



POSKYTNUTIE PRVEJ
POMOCI PRI
DOPRAVNEJ NEHODE

Martina Krajčíková, Tereza Urbanová 8.A
22.10.2013

Dôležité telefónne čísla

- ✓ Linka tiesňového volania: **112**
- ✓ Hasiči: **150**
- ✓ Rýchla zdravotnícka pomoc: **155**
- ✓ Polícia: **158**
- ✓ Mestská polícia: **159**



Prvá pomoc

✓ je súbor jednoduchých a účelných opatrení, ktoré slúžia na bezprostrednú pomoc pri náhlom ohrození života alebo postihnutí zdravia, a ktoré môžu byť poskytnuté kdekoľvek a kedykoľvek aj bez špeciálnych pomôcok



Stlačenie hrudníka **30x**: Vdychy **2x**

Vyšetrenie zraneného

POHLADOM OVERTE:

- dýchanie
- krvácanie
- polohu tela
- výraz a farbu tváre

POSLUCHOM OVERTE:

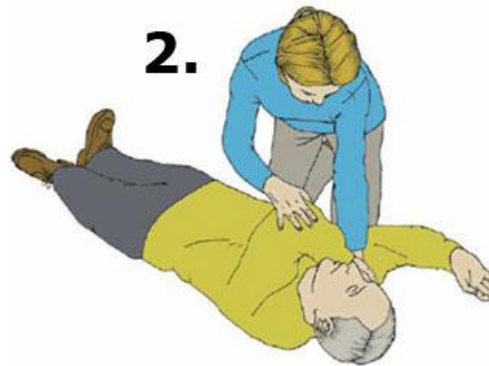
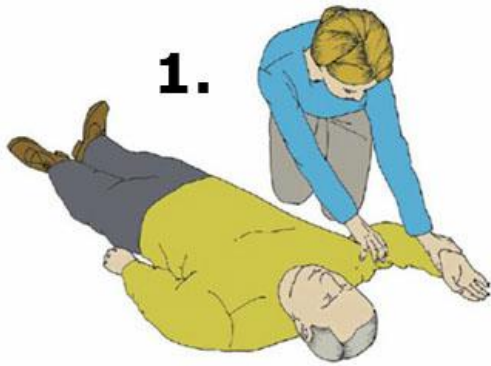
- dýchacie šelesty
- prejavy postihnutého (stonanie, reakcia na oslovenie)

HMATOM OVERTE:

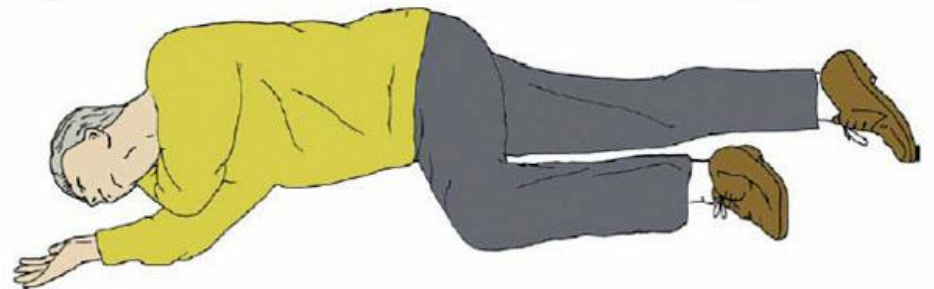
- dýchacie pohyby
- bolesť postihnutej oblasti
- deformácie
- teplotu kože, pot, a pod.



Stabilizovaná poloha



Výsledná stabilizovaná poloha



Poskytnutie prvej pomoci pri dopravnej nehode

V prípade, že ste prvý, ktorý dorazil na miesto nehody, zaparkujte svoje vozidlo na priehľadnom mieste, v dostatočnej vzdialenosti od havarovaného vozidla (asi 15m).

- ✓ rozsvieťte výstražné svetlá na svojom vozidle
- ✓ vyberte autolekárničku a výstražný trojuholník, ktorý umiestnite 150 – 200m od miesta kolízie
- ✓ je vhodné obliecť si reflexnú vestu

PRAVIDLÁ BEZPEČNOSTI PRI PP

- ✓ zabezpečíme vlastnú bezpečnosť
- ✓ môžeme prejsť na vizuálne posúdenie rozsahu zranení vo vnútri havarovaného vozidla
- ✓ je potrebné vykonať opatrenia súvisiace s bezpečnosťou nielen zranených, ale aj záchrancu
- ✓ bezpečnosť poskytovateľa prvej pomoci je prvoradá
- ✓ treba počítať s ich nestabilitou a možnosťou požiaru
- ✓ je vhodné znehybniť vozidlo (ručnou brzdou alebo podložením kolesa a odpojiť autobatériu)
- ✓ niekedy sa stáva, že zranení po náraze vypadnú z vozidla, takže je vhodné preskúmať aj blízke okolie vozidla



- ✓ zavoláme rýchlu zdravotnú pomoc, ktorej poskytneme informácie o lokalizácii nehody, počte a závažnosti zranených a type havarovaného vozidla
- ✓ v prípade, že neviete presne určiť miesto nehody, popíšte trasu, ktorou ste na miesto dorazili
- ✓ na otázky dispečera záchrannej služby odpovedajte pokojne a trpezlivo
- ✓ prejdite na samotnú záchranu obeti autonehody
- ✓ obyčajne platí pravidlo, že tí čo kričia, nie sú v priamom ohrození života



- ✓ s osobami, ktoré sú v bezvedomí nepohybujte, pokiaľ nehrozí požiar, zosun vozidla, alebo nie je nutná resuscitácia
- ✓ v prípade, že je nutná aj resuscitácia zraneného, uložte ho do vodorovnej polohy a zabezpečte priechodnosť dýchacích ciest (záklon hlavy a predsunutie dolnej čeľuste)
- ✓ treba si uvedomiť, že ak sa zastaví krvný obeh, zakrátko dochádza aj k zastaveniu dýchania

ALGORITMUS č.1:

1. Postihnutý v bezvedomí, nereaguje
2. Zakrič o pomoc
3. Spriechodni dýchacie cesty
4. Nie je prítomné normálne dýchanie?
5. Zavolaj **RZP 112, 155**
6. **30** kompresí hrudníka
7. **2** umelé vdychy, **30** kompresí

Ak odpovedá:

- ✓ ponecháme ho v polohe v akej sme ho našli, ak nehrozí nebezpečenstvo
- ✓ zistíme, čo sa stalo a zaistíme mu ďalšiu pomoc
- ✓ pravidelne kontrolujeme stav postihnutého

Ak neodpovedá:

- ✓ Zakričíme o pomoc
- ✓ Položíme postihnutého na chrbát na rovnú podložku a uvoľníme dýchacie cesty miernym záklonom hlavy – manéver „heat tilt – chin lift“ – (položíme jednu ruku na čelo, jemne zatlačíme a palec s ukazovákom použijeme na stlačenie nosa, avšak súčasne s ukazovákom a prostredníkom druhej ruky zdvihneme bradu tak, aby sa pootvorili ústa postihnutého)
- ✓ udržujeme dýchacie cesty priechodné a zároveň zistíme, či postihnutý dýcha
- ✓ použijeme naše **ľudské zmysly**:
 - vidíme (sledujeme, či sa hrudník zdvíha) počujeme (posluchom počúvame prúdenie vzduchu)
 - cítime (na tvári cítime vydychovaný vzdych postihnutého)

POZOR!

Prvé minúty po zástave srdca môže postihnutý vydávať lapavé zvuky, chrčať a pod. Nezamieňame si preto tieto zvuky s normálnym dýchaním. Kontrolu vedomia a dýchania vykonáme do 10 sekúnd! Ak máme pochybnosti o normálnom dýchaní postihnutého, postupujeme tak, akoby nedýchal.

Ak postihnutý dýcha:

- ✓ privoláme pomoc, ak sme sami alebo požiadame o to okolostojacich,
- ✓ sledujeme vedomie a dýchanie až do príchodu odbornej pomoci
- ✓ podľa potreby ho pri netraumatickom poškodení uložíme do stabilizovanej polohy

Ak postihnutý nedýcha:

- ✓ zabezpečíme privolanie odbornej pomoci druhou osobou. Ak sme však sami odídeme privolať odbornú pomoc a čo najskôr sa vrátíme, aby sme začali s oživovaním (resuscitáciou)

ALGORITMUS č.2:

1. Postihnutý v bezvedomí, nereaguj
2. Zakrič o pomoc
3. Spriechodni dýchacie cesty
4. Nie je prítomné normálne dýchanie?
5. 5 iniciálnych vdychov
6. Nadálej nereaguje? (neprítomné známky krvného obehu)
7. **30** kompresíí, **2** umelé vdychy
8. Po 1 minúte resuscitácie zavolaj **RZP 112,155** a pokračuj v **KPR**

Po návrate vedomia:

Kontrolujte dýchanie a priložte studený obklad na hlavu. Počas bezvedomia nepodávajte postihnutému žiaden nápoj alebo jedlo. Ak u zraneného dochádza ku silnému krvácaniu, utiahnite miesto nad ranou remeňom alebo kusom oblečenia, čím spomalíte rozsah krvácania. Následne použite obvaz, ktorým ranu obviažete. Pri zlomeninách sa doporučuje znehybniť príslušnú časť tela pevným predmetom a uviesť zraneného do stabilizovanej polohy.

Častým prípadom:

Je, že dvere vozidla sa nedajú otvoriť a vtedy je nutné rozbiť sklo. V prípade, že je zranený vo vozidle zakliesnený bezpečnostným pásom, odrežte ho ostrým predmetom. Pri nevyhnutnej manipulácii dávajte pozor, aby nedošlo k poškodeniu chrbtice. Použitie Rautekovho hmatu (chytíte raneného zozadu, vsuniete svoje ruky pod jeho pazuchy a uchopíte ho za predlaktie zdravej končatiny pri lakti a zápästí, pričom ho opierate o svoj hrudník) chráni miechu a predíde sa tým poškodeniu chrbtice.

Po tom ako sú všetci zranení v stabilizovanej polohe a bola im poskytnutá prvá pomoc, čakajte na príchod rýchlej zdravotnej pomoci a postarajte sa o bezpečnosť premávky na úseku, kde dopravná nehoda nastala.

ĎAKUJEME

ZA

POZORNOST