

HARTMANN



Prvá pomoc pre motoristov



Obsah

Právne dôsledky neposkytnutia prvej pomoci	strana 3
Správny postup pri autonehode	strana 4
Zaistenie miesta nehody	strana 5
Život zachraňujúce úkony	strana 6
Vyšetrenie zraneného.....	strana 7
Zastavenie silného krvácania	strana 8
Použitie škrtidla	strana 9
Vytiahnutie zraneného.....	strana 10
Sňatie prilby	strana 11
Bezvedomie	strana 12
Stabilizovaná poloha.....	strana 13
Oživovanie (resuscitácia).....	strana 14–15
Úrazový šok	strana 16
Protišokové opatrenia	strana 17
Bezpečnosť.....	strana 18
Príklad komunikácie s dispečerom	strana 19
Volanie o pomoc	strana 20

Právne dôsledky neposkytnutia prvej pomoci

§ 177 Trestného zákona

- (1) Kto osobe, ktorá je v nebezpečenstve smrti alebo javí príznaky ťažkej ujmy na zdraví, neposkytne potrebnú pomoc, hoci tak môže urobiť bez nebezpečenstva pre seba alebo iného, potrestá sa odňatím slobody až na dva roky.
- (2) Kto osobe, ktorá je v nebezpečenstve smrti alebo javí príznaky ťažkej ujmy na zdraví, neposkytne potrebnú pomoc, hoci je podľa povahy svojho zamestnania povinný takú pomoc poskytnúť, potrestá sa odňatím slobody na šesť mesiacov až tri roky.

§ 178 Trestného zákona

Vodič, ktorý po dopravnej nehode, na ktorej mal účasť, neposkytne osobe, ktorá pri nehode utrpela ujmu na zdraví, potrebnú pomoc, hoci tak môže urobiť bez nebezpečenstva pre seba alebo iného, potrestá sa odňatím slobody až na tri roky.

§ 11 Zákona o zdravotnej starostlivosti

(12) Každý je povinný poskytnúť alebo sprostredkovať nevyhnutnú pomoc každej osobe, ktorá je v nebezpečenstve smrti alebo javí známky závažnej poruchy zdravia, ak tým závažným spôsobom neohrozí svoj život alebo zdravie.

§ 418 Občianskeho zákonníka

- (1) Kto spôsobil škodu, keď odvracal priamo hroziace nebezpečenstvo, ktoré sám nevyvolal, nie je za ňu zodpovedný, okrem toho, ak toto nebezpečenstvo za daných okolností bolo možné odvrátiť inak alebo ak spôsobený následok je zrejme rovnako závažný alebo ešte závažnejší ako ten, ktorý hrozil.

Správny postup pri autonehode

Postupujte podľa ZÁCHRANNÉHO REŤAZCA:

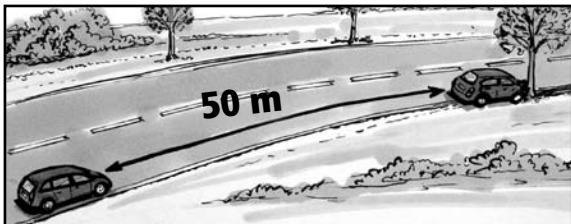


Úlohou **PRVEJ POMOCI** je:

- zachovať životné funkcie
- zabrániť zhoršeniu stavu
- poskytnúť nevyhnutnú starostlivosť zraneným do príjazdu **ZÁCHRANNEJ ZDRAVOTNEJ SLUŽBY (ZZS)**

Zabezpečenie miesta nehody

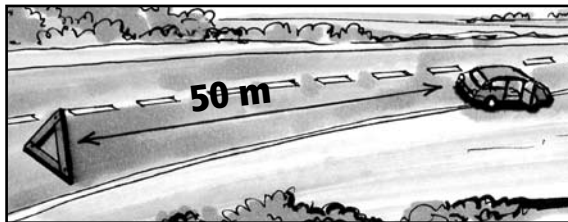
1. ZASTAVTE VOZIDLO V BEZPEČNEJ VZDIALENOSTI



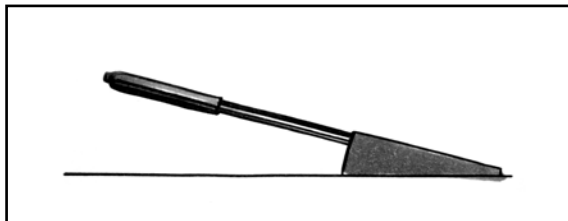
3. VYPNITE MOTOR HAVAROVANÉHO VOZIDLA (PRÍP. ODPOJTE BATÉRIU)



2. PROTI SMERU JAZDY UMIESTNITE VÝSTRAŽNÝ TROJUHLNÍK



4. ZAISTITE HAVAROVANÉ VOZIDLO PROTI POHYBU (PREVRÁTENÉ VOZIDLO NEVRACAJTE SPÄŤ)



Prítomným osobám nedovoľte fajčiť; ničím nehýbte, pokiaľ to nie je nevyhnutné;
zabezpečte svedkov nehody (meno, adresa, telefón).

Život zachraňujúce úkony

1. SKONTROLUJTE ŽIVOTNÉ FUNKCIE ZRANENÝCH



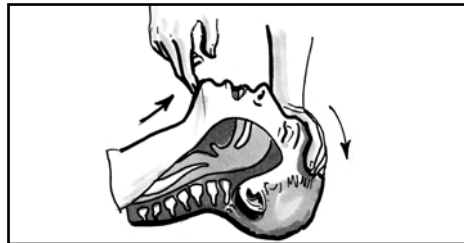
2. ZASTAVTE SILNÉ KRVÁCANIA



3. ZAKRYTE OTVORENÉ PORANENIA HRUDNÍKA



4. ZAISTITE PRIECHODNOSŤ DÝCHACÍCH CIEST



Vyšetrenie zraneného

POHĽADOM OVERTE:

- dýchanie
- krvácanie
- polohu tela
- výraz a farbu tváre



POSLUCHOM OVERTE:

- dýchacie šelesty
- prejavy postihnutého (stonanie, reakcia na oslovenie)



HMATOM OVERTE:

- dýchacie pohyby
- bolesť postihnutej oblasti
- deformácie
- teplotu kože, pot, a pod.



Zastavenie silného krvácania

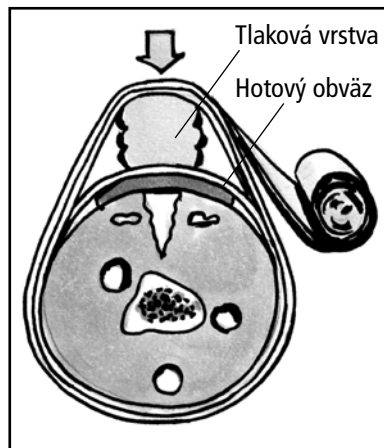
1. RANU ZDVIHNITE
NAD ÚROVEŇ SRDCA,
STLAČTE JU HOLÝMI
PRSTAMI ALEBO VLOŽTE
DO RANY TAMPÓN



2. VYKONAJTE OŠETRENIE
HOTOVÝM OBVÄZOM



3. POKIAĽ OBVÄZ
PRESAKUJE, PRIDAJTE
ĎALŠIU SAVÚ (TLAKOVÚ)
VRSTVU



Pracujte v rukaviaciach (predovšetkým pre vlastnú bezpečnosť).

Použitie škrtidla

POUŽITE IBA:

- na zastavenie krvácania z veľkých tepien
- pri amputácii končatín
- pri hromadnom nešťastí
- pri silnom krvácaní z otvorenej zlomeniny

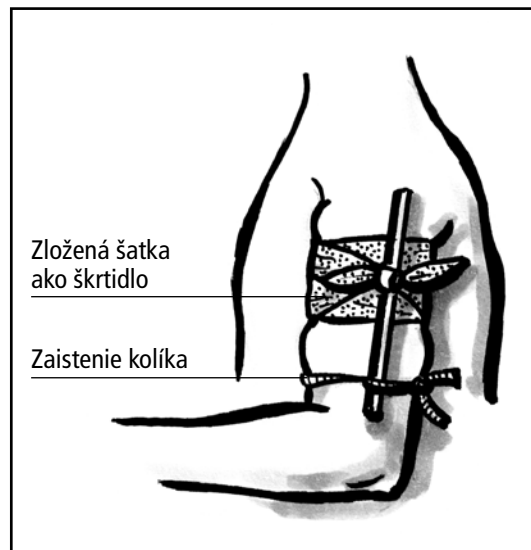
Použite čo najširšie škrtidlo.

Prikladajte cez odev, pevne utiahnite.

NIE:

- tesne pod koleno
- tesne nad lakeť

POUŽITIE ŠKRTIDLA



Vytiahnutie

VYKONÁVAJTE IBA POKIAĽ:

- hrozí ďalšie nebezpečenstvo (požiar vozidla, pád zo svahu, a pod.)
- zranený blokuje prístup k ďalším zraneným
- nie je možné poskytnúť prvú pomoc na mieste

RAUTEKOV MANÉVER



Myslite na možné poškodenie chrbtice – vyvarujte sa rotácie chrbtice zraneného.
Pokiaľ možno vykonávajte vytiahnutie pomocou viacerých osôb.

Sňatie prilby

Vykonávajújte najmenej v dvojici:

**1. PRVÝ ZÁCHRANCA UDRŽUJE
POLOHU HLAVY V OSI TELA**



**2. DRUHÝ SNÍMA PRILBU
ŤAHOM TIEŽ V OSI TELA**

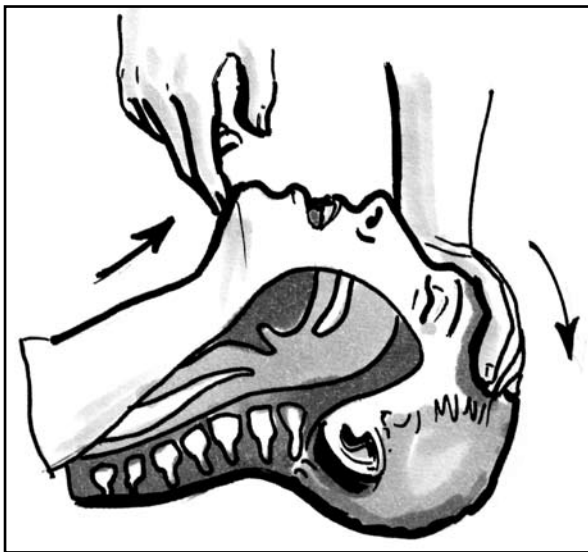


V prípade integrálnych helmy ihneď zdvihnite „priehľad“ a prilbu otvorte stlačením tlačidla na jej boku.

Bezvedomie

Zranený nereaguje
na oslovenie ani zatrasenie.

1. VYBERTE Z ÚST VOĽNE
LEŽIACE PREDMETY
2. ZAKLOŇTE HLAVU ZRANENÉHO
3. PREDSUŇTE JEHO
DOLNÚ ČELUSŤ (BRADU)
4. ULOŽTE ZRANENÉHO
DO STABILIZOVANEJ POLOHY
5. POKIAĽ NEDÝCHA, ZAHÁJTE OŽIVOVANIE
6. ZRANENÉHO NEUSTÁLE SLEDUJTE



Zranený v bezvedomí je ohrozený udusením (zapadnutím jazyka, vdýchnutím krvi, a pod.).

Stabilizovaná poloha

Postup uloženia:

1. KĽAKNITE SI K ZRANENÉMU
2. POLOŽTE ZRANENÉHO NA CHRÁT TAK, ABY MAL OBE NOHY NATIAHNUTÉ A VZDIALENEJŠIU NOHU POKRČTE
3. RUKU ZRANENÉHO, KTORÁ JE K VÁM BLIŽŠIE, POLOŽTE MIERNE POKRČENÚ V LAKTI KOLMO K JEHO TELU
4. VZDIALENEJŠIU RUKU ZRANENÉHO OHNITE V LAKTI A PRILOŽTE JU NA BLIŽŠIE LÍCE ZRANENÉHO DLAŇOU VON (PODLOŽÍTE MU TÝM HLAVU)
5. TLAKOM NA KOLENO POKRČENEJ NOHY SMEROM K SEBE A UCHOPENÍM ZA RAMENO VZDIALENEJŠEJ RUKY PRETOČÍTE ZRANENÉHO NA BOK SMEROM K SEBE
6. TLAKOM NA BRADU A ČELO ZAKLONÍTE HLAVU, TVÁR ZOSTANE NA PODLOŽENEJ HORNEJ KONČATINE

STABILIZOVANÁ POLOHA



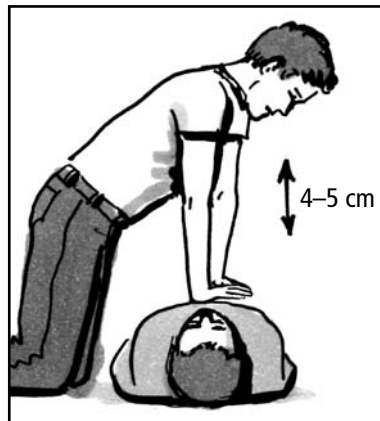
Oživovanie (resuscitácia)

VYKONÁVAJTE POKIAĽ PO ZÁKLONE HLAVY:

- nepočujete dýchanie
- nevidíte dýchacie pohyby



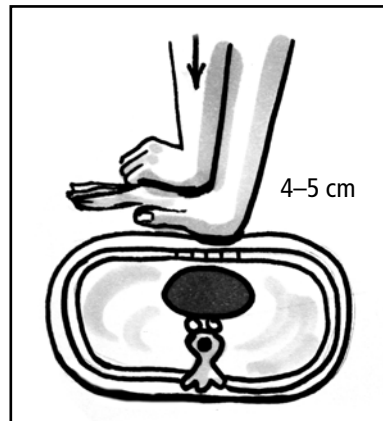
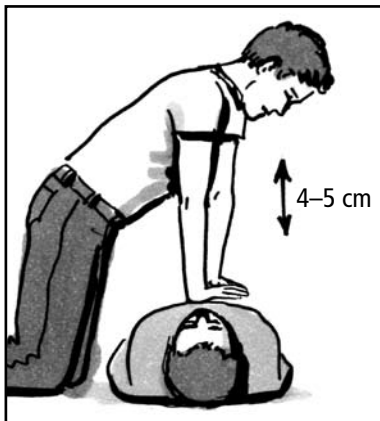
30x STLAČTE UPROSTRED
HRUDNÍKA DO HĽBKY
4–5 cm (FREKVENCIA 100/min)



Oživovanie (resuscitácia)

VYKONAJTE **2** VDYCHY

OPAKUJTE
V RYTME **30 : 2**



Pri masáži srdca kľačte čo najbližšie pri zranenom. Paže musia byť napnuté.

Úrazový šok

Šok je reakciou organizmu na znížený objem obiehajúcej krvi.

TYPICKÉ PRÍZNAKY:

- SLABO HMATATEĽNÝ, RÝCHLY TEP (VIAC NEŽ 100/min)
- ZRÝCHLENÉ, ALE POVRCHNÉ DÝCHANIE
- BLEDOŠŤ, STUDENÝ LEPKAVÝ POT
- POCIT SMÄDU
- APATIA, SPAVOSŤ

Rozvíja sa predovšetkým pri:

- silnom vonkajšom/vnútoranom krvácaní
- mnohonásobných poraneniach
- zlomeninách veľkých kostí

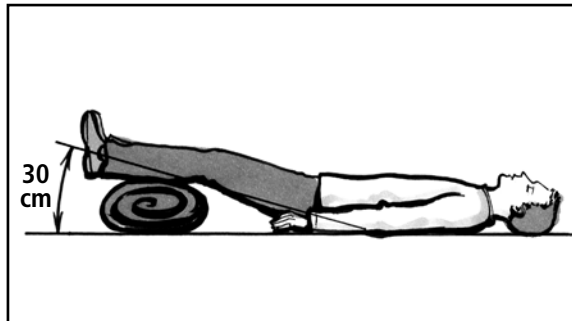
Rozvoj šoku umocňuje:

- stres
- bolesť
- necitlivý postup záchrancov

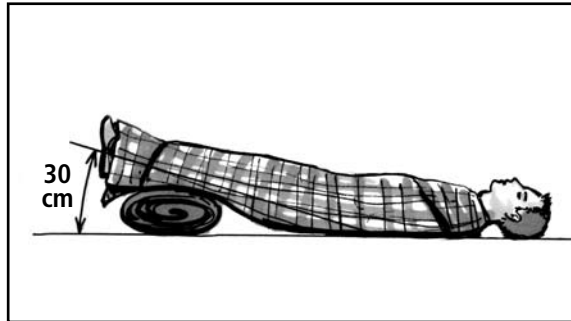
Protišokové opatrenia

- protišoková poloha
- ošetrovanie zranenia, odstránenie bolesti (znehybnenie zlomenín, zastavenie krvácania)
- zaistenie tepelnej pohody
- tíšenie pocitu smädu (zvlhčovanie úst vlhkou vreckovkou – **nedávajte zranenému piť!**)
- psychická podpora (pokoj v okolí, slovný kontakt, ukludňovanie, atď.)

PROTIŠOKOVÁ POLOHA



ZAISTENIE TEPELNEJ POHODY



ŽIVOT VAŠICH DETÍ CHRÁNIA DETSKÉ AUTOSEDAČKY

Dieťa do výšky 150 cm a do váhy 36 kg musí byť vždy prepravované v autosedadčke, ktorá zodpovedá hmotnosti a výške dieťaťa. Nepripútané deti v aute umierajú pri dopravnej nehode 7 x častejšie ako deti prepravované v autosedadčke. **Podľa zákona sú detské autosedadčky povinné na všetkých typoch pozemných komunikácií.**

POUŽÍVAJTE BEZPEČNOSTNÉ PÁSY

Nepripútať sa a havarovať v 50 km/h má na vaše telo rovnaký účinok ako pád z 3. poschodia budovy. Máte airbag? Pamätajte že: **airbag je iba doplnkom bezpečnostných pásov** a bez nich môže byť ešte nebezpečnejší, než keby v auto vôbec nebol.

NAUČTE SA ODHADOVAŤ 2SEKUNDOVÚ VZDIALENOSŤ OD VOZIDLA PRED VAMI

Tento čas potrebujete pre okamžité rozhodnutie, aký manéver vykonáte a včas sa vám podarí zareagovať, ak dôjde k nečakanému incidentu vozidla pred vami (vybočenie z dráhy, náhle zabrzdzenie, atď.).

Všimnite si určitý bod, okolo ktorého vozidlo pred vami prechádza (strom, značka, stĺpik...) a odpočítajte najmenej dve sekundy (dvadsaťjeden, dvadsaťdva) než prejdete okolo rovnakého bodu.

Viac informácií nájdete na www.ibesip.cz

Príklad komunikácie s dispečerom

Stala sa...

... ťažká zrážka 2 osobných vozidiel
dnes o 10.00 hod.

... na križovatke, asi 2 km od Dlouhé Vsi smerom na Jihlavu

... 4 dospelí, 2 deti, šoféri oboch vozidiel v bezvedomí,
jeden šofér silne krvácal z tepny na paži, druhý šofér a deti nezranené

... zastavili sme krvácanie, staráme sa o osoby v bezvedomí – jedna
nedýcha – oživujeme – druhá v stabilizovanej polohe

... volám sa Pavel Novák, volám z čísla 903 253 514

Hovor nikdy sami neukončujte, riadte sa radami a odpovedajte na otázky dispečingu!



Volanie o pomoc

Vytočte linku **155** alebo 112,
volanie je ZDARMA.

Oznámte:

- čo sa stalo, kedy sa to stalo, charakter nehody
- miesto nehody (názov obce alebo vzdialenosť od najbližšej obce, významný orientačný bod)
- počet zranených (počet, vek, pohlavie, popis zranenia)
- svoje meno, číslo telefónu
- spojenie sami neukončujte, čakajte na rady a odporúčania dispečera

Pokiaľ je záchrancov viac, volajte ZZS ihneď po zistení situácie.

**Záchranná
zdravotná služba** **155**

Polícia **158**

**Hasičský
a záchranný zbor** **150**

**Integrovaný
záchranný systém** **112**

Táto publikácia vznikla v spolupráci s Českým červeným krížom a Ministerstvom dopravy Českej republiky – BESIP.
Vydala spoločnosť HARTMANN-RICO spol. s r. o., Vlčkova 18, 811 06 Bratislava, www.hartmann.sk