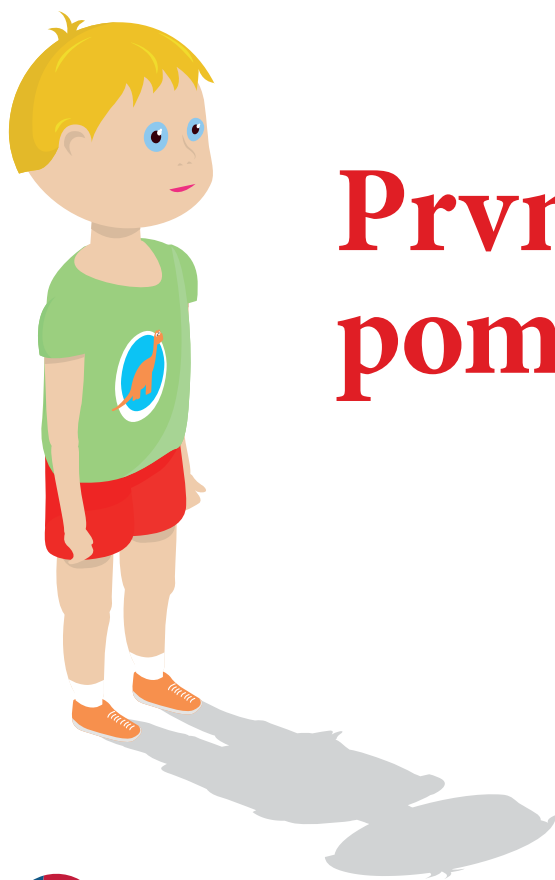


PREVENTIVNÍ BUŇKA CENTRA DĚTSKÉ TRAUMATOLOGIE

F FAKULTNÍ
NEMOCNICE
BRNO



První pomoc


norway
grants

Podpořeno grantem
z Norska
Supported by grant
from Norway



Co dělat, když už se úraz stal

1. Zachovat klidnou hlavu
2. Zajistit první pomoc
3. Zavolat na linku 112 nebo 155 a sdělit operátorovi:
 - Co se stalo (typ postižení, počet zraněných)
 - Kde se událost stala
 - Uvést kontaktní telefon

! Nikdy nezvěšovat dříve než na pokyn operátora !

První pomoc v případě, že zraněný nedýchá a nejeví známky života



Zkontrolujte vědomí

Jemně postiženým zatřeste a oslovte ho

Volejte pomoc tel. 112 nebo 155



Zkontrolujte přítomnost dýchání

Zprůchodněte dýchací cesty

Pokud nedýchá normálně nebo vůbec

30

:

2



Okamžitě zahajte resuscitaci

- Položte svoje ruce na střed hrudníku postiženého a proveďte 30 stlačení hrudníku
- Hrudník stlačujte do hloubky alespoň 5 cm frekvencí nejméně 100krát za minutu
- Obemkněte svými rty ústa postiženého
- Plynule do nich vdechujte, dokud se nezvedne hrudník
- Jakmile hrudník klesne, vdech zopakujte
- Pokračujte v resuscitaci



Pokračujte bez přerušování dokud

- Nepřijde odborná pomoc
- Postižený nezačne normálně dýchat
- Nejste úplně vyčerpaní

První pomoc u jednotlivých typů úrazů

Krvácení

- Stlačit tlakový bod, nasadit škrtidlo nebo tlakový ovaz
- Desinfekce menších rána, u větších rán neztrácet čas, naložit sterilní tlakový obvaz
- Antišoková poloha, při krvácení z ucha nebo nosu poloha v leže s podložením horní poloviny těla
- Volat RZP
- Drobné rány ošetřit leukostehem

Dušení

- Prohlédnout nosní dírky a dutinu ústní
- Pokud cizí těleso nenalezneme, pokusíme se o Heimlichův hmat (viz výše), lze také použít náraz dlaní do zad v oblasti mezi lopatkami
- V případě upadnutí do bezvědomí zjistíme vitální funkce a zahájíme resuscitaci.





Tonutí

- Postiženého dostat z vody
- Zahájit resuscitaci
- Při podezření na poranění páteře je nutné maximálně minimalizovat pohyby s krkem.

Bezvědomí

- Zjistit vitální funkce, zkontrolovat dutinu ústní k vyloučení zapadlého jazyka nebo přítomnosti cizích těles
- Vyloučit traumata včetně poškození krční páteře
- Stabilního pacienta převedeme do polohy na záda s mírně zakloněnou hlavou a voláme RZP
- Neustále kontrolujeme vitální funkce – dýchání a srdeční akci
- Provádění stabilizované polohy se nedoporučuje, jen v případě viditelného nucení na zvracení pacienta natočíme na stranu, aby nedošlo k vdechnutí zvratků
- Pokud je pacient stabilní, zůstáváme v jeho blízkosti do příchodu RZP a rozhlédneme se po okolí, hledáme obaly po lécích, chybějící kousky hraček, poškozenou zásuvku nebo jiné zdroje, které mohli způsobit bezvědomí.

Postižení elektrickým proudem

- Vypneme vypínač nebo jistič, vytáhneme spotřebič z elektrické sítě, oddálíme postiženého od zdroje proudu
- Zjistíme stav vědomí, dýchání a srdeční aktivitu, podle potřeby zahájíme KPR
- Voláme RZP, při postižení elektrickým proudem vysokého napětí voláme i hasiče k případné potřebě vyproštění postiženého.

Úraz hlavy

- Při otoku nebo hematomu zlehka chladit, nezatlačovat
- Při úrazu hlavy je základní poloha v leže s podložením horní části těla
- Pacienta v bezvědomí, který nemá porušené vitální funkce a zvrací, uložíme do stabilizované polohy
- Voláme RZP a neustále sledujeme vitální funkce postiženého

Úraz páteře, míchy

- S postiženým co nejméně manipulovat
- Udržet postiženého v poloze, ve které byl nalezen
- Pokud pacient vyžaduje resuscitaci, převedeme ho do polohy na záda (opět připomínáme vyhybat se rotačním pohybům páteře) a zahájíme nezbytné úkony.
- Při resuscitaci provádíme co nejmenší úklon hlavy
- Transport pacienta se provádí na tvrdé podložce za pomoci 4-5 osob, které zajistí stabilní polohu pacienta při překládání.

Popálení, poleptání kůže

- Popálenou plochu chladíme vlažnou vodou (ne ledovou, prohlubuje nedokrvení tkání a jejich rychlejší odumírání)
- Kontaktujeme rychlou zdravotnickou pomoc
- Při požití žíravín a možnosti poleptání jícnu a nižších částí trávicího traktu ihned volejte RZP. Nenavozujte zvracení.



- Nepodávejte dítěti žádné roztoky typu voda, mléko a jiné
- Připravte originální obal přípravku, kterým nastalo poleptání

Omrzliny

- Provázejte pozvolného ohřívání
- Nikdy postižené místo neohřívajte horkou vodou, použijte vlažnou vodu
- Vyhledejte odbornou lékařskou pomoc

Poranění zvířaty a hmyzem

Pes

- Ránu desinfikujte, nejlépe jódovou dezinfekcí nebo peroxidem vodíku a pře kryjte sterilním krytím
- Vyhledejte odbornou lékařskou pomoc
- Zajistěte očkovací průkaz zvířete a očkovací průkaz dítěte

Hlodavec

- Při pokousání chovným hlodavcem desinfikujte ránu, překryjte
- Při pokousání volně žijícím hlodavcem desinfikujte ránu a vyhledejte odbornou lékařskou pomoc

Had

- Při pokousání jedovatým hadem ihned vyhledejte lékařskou pomoc
- Kontaktujte chovatele, většina orientovaných chovatelů zná, kde je možné co nejrychleji sehnat sérum jako protijed (antisérum)
- Jako první pomoc je zaškrtit končetinu nad místem kousnutí a končetinu znehybnit.

Klíště

- Dezinfikovat oblast přisátí, za pomoci pinzety nebo nalomené umělé karty podebrat klíště a pohybovat s ním ze strany na stranu, až se klíště neuvolní
- Po vyndání klíštěte opět ránu desinfikovat, klíště nemačkat, vhodné je ho spláchnout nebo spálit
- Sledovat oblast kousnutí – zarudnutí. V případě zvětšujícího se zarudnutí s vyblednutým středem vyhledáme lékaře.

Včela, osa, jedovatý hmyz

- Pacienti, kteří vědí o alergii na bodnutí například včelou, mají nosit sebou adrenalinové pero
- Místo bodnutí desinfikovat a vhodné mírně chladit
- K omezení šíření toxických látek je vhodné končetiny imobilizovat
- Pokud vidíme žihadlo, opatrně ho pinzetou vytáhneme

Při bodnutí v oblasti dutiny ústní nebo dýchacích cest je potřeba postiženého

zklidnit, pokud máme k dispozici léky na snížení alergické reakce (anti-histaminika), podáme podle doporučeného dávkování a ihned zajišťujeme lékařskou péči.

Rány

- Tepenné a větší žilní krvácení je nutné stavět kompresivním obvazem. Tlakový obvaz je kombinací působení tlaku na krvácející cévu a krytím rány. Tlakový obvaz má široký polštářek, který se přikládá na ránu, obvazem se tlakově stáhne. V případě prosakování se nesundává, ale vrství se.
- Zmírnit krvácení pomůže také zvýšení končetiny nad úroveň srdce a komprese tlakových bodů. Tlakový bod je místo, kde je dobře dostupná větší tepna k zatlačení proti tvrdému podkladu (kosti), čím se sníží průtok cévou.
- V případě velkého život ohrožujícího krvácení na končetinách, které nelze jinak zastavit, lze použít škrtidlo. Po zaškrcení končetiny je nutné si poznamenat údaj, kdy byla končetina zaškrcena. Škrtidlo je pomůcka, která se může vytvořit z jakéhokoliv měkkého materiálu (pásek, oděv, ručník), mělo by být široké aspoň 5cm. Obtočí se kolem končetiny nad místem krvácení a silně se zatáhne. Nikdy jej nepoužíváme v oblasti krku!!!
- Při krvácení z velké cévy na krku je nejlepším řešením přiložit co nejčistější tkaninu, na ránu a komprimovat krvácející cévu přímo v ráně.
- Při větší krevní ztrátě hrozí rozvoj šokového stavu, v tomto případě aplikujeme protišoková opatření (tepelný komfort, protišoková poloha na zádech s vypodloženými dolními končetinami) včetně péče o psychiku postiženého.
- Při krvácení z nosu nebo ucha, po předchozím traumatu hlavy, je nutné myslet na poškození lebky. Pacienta uložíme na záda a mírně mu podložíme hlavu.
- Při podezření na krvácení do tělních dutin je potřeba pacienta zklidnit, uložit do správné polohy (při krvácení do hrudníku v polosedě, při krvácení do dutiny břišní poloha na zádech s pokrčenými nebo mírně podloženými dolními končetinami) a ihned volat RZP. S pacientem neustále komunikujeme, rozrušeného pacienta se snažíme zklidnit.

Otravy

- Nenavozujte zvracení (chemikálie tím opakovaně prochází jícnem a dutinou ústní, čím ji opakovaně poškozuje). Dítěti vypláchněte dutinu ústní vlažnou vodou a okamžitě vyhledejte lékařskou pomoc. Při nejistotě lze kontaktovat Toxikologické informační středisko (TIS) – **non-stop linka**

224 915 402 nebo 224 919 293, či Ústavu soudního lékařství a toxikologie 224 911 267.

- Při intoxikaci alkoholem podejte (v lehčích intoxikacích, pokud je to možné) postiženému čistou vlažnou vodu, uložte ho do stabilizované polohy (v případě zvracení je nutná prevence vdechnutí zvratků) a ihned přivolejte RZP. Snažte se zjistit množství požitého alkoholu
- V případě intoxikace nikotinem ihned volejte RZP. Projevy intoxikace mohou být bolesti hlavy a břicha, zvracení, studený pot, změny rytmu srdce
- V případě podezření na intoxikaci léky je potřeba ihned volat RZP, vyhledat v okolí odhozené obaly po lécích, zkontrolovat lékárníčku nebo místo skladování léků v domácnosti a kontaktovat RZP. Pokud je možné, zkuste od postiženého odebrat co nejvíce údajů – jaké léky, kolik a kdy. Nepodávejte tekutiny ani jiné látky, je možné podat živočišní (černé) uhlí a ihned kontaktujte RZP nebo vyhledejte odbornou lékařskou pomoc
- Při požití hub nebo jedovatých rostlin ihned podejte maximální možnou dávku živočišného uhlí a zapijte čistou vlažnou vodou. Pokud jste svědkem přímého požití jedovaté látky, lze navodit zvracení, jinak zvracení nenavozujte. Ihned kontaktujte toxikologické centrum a RZP. Odložte zbytky jídla nebo hub, pokud je ještě máte k dispozici.

Zásady: v případě intoxikace postiženého se zchovalými vitálními funkcemi uložte do stabilizované polohy. Neklidného postiženého se snažte co nejvíce zklidnit. Pokud neznáte zdroj intoxikace, nenavozujte zvracení a nepodávejte tekutiny ani jídlo. Ústa prohlédněte, k vyloučení zaklínění cizorodé látky.



Zajistěte okolí – krabičky od chemikálií, léků, potravin, rostliny, houby, rozlité tekutiny a připravte je k odvozu s RZP. Ihned kontaktujte RZP, popřípadě Toxikologické centrum. Je nutné uvědomit si, že praktický lékař nemusí mít přehled (a většinou ani nemůže mít) o všech toxických látkách, proto neztrácejte čas voláním PL a ihned volejte RZP. V případě postižení vitálních funkcí zahajte kardiopulmonální resuscitaci.

V případě, že kontaktujete RZP nebo Toxikologické centrum, je potřeba uvést následující informace:

- Kdo je postižený (věk, váha, jméno, pohlaví)
- Co je předpokládaná toxická látka (druh látky, množství, čas od požití)
- Projevy na postiženém (chování, barva kůže, srdeční a dechové funkce, stav vědomí)
- Co bylo s postiženým provedeno (požití živočišného uhlí, vody....)
- Jiné nemoci, na které nemocní trpí
- Kdo žádá o pomoc (jméno, telefon, místo- orientační body, kde se postižený vyskytuje)

Cizí tělesa

- Hlavní zásadou při polknutí cizího tělesa je, postiženému nepodávat nic k pití nebo jídlu, vzít možný druhý vzorek polknutého tělesa a vyhledat odbornou lékařskou pomoc
- Nenavozujte zvracení a neprovádějte žádné manévry
- Heimlichův hmat je u polknutých těles neúčinný
- Kontaktujte RZP, dítě udržujte v polosedě, při zvracení ve stabilizované poloze.

Zlomeniny

- První pomoci při podezření na zlomeninu je fixovat končetinu v úlevové poloze, čili v poloze, kdy to postiženého nejméně bolí
- Postiženému nepodáváme nic k pití ani jídlu, v případě potřeby napravení zlomeniny v celkové anestezii to oddaluje provedení výkonu
- Fixace končetiny se provádí pevným materiálem (např. kus dřeva)
- Ihned vyhledat odbornou lékařskou pomoc
- U otevřených zlomenin (zlomeniny, kdy je poškozen kožní kryt) provedeme desinfekci, sterilní krytí rány a fixaci pevným materiálem

Další informace o aktuálním stavu dětských úrazů, o preventivních aktivitách a další činnosti Preventivní buňky Centra dětské traumatologie Fakultní nemocnice Brno získáte na webových stránkách www.detibezurazu.cz





Podpořeno grantem
z Norska
Supported by grant
from Norway



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

