

## 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“.

# KARTA PRVEJ POMOCI

### 1. - ZHODNOŤ SITUÁCIU

- CHRÁŇ SEBA AJ OSTATNÝCH
- POSKYTNI PRVÚ POMOC
- PRIVOLAJ POMOC  
TEL.: 112

### 2. ZASTAV ŽIVOT OHROZUJÚCE KRVÁCANIE



### 3. VYŠETRI VEDOMIE A DÝCHANIE



### 4. SKONTROLUJ DÝCHANIE, AK NEDÝCHA ZAKLOŇ HLAVU, ZNOVU SKONTROLUJ DÝCHANIE



### 5. AK POSTIHNUTÝ NEDÝCHA, ZAČNI OŽIVOVANIE VONKAJŠOU MASÁŽOU SRDCA - 30 STLAČENÍ A POKRAČUJ V POMERE 2 x VDYCH / 30 x STLAČENIE



### 6. PO OŽIVENÍ POSTIHNUTÉMU OŠETRI OSTATNÉ ZRANENIA, STABILIZUJ POLOHU A KONTROLUJ VEDOMIE, DÝCHANIE A KRVNÝ OBEH

