

PRVNÍ POMOC

PRVNÍ POMOC je soubor opatření pro zajištění uchování lidského zdraví.

Jejím cílem je **záchrana života**.

Poskytnout první pomoc je povinen každý občan České republiky starší 18 let, pokud tím neohrozí svoje zdraví či život.



DĚLENÍ PRVNÍ POMOCI

První pomoc lze rozdělit na několik typů:

- **Laická první pomoc** - je soubor základních odborných a technických opatření, která lze provést bez specializovaného vybavení. Do laické první pomoci spadá zavolání odborné zdravotnické záchranné služby, péče o postiženého do příjezdu zdravotnické záchranné služby.
- **Technická první pomoc** - je pomoc, kterou zpravidla zajišťují hasiči, horská služba.... Úkolem technické první pomoci je vyproštění zraněného a jeho transport na bezpečné místo, případně odstranění příčiny úrazu.
- **Odborná přednemocniční první pomoc** - úkony prováděné zdravotnickým personálem (lékaři, sestry, záchranáři, apod.).
- **Nemocniční péče** - do nemocniční péče spadají oddělení JIP, ARO... Tyto úkony provádí zdravotnický personál.

BEZPLATNÁ TELEFONNÍ ČÍSLA TÍSŇOVÝCH VOLÁNÍ



150

**hasičský
záchranný
sbor**



155

**zdravotnická
záchranná
služba**



158

policie

Evropské číslo tísňového volání

112 - hasiči, záchranná služba, policie

ÚRAZ

Úraz je porucha zdraví způsobená náhle.

Příčiny úrazů mohou být způsobeny – dopravní nehodou, pádem, popáleninou, poraněním ostrým předmětem ...

Příklady úrazů – řezná rána, spálenina, zlomenina, podvrknutí kotníku, krvácení, otřes mozku ...



ÚRAZY V DOMÁCNOSTI

Říznutí – z rány vyčistíme nečistoty a přelepíme náplastí

Odřenina – postižené místo zbavíme nečistot, přelepíme jen v nejnnutnějším případě

Spálenina – zchladíme studenou vodou, puchýře nestrháváme, popř. vyhledáme lékaře

Krvácení z nosu – předkloníme hlavu, dáme studený obklad na týl a čelo a necháme krev vytékat z nosu

Podvrknutý kotník – na otok dáme studený obklad, poté můžeme přiložit elastické obinadlo, které nesmí škrtit

Zlomenina – zlomenou končetinu znehybníme pomocí dlahy a vyhledáme lékaře

LÉKÁRNIČKA

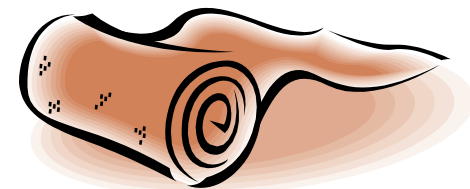
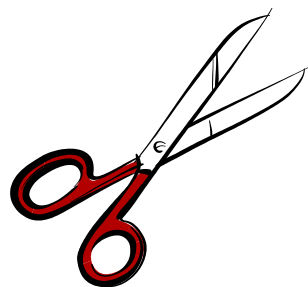
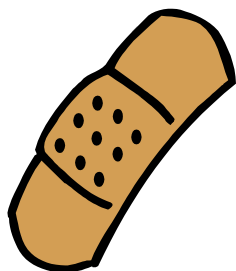
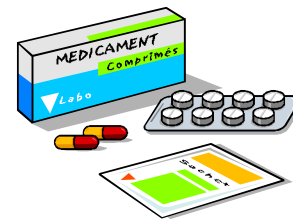
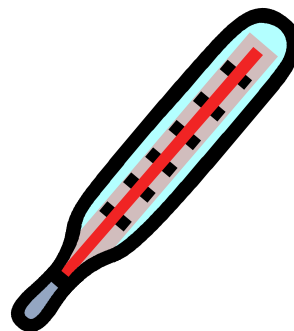
Lékárnička je skříňka (pouzdro), uzpůsobené pro dlouhodobé a bezpečné ukládání zdravotnického materiálu, obvykle určeného pro poskytování první pomoci.

Obsah domácí lékárničky není normován a doporučuje se upravit jej podle složení rodiny (malé děti, senioři) a životních zvyklostí členů rodiny (hobby, záliby, životní styl).

Doporučené minimální složení je následující:

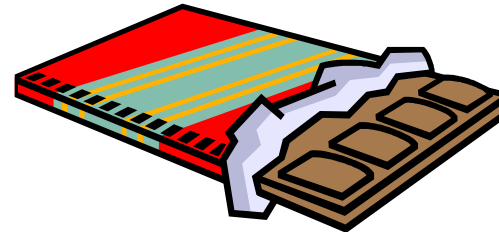
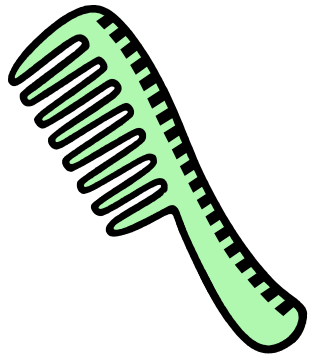
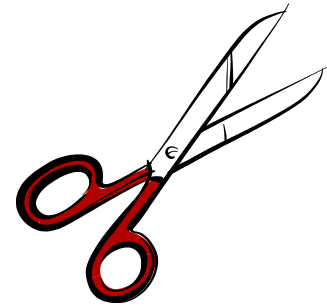
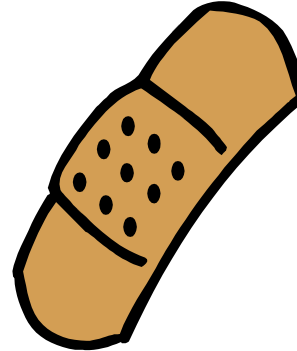
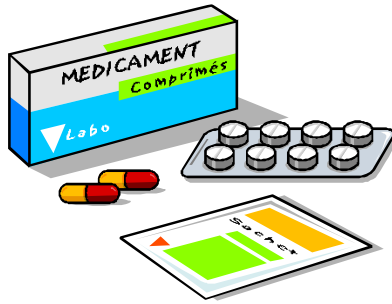
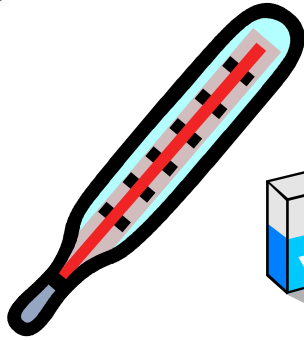
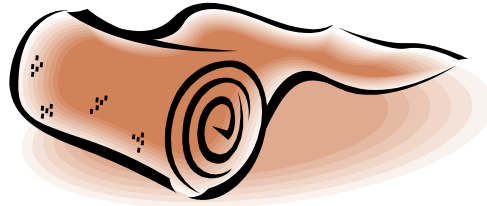
- teploměr lékařský v pouzdře
- pinzeta anatomická
- gáza hydrofilní à 5 ks
- Spofaplast 2,5 cm × 2 m, Spofaplast rychloobvaz 6 cm × 1 m
- obinadlo hydrofilní sterilní 6 cm × 5 m
- obinadlo škrtící pryžové 70 cm, obinadlo hydrofilní sterilní 10 cm × 5 m
- vata obvazová skládaná 50 g
- Acylpyrin 10 tbl.
- Carbosorb tbl.
- Septonex nebo peroxid vodíku 0,3%
- Ophtal nebo borová voda

Prohlédněte si vybavení domácí lékárničky.



SEPTONEX

Škrtněte vše, co nepatří do lékárničky.



Použij skryté pero