

Postup při zvládnání

dopravní nehody

Zajištění místa nehody

■ zastavit nejméně 50 m za havarovaným vozidlem, rozsvítit výstražná světla, obléknout výstražnou vestu, vzít lékárníčku, výstražný trojúhelník, ev. hasicí přístroj, umístit trojúhelník před místem nehody, vypnout zapalování, zajistit proti pohybu, dbát na vlastní bezpečnost

Život zachraňující úkony

■ zastavení silného krvácení - tlakový obvaz, prsty v ráně, výjimečně zaškrcovadlo, zakrytí pronikajícího poranění hrudníku, šetrné uvolnění dýchacích cest u bezvědomých - šetrný záklon hlavy, předsunutí dolní čelisti, rychlé zjištění stavu životních funkcí ostatních poraněných

Volání zdravotnické záchranné služby

■ volat linku 155, případně 112, sdělit co se stalo, popsat charakter nehody, co nejpřesněji určit místo nehody, uvést počet postižených, věk a pohlaví, popis zranění a jejich stavu, sdělit své jméno a číslo telefonu

Vyšetření

■ **pohledem** zjišťujeme dýchání, krvácení, polohu těla, výraz obličeje a jeho barvu
■ **poslechem** dýchací šelesty, projevy postiženého (sténání apod.) případně reakci na oslovení
■ **pohmatem** dýchací pohyby, bolesti postižené oblasti, deformace, teplotu kůže, pot apod.

Vyprošťování

■ jen hrozí-li další nebezpečí, je-li blokován přístup k dalším poraněným, nelze-li poskytnout první pomoc na místě (např. resuscitace), vyproštění provádět co nejšetrněji, pokud zraněný dýchá, vyčkat raději na profesionální složky

Bezvědomí

■ riziko udušení zapadlým kořenem jazyka, z úst odstranit volně ležící předměty, šetrně zaklonit hlavu, předsunout dolní čelist postiženého, v bezvědomí se zachovanými životními funkcemi uložit do stabilizované polohy a stále jej sledovat, neobnoví-li se dýchání nebo je dýchání nenormální (lapavé dechy) je třeba zahájit oživování nepřímou srdeční masáží a dýcháním z plic do plic

Oživování (resuscitace)

■ zahájit nepřímou srdeční masáží, 30 stlačeními uprostřed hrudníku frekvencí 100/min, provést dva vdechy a pokračovat v rytmu 30 stlačení hrudníku: 2 vdechy, hrudník stlačovat do hloubky 4-5 cm, nemůže-li záchránce z nějakých důvodů provádět umělé vdechy, pak až do příjezdu zdravotnické záchranné služby provádí srdeční masáž frekvencí 100/min.

Úrazový šok

■ nejčastější příznaky šoku - slabě hmatný tep, více než 100/min, zrychlené, povrchní dýchání, bledost, studený lepkavý pot, pocit žízně, netečnost, spavost

Zábrana šoku

■ protišoková poloha se zvednutými dolními končetinami, ošetření poranění, zajištění tepelné pohody, při pocitu žízně pouze svlažovat rty, nepodávat žádné léky, nedávat pít

1 Zjistí, co se stalo

2 Zavolej pomoc

3 Dbej na svou vlastní bezpečnost

