

Prvá pomoc

Betreuungspool Vorarlberg gGmbH

Meno školitelky/meno školiťa



Aus Liebe zum Menschen.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Obsah kurzu

- **Zásady prvej pomoci**
Reťazec záchrany, Telefonát na núdzovú linku, Základné opatrenia, Kontrola urgentného stavu
- **Bezvládný urgentný pacient**
Bezvedomie, zastavenie dýchania a krvného obehu
- **Akútne urgentné prípady**
Infarkt srdca, mozgová mŕtvica, znížená hladina cukru, zabehnutie pri jedle
- **Poranenia kostí a kĺbov**
Poranenie ruky, nohy, podvrtnutie

ZÁSADY PRVEJ POMOCI

Aus Liebe zum Menschen.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

**Prvá pomoc je
jednoduchá!**



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Řetazec záchrany



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Telefonát na núdzovú linku

- Nájdite si čas na telefonát na núdzovú linku!
- Odpovedajte na otázky!
- Bezpodmienečne dodržiavajte pokyny centrály núdzovej linky!

Kde? Feldkirch, Musterstrasse 123

Čo? Pád zo schodov,...

Kolko? 1 osoba

Kto? Vaše meno a telefónne číslo



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Číslo núdzovej linky

112



122



133



144



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Základné opatrenia



Polohovanie



Čerstvý vzduch



Teplo



Psychická starostlivosť



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Kontrola urgentného prípadu



① Skontrolujte, či je postihnutá osoba pri vedomí

Hovorte nahlas a jemne osobu potraсте za ramená



② Privolajte pomoc

Kričte nahlas o pomoc
Privolajte záchrannú zdravotnú službu



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Kontrola urgentného prípadu



- ③ Uvoľnite dýchacie cesty**
Zakloňte hlavu



- ④ Skontrolujte dýchanie**
vidieť
počuť
cítiť



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

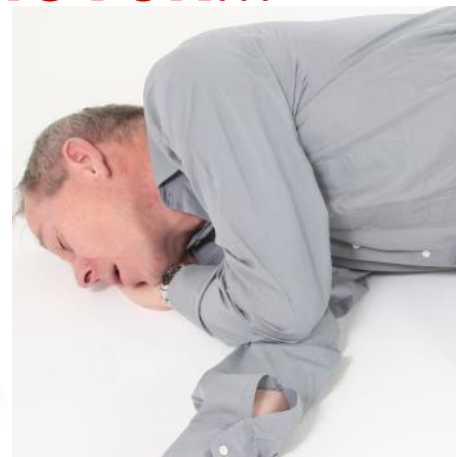
BEZVLÁDNÝ URGENTNÝ PACIENT



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Ak na zemi leží bezvládný človek...



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Bezvedomie



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Stabilizovaná poloha na boku



- ① Položte ruku na vašej strane do pravého uhla smerom od tela



- ② Teraz vytiahnite protiľahlé koleno a položte na neho zápästie druhej ruky



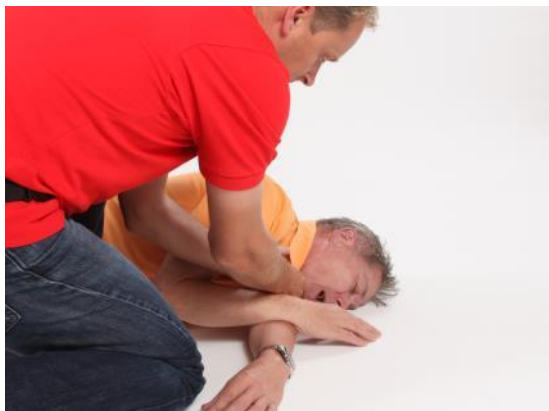
Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Stabilizovaná poloha na boku



③ Otočte osobu v bezvědomí k sebe



④ Hlavu opatrně zakloňte
a otevřete ústa



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Bezvedomie



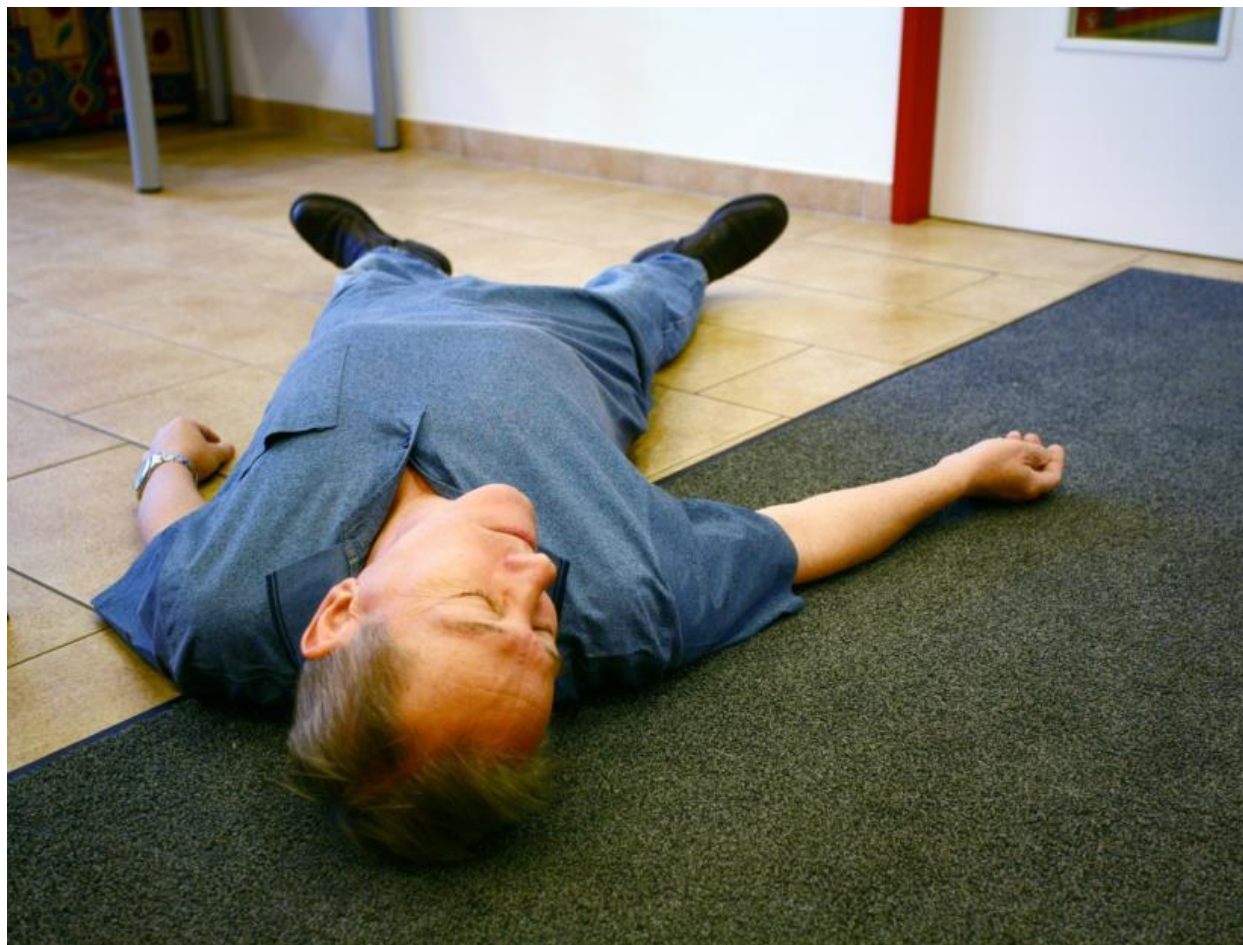
- Vykonajte kontrolu urgentného prípadu
- Pri normálnom dýchaní uveďte osobu do stabilizovanej polohy
- Zatelefonujte na núdzovú linku
- Vykonajte základné opatrenia



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Zastavenie dýchania a krvného obehu



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Tlaková masáž srdca



① Položte dlaň do stredu hrudného koša



② Položte na ňu druhú ruku a potom zatlačte obidve ruky



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Tlaková masáž srdca



- ③ Obidvomi rukami pritláčajte na hrudný kôš rýchlo a silno



- ④ Oživovanie ukončíte iba vtedy, ak sa pacient preberie alebo znovu normálne dýcha



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Umelé dýchanie



① Položte ruku na čelo



② Nadvihnite bradu a
stlačením zatvorte nosné dierky



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Umelé dýchanie



- ③ Vdýchnite 2 × vzduch do úst človeka v bezvedomí



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Zastavenie dýchania a krvného obehu



- Vykonajte kontrolu urgentného prípadu
- Privolajte záchrannú zdravotnú službu
- 30 tlakových masáží srdca a 2 × umelé dýchanie
- Dodržiavajte pokyny uvedené na defibrilátore



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

AKÚTNE URGENTNÉ PRÍPADY



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Infarkt srdca



Náhle bodanie v hrudi, silné ako nikdy predtým.
Krátke chvenie pred očami,
pán Huber padá k zemi, jeho
srdce zlyháva...



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Prvá pomoc pri infarkte srdca



- ① Postihnutého stabilizujte v sediacej polohe



- ② Privolajte záchrannú zdravotnú službu



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Prvá pomoc pri infarkte srdca



③ Zabezpečte prísun čerstvého vzduchu



④ Vykonajte základné opatrenia



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Infarkt srdca



- Zabezpečte pokoj
- Zatelefonujte na núdzovú linku
- Postihnutého nechajte sedieť v príjemnej polohe
- Povzbudíte postihnutú osobu, aby dýchala pomaly a zhlboka
- Vykonajte základné opatrenia



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Symptómy infarktu srdca

- Bolesti v oblasti hrudníka, ktoré môžu vyžarovať do brucha, hrdla, do sánky a do rúk
- Dýchavičnosť
- Studený pot
- Smrteľný strach



Mozgová mŕtvica



Pani Huberová sedí pohodlne na sedačke a zrazu sa pre silnú bolesť dotkne hlavy a nedokáže povedať, že si necíti ľavú ruku...



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Prvá pomoc pri mozgovej mŕtvici



- ① Postihnutého upokojte a
Privolajte záchrannú zdravotnú službu



- ② Postihnutého uveďte do príjemnej polohy



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Prvá pomoc pri mozgovej mŕtvici



③ Vykonajte základné opatrenia



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Mozgová mŕtvica



- Postihnutého upokojte a
- Zatelefonujte na núdzovú linku
- Postihnutého uložte
- Presvedčite sa, že postihnutý môže dobre dýchať
- Vykonajte základné opatrenia



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Rozpoznanie mozgovej mŕtvice: FAST-test

- **F**ace – tvár
- **A**rms – ruky
- **S**peech – reč
- **T**ime – čas



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Znížená hladina cukru



Pán Huber ešte nemal čas sa najesť, najskôr chce dokončiť svoju prácu v dielni. Náhle je veľmi unavený. Začína sa potiť a vyzerá úplne bledo...



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Prvá pomoc pri zníženej hladine cukru



- ① Diabetikovi podajte cukor
(Ovocné šťavy, med, hroznový cukor...)



- ② Uložte ho do polohy so zvýšenými nohami



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Prvá pomoc pri zníženej hladine cukru



- ③ Vykonajte základné opatrenia
Privolajte záchrannú zdravotnú službu



- ④ Pri bezvedomí
→ Stabilizovaná poloha na boku



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Znížená hladina cukru



- Pomôžte diabetikovi sadnúť si alebo ľahnúť
- Zatelefonujte na núdzovú linku
- Podajte mu pitie alebo jedlo s obsahom cukru
- Vykonajte základné opatrenia



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Zabehnutie pri jedle – ťažké zablokovanie dýchacích ciest



Skôr, ako začala Anna rozprávať veselú príhodu, odhryzla si poriadne sústo z pizze. Zrazu sa nevie nadýchnuť, panicky sa chytá za hrdlo, nevie povedať ani slovo a nevie ani kašľať...



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Zabehnutie pri jedle – ťažké zablokovanie dýchacích ciest



① Postihnutú osobu predkloňte



② 5 × silno udríte celou dlaňou medzi lopatky



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Zabehnutie pri jedle – ťažké zablokovanie dýchacích ciest



- ③ Následne 5 × použite Heimlichov manéver

Ak nedôjde k úľave, znovu 5 × udríte postihnutého dlaňou medzi lopatky...



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Zabehnutie pri jedle – ťažké zablokovanie dýchacích ciest



- Zachovajte pokoj, s postihnutou osobou komunikujte
- Zatelefonujte na núdzovú linku
- Silno uprite celou dlaňou medzi lopatky
- Ak po piatich úderoch nedôjde k žiadnemu zlepšeniu: vykonajte päť Heimlichových manévrov atď.



PORANENIA KOSTÍ A KLÍBOV

Aus Liebe zum Menschen.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Poranenie ruky



Aus Liebe zum Menschen.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Trojrohá šatka pri poranení ruky/ramena



- ① Na rohu trojrohej šatky urobte oproti dlhej strane uzol



- ② Šatku položte pod poranenú ruku – uzol bude pri lakti



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Trojrohá šatka pri poranení ruky/ramena



- ③ Postihnutú ruku uveďte do pohodlnej polohy a zaviažte obidva konce šatky okolo šije



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Poranenie ruky



- Postarajte sa o pohodlné uloženie
- Vykonajte fixáciu pomocou trojrohej šatky
- Odstráňte šperky a použite chladiace obklady
- Vykonajte základné opatrenia



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Poranenie nohy



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Poranenie nohy



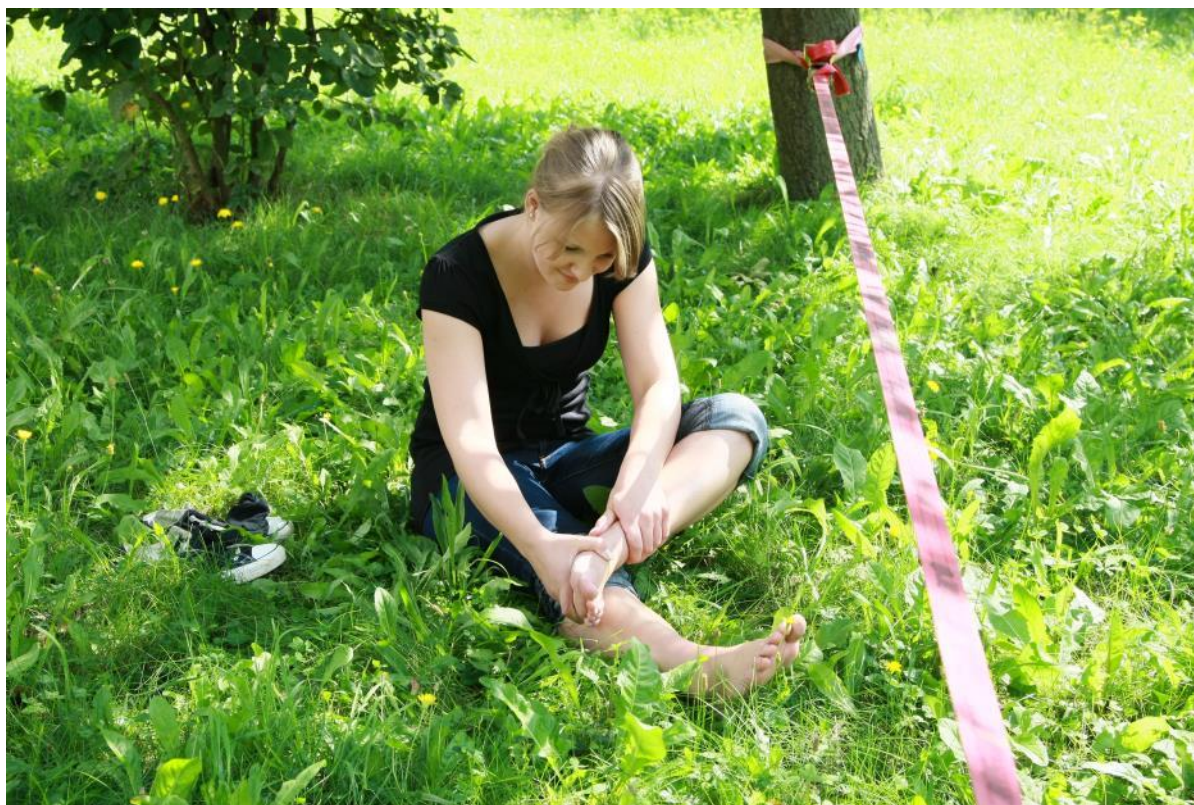
- Postarajte sa o pohodlné uloženie – pýtajte sa na bolesti
- Vykonajte fixáciu pomocou deky alebo bundy
- Rozšnurujte topánky a uvoľnite tesný odev – pri opuchu použite chladiace obklady
- Vykonajte základné opatrenia



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Podvrtnutie



Aus Liebe zum Menschen.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Podvrtnutie



- Poraneného požiadajte, aby poranenú časť tela nenamáhal
- Do šatky zaviňte ľad a položte na opuch
- Poranenú nohu dajte do zvýšenej polohy
- Vykonajte základné opatrenia



Aus Liebe zum Menschen.

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

ĎAKUJEME
ZA VAŠU POZORNOST

Aus Liebe zum Menschen.



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ