

Michal Daniel Petržela

PRVNÍ POMOC PRO KAŽDÉHO

2., doplněné vydání



rescue
report



*Děkuji doc. MUDr. Jarmile Drábkové, CSc.,
za pomoc při přípravě knihy,
cenné rady a připomínky.*



Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

Bc. Michal Daniel Petržela, DiS.

PRVNÍ POMOC PRO KAŽDÉHO

2., doplněné vydání

Recenze:

doc. MUDr. Jarmila Drábková, CSc.

© Grada Publishing, a.s., 2016

Cover Design © Grada Publishing, a.s., 2016

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 6146. publikaci.

Odpovědná redaktorka Mgr. Ivana Podmolíková

Sazba a zlom Karel Mikula

Návrh a zpracování obálky Vojtěch Kočí

Foto na obálce Bc. Michal Daniel Petržela, DiS.

Kresby Anna Nováková

Piktogram AED stažen z webu: www.resuscitace.cz

Počet stran 104

2. vydání, Praha 2016

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.

Autor a nakladatelství děkují společnostem APOTEX (ČR), spol. s r.o., GlaxoSmithKline, s.r.o., HARTMANN – RICO a.s. a Life RESCUE – záchranáři Praha školící středisko první pomoci z.s. za finanční podporu, která umožnila vydání publikace.

Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků, což není zvláštním způsobem vyznačeno.

Postupy a příklady v této knize, rovněž tak informace o lécích, jejich formách, dávkování a aplikaci jsou sestaveny s nejlepším vědomím autorů. Z jejich praktického uplatnění však pro autory ani pro nakladatelství nevyplynou žádné právní důsledky.

ISBN 978-80-271-9085-0 (ePub)

ISBN 978-80-271-9084-3 (pdf)

ISBN 978-80-247-5556-4 (print)

Obsah

Předmluva	9
Úvod	11
1 Co je zdravotnická laická první pomoc?	12
2 Vyšetření pacienta	14
3 Volání na tísňovou linku	16
4 Život zachraňující první pomoc	19
4.1 Velké krvácení	19
4.1.1 Tepenné krvácení	20
4.1.2 Žilní krvácení	21
4.1.3 Smíšené krvácení	27
4.1.4 Vnitřní krvácení	27
4.1.5 Šok z krvácení	28
4.2 Poruchy vědomí	29
4.3 Poruchy dýchání – dušení	30
4.4 Náhlá zástava krevního oběhu	32
4.4.1 Neodkladná kardiopulmonální resuscitace (KPR)	33
4.4.1.1 Nepřímá srdeční masáž	33
4.4.1.2 Umělé dýchání bez pomůcek	34
4.4.2 Neodkladná resuscitace dospělého člověka a dětí od puberty	35
4.4.3 Neodkladná resuscitace dětí od 1 roku do puberty	35
4.4.4 Neodkladná resuscitace dětí do 1 roku	36
4.4.5 Automatizované externí defibrilátory (AED)	38
4.5 Případy, kdy nejčastěji hrozí náhlá zástava krevního oběhu	40
4.5.1 Zhroucení – kolaps	40
4.5.2 Akutní infarkt srdečního svalu	40
4.5.3 Náhlá cévní mozková příhoda	41

5	Další stavy vyžadující první pomoc	43
5.1	Úrazy	43
5.1.1	Krvácení menší a střední	43
5.1.1.1	Vlášecnicové krvácení	43
5.1.1.2	Krvácení z křečových žil – varixů	48
5.1.1.3	Krvácení z nosu.	49
5.1.2	Poranění hlavy.	49
5.1.3	Poranění páteře	50
5.1.4	Poranění hrudníku	51
5.1.5	Poranění břicha	52
5.1.6	Poranění pánve	52
5.1.7	Zlomeniny dlouhých kostí	52
5.1.7.1	Zavřené zlomeniny dlouhých kostí horní končetiny.	52
5.1.7.2	Zavřené zlomeniny dlouhých kostí dolní končetiny.	55
5.1.8	Otevřené zlomeniny	55
5.1.9	Ztrátová poranění.	56
5.1.10	Podvrtnutí	56
5.1.11	Vykloubení.	57
5.1.12	Poranění vysokou a nízkou teplotou	57
5.1.12.1	Popáleniny	57
5.1.12.2	Úraz elektrickým proudem	60
5.1.12.3	Úpal, mdloba z horka	61
5.1.12.4	Úžeh.	62
5.1.12.5	Omrzliny	62
5.1.13	Cizí tělesa v ráně	63
5.1.14	Cizí těleso v oku – ve spojivkovém vaku.	63
5.1.15	Klíště	63
5.1.16	Bodnutí hmyzem – alergická reakce.	64
5.1.17	Pokousání psem	64
5.1.18	Uštknutí hadem	66
5.2	Náhlá onemocnění.	66
5.2.1	Velký záchvat křečí	66
5.2.2	Nevolnost pro náhlý pokles hladiny krevního cukru.	67

5.2.3	Náhlé otravy	67
5.3	Polohování	69
5.3.1	Zotavovací poloha.	69
5.3.2	Protišoková poloha	71
5.3.3	Poloha při poranění břicha	71
5.3.4	Autotransfuzní poloha	72
5.3.5	Poloha při poranění hrudníku	72
5.3.6	Poloha při poranění pánve	73
5.3.7	Poloha při krvácení z nosu	73
5.3.8	Poloha vleže na zádech s podloženou hlavou.	74
6	Součinnost laika se zdravotnickou záchrannou službou.	75
6.1	Využití laika ovládajícího první pomoc při mimořádné události s velkým počtem raněných	75
6.1.1	Třídění raněných	75
6.2	Přivolání zdravotnické záchranné služby	77
6.3	Transport	79
6.4	Volám sanitku – co mám dělat?.	82
6.4.1	Sanitní vůz je na cestě – co teď?.	82
6.4.2	Pacient je v sanitním voze, ale zatím nikam nejede – něco se stalo?	82
6.4.3	Sanitní vůz odjel – a co bude dál?	83
6.4.4	Proč mě nesvezou v sanitním voze s pacientem?.	83
6.4.5	Jedu v autě a slyším houkat sanitní vůz	83
7	Dětský pacient	84
7.1	Rýma	84
7.2	Krvácení z nosu.	86
7.3	Cizí těleso v nose.	86
7.4	Zánět spojivek	86
7.5	Zánět středního ucha	87
7.6	Angína.	87
7.7	Afty	88
7.8	Růst zubů	88
7.9	Soor neboli moučnivka	88
7.10	Bolest hlavy.	92
7.11	Kašel.	92

7.12	Bolest na hrudi	94
7.13	Cizí těleso v dýchacích cestách	94
7.14	Zvracení	94
7.15	Průjem	95
7.16	Zácpa	95
7.17	Cizí těleso v trávicím traktu	96
7.18	Záněty močových cest.	96
7.19	Bolest břicha	96
7.20	Meteorismus	97
7.21	Bolest dolních končetin	97
7.22	Laryngitida	97
7.23	Alergie.	98
7.24	Torze varlat	98
7.25	Balanitida	99
7.26	Vaginální výtok	99
Rejstřík		100

Předmluva

Poskytnutí první pomoci druhému člověku při ohrožení, při náhlém postižení jeho zdraví, při bezprostředním ohrožení jeho života je nejen výrazem lidskosti v každém z nás. Je i prvním, úvodním článkem záchranného řetězce s konečným cílem zachovat jedinečný lidský život, co nejvíce omezit důsledky náhlé zdravotní příhody, úrazu či nečekaného hromadného neštěstí.

Soudobá, velmi účinná přednemocniční i nemocniční medicína má nepochybně mnoho možností, jak v záchranném řetězci pokračovat. První okamžiky mají však rozhodující význam pro konečný výsledek, pro přežití zachráněného, pro zvládnutí jeho akutního poškození a velmi ovlivňují budoucí kvalitu jeho dalšího života.

Na poskytnutí včasné a správné první pomoci zachraňujícím, dnes často podle telefonické rady se zdravotnickým operačním střediskem na tísňové lince 155, navazují úkoly zdravotníků přednemocniční neodkladné péče: odborné doplnění prvních opatření – směřování do potřebné profesionální péče, transport, avízo pro přijímající zdravotnické pracoviště, předání k další péči na urgentním příjmu aj.

Požadavek poskytnout první pomoc se v současné době nemusí vztahovat jen na jednoho jedince – doma, na veřejném prostranství. S požadavkem účelně zvládnout první okamžiky s poskytnutím první pomoci se můžeme setkat i při výskytu většího počtu náhle postižených. Mezi správné úkony první pomoci patří v těchto překvapivých případech dnes i základní logistika – znalost o činnosti integrovaného záchranného systému, jak a koho neprodleně informovat, jak se zachovat, jak dbát také o vlastní bezpečnost, jakou psychologickou pomoc lze očekávat přímo na místě od interventů apod.

První pomoc dnes nespočívá pouze ve znalosti tradičního ošetření; v její výbavě se doplňují AED – automatizované externí defibrilátory, popáleninové balíčky, termoizolační fólie, autoinjektory pro anafylaktické příhody u alergiků a další. Její možnosti se rozšířily, ale trvalý důraz zůstává stále na snaze nás všech ji neprodleně poskytnout právě v těch podmínkách, v nichž akutní příhoda/akutní situace vznikla – vyplnit tak „okno naděje“ a správně předat další opatření do rukou odborníků.

Do informací a návodů pro poskytování první pomoci nelze nahlížet až v akutní situaci. Přejeme proto všem zájemcům o další vydání této dobře připravené knížky, aby se s ní seznámili s předstihem, nikoliv až v ochromujícím stresu akutní situace, a aby jim doporučení utkvěla v paměti a vedla je bez prodlení právě k tolik potřebné činnosti.

doc. MUDr. Jarmila Drábková, CSc.

Vážené čtenářky, vážení čtenáři,

do rukou se Vám dostává druhé, přepracované vydání příručky poskytování první pomoci. Cílem a snahou bylo vytvořit jednoduchou a nenáročnou knihu, která má zájemci o první pomoc podat základní a důležité informace, v neposlední řadě může sloužit jako základní studijní materiál při získávání poznatků v oblasti první pomoci.

U prvního vydání se z mnohých reakcí čtenářů potvrdilo, že forma publikace byla zvolena správně, nyní tedy nebyl důvod na tomto schématu cokoli měnit. Zájem o publikaci a její obliba je potěšující a jsem rád, že jsem mnohým čtenářům mohl pomoci získat informace a odpovědi na jejich otázky.

V říjnu 2015 proběhl mezinárodní kongres Evropské resuscitační rady, kde byly představeny nové postupy v poskytování první pomoci – guidelines 2015. Tyto informace jsou součástí knihy. Novinkou jsou však i kapitoly cílené na dětského pacienta, a proto věřím, že se text stane dobrým pomocníkem i pro rodiče, kteří zde najdou množství užitečných rad pro péči o svého malého potomka v období zdravotních problémů. Přeji si, aby se příručka stala Vaším dobrým rádčem či přítelem a v případě obtíží poskytla informace potřebné ke správnému vyřešení situace ke spokojenosti Vaší, ale hlavně samotného pacienta.

Na závěr bych rád poděkoval paní doc. MUDr. Jarmile Drábkové, CSc., za její pomoc při přípravě knihy, cenné rady a připomínky. Přeji jí touto cestou mnoho zdraví, životního optimismu a pohody.

autor