

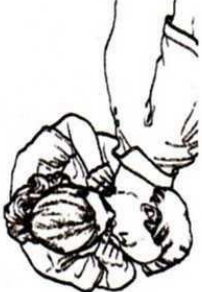




# KARTA PRVEJ POMOCI

## ZÁKLADNÉ POSTUPY POSKYTNUTIA PRVEJ POMOCI PRI ZÁCHRANE ŽIVOTA

<ul style="list-style-type: none"><li>- ZHODNOŤ SITUÁCIU</li><li>- CHRAŇ SEBA AJ OSTATNÝCH</li><li>- POSKYTNÍ PRVÚ POMOC</li><li>- PRIVOLAJ POMOC TEL.: 112</li></ul>	<p>ZASTAV ŽIVOT OHROZUJÚCE KRVÁCANIE</p> 	<p>VYŠETRI VEDOMIE A DÝCHANIE</p> 
<p>SKONTROLUJ DÝCHANIE, AK NEDÝCHA ZAKLON HLAVU, ZNOVU SKONTROLUJ DÝCHANIE</p> 	<p>AK POSTIHNUTÝ NEDÝCHA, ZAČNI OŽIVOVANIE VONKAJŠOU MASÁŽOU SRDCA 30 STLAČENÍ A POKRAČUJ V POMERE 2x VDYCH 30x STLAČENIE</p> 	<p>PO OŽIVENÍ POSTIHNUTÉHO OŠETRI OSTATNÉ PORANENIA, STABILIZUJ POLOHU A KONTROLUJ VEDOMIE, DÝCHANIE A KRVNÝ OBEH</p> 

Volajte 112 

18 123 / 

<http://blog.pasztor.name/karta-prvej-pomoci.htm>

Popisy jednotlivých úkonov pri rôznych úrazových dejoch a ochoreniach.

### Krvácanie

Ranu zakry sterilnou gázou a pevne obviaž obvazom. Ak obvaz rýchlo presakuje, stlač rukou, končatinu nadvihni.

### Bezvedomie

Zisti či dýcha, ak nedýcha a nereaguje, začni s nepriamou masážou srdca a následne záchrannými dychmi (pozri OBRÁZOK). U detí sa začína 5 záchrannými dychmi, následne ako u dospelých - v pomere 2:30

### Poranenie chrbtice

Raneným, ak to nie je nevyhnutné, nehýb. Udržuj ho v polohe, v akej si ho našiel.

### Poranenie hrudníka a brucha

Poranenie zakry sterilnou gázou. Zabodnuté predmety nevyťahuj! Zraneného prikry. Nepodávaj piť! Pokračuj ako pri postupe: „ŠOK“.

### Poranenie hlavy

Zranenému znehybni hlavu. Pri krvácaní z nosa, úst daj hlavu do polohy na boku! Rany sterilne prekry.

### Zlomeniny

Končatinou nehýb, nenaprávaj ju! Polohu končatiny zabezpeč pevnou dlahou (kĺb nad a pod zlomeninou). Otvorenú zlomeninu prekry sterilnou gázou.

### Šok

Skontroluj či nekrváca!!! Zastav krvácanie! Ulož na chrbát, zdvihni nohy o 40 cm, hlavu daj nabok. Dôkladne prikry. Ak ide o srdcový záchvat alebo poranený hrudník, daj do polosedu.

### Úraz elektrickým prúdom

Vypni hlavný zdroj elektrického prúdu!!! Pri strate vedomia vykonaj postup: „BEZVEDOMIE“.

### Popáleniny

Popálených miest sa nikdy nedotýkaj! Na postihnuté miesta prilož sterilnú gázu. Prilepené šatstvo neodstraňuj! Pokračuj ako pri postupe: „ŠOK“.