

PRVNÍ POMOC

Přiřaďte zdravotní problém (1–8) k příslušné první pomoci (A–H).

1 úpal

5 otřes mozku

2 omrzliny

6 popáleniny

3 poleptání

7 epileptický záchvat

4 šok

8 bezvědomí

A Hlavním úkolem při první pomoci je obnovení normální teploty dotyčného místa a celkové prohřátí postiženého.

B Je důležité ihned zavolat záchrannou službu. Pokud postižený není v bezvědomí, lze ho nechat ležet s lehce zvýšenou horní polovinou těla.

C Postiženého umístíme na čerstvý vzduch, uvolníme oděv a na hlavu, popř. na další části těla, přikládáme studené obklady.

D Odstraň z blízkosti dotyčného všechny předměty a uvolni těsný oděv, především u krku. Přidržuj mu hlavu a na závěr zkontroluj návrat dýchání.

E Je důležité ihned zavolat záchrannou službu a mezitím zajistit ticho, teplo a tekutiny (zamezit jejich ztrátě, dále otírání obličeje a rtů vlhkým hadříkem).

F Ochranná funkce kůže je poškozena, úkolem první pomoci je tak tuto funkci nahradit, a to přiložením sterilního obvazu.

G Postižený je ohrožen zadušením, proto uvolníme cesty dýchací, a pokud nedýchá, zahájíme masáž srdce.

H První pomoc vyžaduje co nejrychlejší opláchnutí postiženého místa proudem pitné vody. Poté přiložíme sterilní obvaz.

Více informací o první pomoci včetně nejčastějších mýtů viz

<https://www.zachranny-kruh.cz/prvni-pomoc>.