiální prostředky

Bezvědomí

Příčiny:

Poškození mozku, ztráta krve, nedostatek kyslíku, chemické změny krve či předávkování léků.



Nebezpečí:

Hlavním nebezpečím při bezvědomí je uzávěr dýchacích cest, a to jednak zapadnutím ochablého jazyka nebo tím, že postižený nemůže v bezvědomí kašlat a vypudit tím zvratky či cizí těleso z hrdla.

První pomoc:

Nejprve zjistěte, zda bezvědomá osoba dýchá a tepe. Pokud tomu tak není, zahajte oživování nepřímou masáží srdce a dýcháním z úst do úst. Pokud tepe, dýchá, ale dýchání je hlučné či chrčivé, přesvědčte se vyšetřením ústní dutiny rukou, zda v hloubi není nějaká překážka. Jakmile nastane normální dýchání, uvolněte těsné šatstvo kolem krku a hrudníku postiženého. Uložte postiženého do stabilizované polohy. Podle možností ho podložte pokrývkou a druhou ho přikryjte. Snažte se nenechat pacienta bez dohledu do příchodu lékařské pomoci.

POZOR: následuje-li bezvědomí po pádu či autonehodě a je-li zde možnost poranění páteře, neukládejte postiženého do stabilizované polohy, jediné v případě zvracení. V takovém případě se snažte neohnout páteř postiženého.

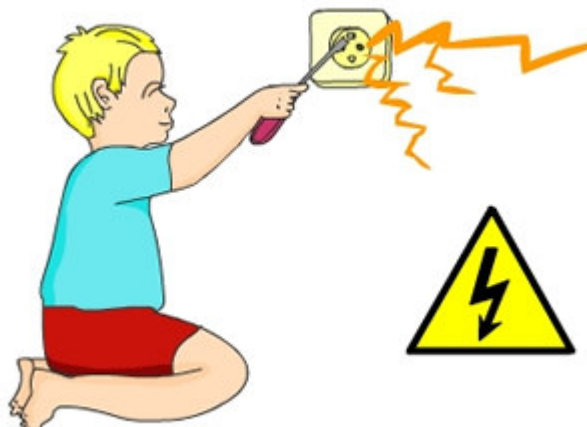


Úraz elektrickým proudem

Zasažení elektrickým proudem může vést k bezvědomí a zástavě dechu. V místě vniknutí elektrického proudu do těla vznikají hluboké spáleniny. Může být vnitřní poškození. Vždy vyhledejte lékařské ošetření, i když se zdá, že postižený utrpěl jen malé popálení.

První pomoc:

Nejprve vypněte proud nebo přerušte kontakt mezi postiženým a elektrickým vodičem. Nesnažte se postiženého sami odtáhnout, neboť byste mohli dostat zásah elektrickým proudem sami. Namísto toho se snažte odstranit vodič nějakým nástrojem, např. dřevěnou násadou smetáku apod. Zjistěte, zda postižený dýchá, pokud ne, zahajte ihned oživování dýcháním z úst do úst. Můžete pokračovat až půl hodiny! Jakmile postižený začne sám dýchat, ošetřete popáleniny, uložte jej do stabilizované polohy a zařídte lékařské ošetření.



Popáleniny

Popáleniny mohou vznikat působením ohně, páry horkých tekutin, elektřiny, žiravin (chemických látek). Při léčení popálenin nejprve odstraňte příčinu, např. vzdalte postiženého od ohně. Postižené místo má být následovně intenzivně chlazeno, např. ponořením do studené vody nebo podržením pod tekoucím kohoutkem po dobu min. 15 min.! NIKDY nedávejte na popáleninu žádnou mast či krém a nepropichujte vzniklé puchýře. Po první pomoci ihned vyhledejte lékařské ošetření, když je zasažena velká část těla, když kůže praská, je zuhelnatělá a postižený má silné bolesti. I malé popáleniny na obličeji či na ruce mohou být příčinou jizev, takže v těchto případech vždy vyhledejte ihned lékařské ošetření.



Důležitá telefonní čísla

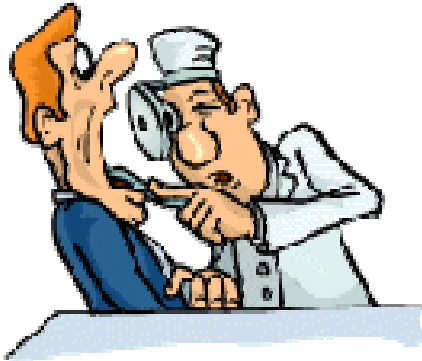
Integrovaný záchranný systém	112
Záchranná služba	155
Policie - tísňové volání	158
Hasiči	150



Pokousání a bodnutí hmyzem

Zvířecí kousnutí:

Při pokousání psem, kočkou či koněm vyhledejte lékařské ošetření, jelikož většina těchto ran je infikována a musí být rychle ošetřena. Bývá zapotřebí protitetanová injekce u neočkovaných osob, popřípadě stehy. Při pokousání neznámým zvířetem je nutné vyhledat lékařské ošetření, může být zapotřebí očkování proti vzteklině.



Hadí uštknutí:

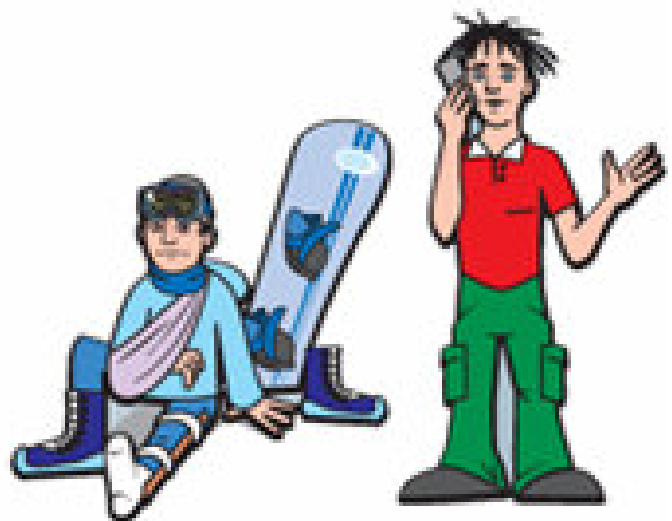
Jediný jedovatý had u nás je zmije. Ve většině případů není její uštknutí nebezpečné. Může být však nebezpečné malému dítěti. Dojde-li k uštknutí zmijí, omyjte okolí rány, podejte Paralen k úlevě bolesti a pokud se jedná o dítě, udržte je v klidu. Vyhledejte lékařskou pomoc.

Hmyzí kousnutí a bodnutí:

Kousnutí a bodnutí běžného hmyzu, např. komárů, způsobuje místní svědění, zarudnutí a otok. Při bodnutí včelou nebo sršněm se pokuste nejprve odstranit žihadlo z rány čistým nehtem nebo špičkou nože. Dejte pozor na známky anafylaktického šoku.

Anafylaktický šok:

Vzácně může být jedinec hypersensitivní na určitý typ kousnutí či bodnutí hmyzu, většinou když byl již dříve kousnut či bodnut. Při opakovaném postižení tímto druhem hmyzu se může objevit těžká alergická reakce, známá jako anafylaktický šok. Z příznaků jsou to dechové obtíže (jako příznak zúžení dýchacích cest) a další příznaky šoku. Při těchto příznacích bezprostředně po kousnutí či bodnutí hmyzem volejte rychlou lékařskou pomoc!



Poranění kostí - zlomeniny

Všechny zlomeniny vyžadují šetrné zacházení a pečlivé ošetření, abychom poraněnému nezpůsobili nešetrnou manipulací poranění okolních tkání a orgánů (svalů, cév a nervů).



Zastavení krvácení

Při krvácení se snažíme omezit průtok krve ranou a podpořit tak srážení krve. Toho docílíme působením tlaku na ránu (*kompresí*) a jejím zvednutím (*elevací*) nad úroveň srdce. Tlak můžeme vyvíjet na ránu přímo nebo v případě tepenného krvácení na přívodovou tepnu. Celkový objem krve dospělého člověka je cca 5–6 l. S krevní ztrátou cca 10 % objemu krve se tělo dokáže vyrovnat, náhlá ztráta 1/3 krve vede již k rozvoji šoku. Protětím velké tepny (pažní, stehenní, krční) lze vykrváct do 60–90 s.

Obsah lékárny

Aluminiová fólie pro ochranu před chladem (1)

Trojčípý šátek (1)

Pružné obinadlo Idealtex šíře 12 cm (1)

Hotový sterilní obvaz č. 2 (1)

Hotový sterilní obvaz č. 4 (1)

Cívka náplasti 2,5 cm x 1 m (1)

Sterilní obinadlo 10 cm x 5 m (1)

Sterilní obinadlo 12 cm x 5 m (1)

Resuscitační rouška

Rukavice latexové chirurgické

Zavírací špendlík (2)

Žiletka, sterilní jehla

Grassolind neutral 7,5 cm x 10 cm (1) - nepřilnavá gáza (na popáleniny, rány, kde je nežádoucí přisychání suché gázy ke spodině)