

Karta prvej pomoci

- **Zisti, čo sa stalo**
- **Zavolaj pomoc**
- **Dbaj na vlastnú bezpečnosť**



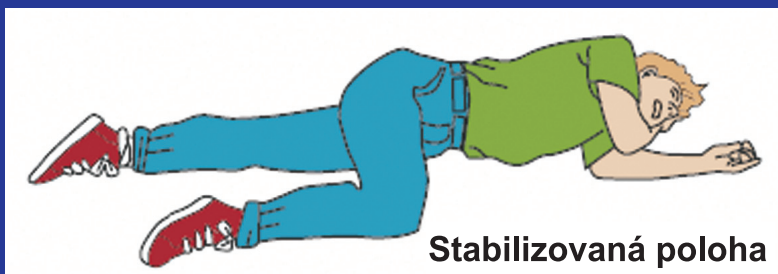
Zastav krvácanie



Uvoľni dýchacie cesty



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



Stabilizovaná poloha

Integrovaný záchranný systém **112**

Polícia **158**

Záchranná služba **155**

Hasiči **150**

1. Krvácanie

Ranu zakry sterilnou gázou a pevne obviaž obvazom. Ak obvaz rýchlo presakuje, stlač rukou, končatinu nadvihni. Pri krvácaní z nosa alebo z úst daj hlavu do polohy na boku!

2. Bezvedomie

Zisti, či dýcha. Ak nedýcha, uvoľni mu dýchacie cesty a začni s nepriamou masážou srdca a následne záchrannými dychmi (pozri OBRÁZOK) v pomere **30:2**. U detí sa začína 5 záchrannými dychmi, následne ako u dospelých.

Ak dýcha a nie je podozrenie na poranenie chrbtice a iné vážne poranenia, daj raneného do stabilizovanej polohy.

3. Podozrenie na poranenie chrbtice

Ranenému znehybni hlavu, a ak to nie je nevyhnutné, viac ním nehýb.

4. Poranenie hrudníka a brucha

Poranenie zakry sterilnou gázou. Zabodnuté predmety nevyťahuj! Zraneného prikry. Nepodávaj mu jesť a piť!

5. Zlomeniny

Končatinu nenaprávaj. Znehybni ju pevným materiálom (kĺb nad a pod zlomeninou). Otvorenú zlomeninu prekry sterilnou gázou.

6. Popáleniny

Popálených miest sa nikdy nedotýkaj! Prilepené šatstvo z rany neodstraňuj! Postihnuté miesta sterilne prekry.