

Manuál operátora (3.1)

Pro simulované situace první pomoci

Ve vývoji

Není finální

Tento dokument obsahuje návod, jak simulovat tísňový hovor z pohledu operátora tísňové linky.

Zabývá se pouze komunikací s volajícím: co se stalo, kde se to stalo, co dělat než přijede záchranka.

*Dokument **není** dělaný na situace, kdy nepřijede záchranka. S tímto dokumentem vždy vyšeš záchranku.*

Použití

Dokumentem nelistujte. Následujte odkazy v dokumentu.

	Pro směrování v dokumentu	Pro vracení se zpět
Verze PDF	pouze modré odkazy	zpětné odkazy na spodku stránek, tlačítko zpět
Verze tištěná	pouze čísla stránek u odkazů	zpětné odkazy na spodku stránek

Příprava

Přečti si před začátkem hry.

- [→ Obecné instrukce \(s.3\)](#)

Až začneš hru, postupuj podle návodu.

- [→ Návod pro příjem tísňové výzvy \(s.4\)](#)

Obsah

Použití.....	1
Příprava.....	1
Obsah.....	2
Instrukce pro Operátora před začátkem hry.....	3
Obecné instrukce.....	3
Shrnutí: postup Operátora.....	3
Shrnutí: postup Zachránce.....	3
Návod pro příjem tísňové výzvy.....	4
1. Představ se.....	5
2. Zjisti lokaci události.....	6
3. Zjisti, co se stalo.....	8
Více nebo neznámý počet.....	9
Jeden postižený.....	10
Postižený v bezvědomí.....	11
Postižený v bezvědomí, nedýchá.....	12
Postižený v bezvědomí, dýchá.....	13
Postižený při částečném vědomí.....	14
Postižený při vědomí.....	15
Postižený s krátkodobým bezvědomím.....	16
Postižený při vědomí, nedýchá normálně.....	17
Postižený s náhle vzniklou intenzivní bolestí.....	18
Postižený s podezřením na mrtvici.....	19
4. Spolu s volajícím poskytuj první pomoc.....	23
První pomoc: všeobecné instrukce.....	24
První pomoc: zástava oběhu.....	25
První pomoc: bezvědomí, dýchá.....	26
První pomoc: dušení z obstrukce dýchacích cest.....	27
První pomoc: dušnost.....	28
První pomoc: podezření na infarkt.....	29
První pomoc: anafylaxe.....	30
První pomoc: hypoglykémie.....	31
První pomoc: záchvat křečí.....	32
První pomoc: dopravní nehody, pády a ostatní hromadné úrazy.....	33
První pomoc: velké krvácení.....	34
První pomoc: rány bez významného krvácení.....	35
První pomoc: popáleniny.....	36
První pomoc: poleptání, zasažení chemikálií.....	37
První pomoc: cizí těleso pronikající do těla.....	38
První pomoc: otravy.....	39
První pomoc: omrzliny, podchlazení.....	40
První pomoc: úraz elektrickým proudem, zásah bleskem.....	41
První pomoc: porucha chování (psychologická první pomoc).....	42
Resuscitace - příprava.....	43
Resuscitace - standardní.....	44
Resuscitace - utonutý / udušený.....	45
Resuscitace - s dýcháním z úst do úst.....	46
5. Předej závěrečné informace volajcímu.....	49
6. Ukonči hovor.....	50

Instrukce pro Operátora před začátkem hry

Obecné instrukce

- Buď v klidu. Nespěchej. Je v pořádku, když na tebe volající čeká.
- Uklidňuj. Buď vstřícný. Nikdy neobviňuj. Nikdy nelži.
- Nic neslibuj. Příklady:
 - Chyba: "budou u vás do 5 minut." Správně: "pomoc je na cestě."
 - Chyba: "všechno bude v pořádku." Správně: "děláme, co můžeme."
- V případě potřeby se vracej k předchozím krokům.
- Pokud máš jen tento dokument tištěně, připrav si metronom na 110 BPM.

Shrnutí: postup Operátora

Tvůj postup bude ve všech případech následující: (příklady)

- 1) Představ se. "Zdravotnická záchraná služba XYZ, dobrý den..."
- 2) Zjisti lokaci události. "Kde se nacházíte?"
- 3) Řekni, že jsi vyslal pomoc. "Pomoc je na cestě."
- 4) Zjisti co se stalo. "Co vidíte kolem sebe?"
- 5) Spolu s volajícím poskytuj první pomoc. "Teď mu spolu pomůžeme..."
- 6) Předej závěrečné informace volajícímu. "Vydržte na místě do příjezdu záchranky..."
- 7) Ukonči hovor. "Kdyby se situace zhoršila, volejte znovu. Nashledanou."

Jestli jsi připraven, přejdi na [→ Návod pro příjem tísňové výzvy \(s.4\)](#).

[\(← ZPĚT NA START \(s.1\)\)](#)

Návod pro příjem tísňové výzvy

Pokud používáš
Panel operátora:

Přejdi na krok 2.

Až ti přijde tísňový hovor:

1. [Představ se \(s.5\)](#). ← začni zde
2. [Zjistí lokaci události \(s.6\)](#).
3. [Zjistí co se stalo \(s.8\)](#).
4. [Spolu s volajícím poskytuj první pomoc \(s.23\)](#).
5. [Předej závěrečné informace volajícímu \(s.49\)](#).
6. [Ukonči hovor \(s.50\)](#).

(← [ZPĚT NA START \(s.1\)](#))

1. Představ se

Doplň jméno tvé záchranné služby:

“Zdravotnická záchranná služba <NÁZEV>, dobrý den.”

Buď klidný a nespěchej. Tahle věta je rozdíl mezi životem a smrtí.

Pokud se ti představí, oslovuj jej jménem (např. pane Nováku)

Pokud něco rovnou začnou říkat, kráče je vyslechni. Pokud ne, na nic nečekej. Přejdi do dalšího kroku.

Specifické situace

- **Volající je dítě.** Pomáhá, když se mu představíš jménem (“Já jsem Karel a spolu to vyřešíme”). Zeptej se na jméno a oslovuj ho křestním jménem.
- **Volající je zticha.** Nezavěšuj. Zkus navázat kontakt opakovaně.

[→ 2. Zjistí lokaci události \(s.6\).](#)

[\(← ZPĚT NA START \(s.1\)\)](#)

2. Zjistí lokaci události

Toto je nejdůležitější krok. Nespěchej.

Pokud používáš
Panel operátora:
Přejdi na krok 3.

Bez Výukové aplikace Záchranka	S Výukovou aplikací Záchranka
Použij jakékoliv mapy, které máš k dispozici. Umísti do nich bod.	Přihlaš se do systému záchrany a zobraz polohu volajícího.

Pokud zachránce volá z jiného místa, než se stala událost:

- Pokud je to možné a nevznikne tím nebezpečí pro zachránce:
 - 1) Zajisti, aby volal zachránce od místa události (od raněného)
 - 2) Tzn. aby se tam vrátil NEBO výjmečně aby ti předal číslo někoho, kdo tam je

Až najdeš místo, kde se to stalo, znova si ho ověř u volajícího.

- Nepokračuj dále, dokud nemáš stoprocentní jistotu o tom, kde se událost nachází.

“Pomoc je na cestě.”

- Po ověření lokace sděl volajícímu, že pomoc je na cestě,

Pak přejdi na [→ 3. Zjistí, co se stalo \(s.8\)](#).

[\(← ZPĚT KE KROKU 1: PŘEDSTAV SE \(s.5\)\)](#)

<tato stránka záměrně vynechána>

3. Zjistí, co se stalo

Pokud používáš
Panel operátora:

Přejdi na krok 4.

Ptej se, co volající vidí. Domněnky a názory tě nezajímají.

Hlavní informace.

- Počet raněných (1 NEBO víc jak 1 NEBO neznámý počet).
- Odhad věku a pohlaví.
- Co jim je? Co předcházelo?

Doplňující informace.

- **Bezpečí volajícího.** Nehrozí něco dalšího?
 - Pokud hrozí, zaměř se nejprve na vyřešení hrozícího nebezpečí.
- **Další záchranářské složky.** Něco s čím si záchranáři neporadí?
 - Vyprošťování, chemikálie, plyn, oheň, ochrana majetku nebo přírody → hasiči.
 - Nebezpečí → policisté.

Pokračuj podle návodu.

Pokud se v průběhu hovoru situace zhorší, můžeš začít zde odznova.

[→ JEDEN POSTIŽENÝ \(s.10\)](#)

[→ VÍCE NEBO NEZNÁMÝ POČET \(s.9\)](#)

[\(← ZPĚT KE KROKU 2: ZJISTI LOKACI UDÁLOSTI \(s.6\)\)](#)

Více nebo neznámý počet

Pro dopravní a jiné hromadné nehody přejdi na

[→ První pomoc: dopravní nehody, pády a ostatní hromadné úrazy \(s.33\).](#)

Pro ostatní situace:

- **Bezpečí.**
 - Co to způsobilo?
 - Může se to stát znova?
 - Jak se proti tomu zabezpečit?
- **Pomoc.** Je klíčové, aby si volající sehnal pomoc.
- **Zachránit holé životy.** Věnuj se pouze následujícím případům:
 - Velké krvácení → [První pomoc: velké krvácení \(s.34\)](#)
 - Dusí se na něčem → [První pomoc: Dušení z obstrukce dýchacích cest \(s.27\).](#)
 - Dusí se kvůli otoku (velká alergická reakce) → [První pomoc: Anafylaxe \(s.30\)..](#)
- **Pokud nejde o život.**
 - Řeš případy individuálně od nejzávažněji vypadajících.
 - → [Jeden postižený](#)

[\(← ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)\)](#)

Jeden postižený

Zvláštní případ: krátkodobé bezvědomí.

- Byl jakkoliv krátkou dobu v bezvědomí a už není (vnímá a reaguje spontánně).
- Pokud to už není jasné z toho, co víš, můžeš se doptat:
 - Bylo to jako by na chvíli usnul?
 - Pamatuje si na to, co se stalo před/během doby, kdy mohl být v bezvědomí?
- Pokud byl v bezvědomí, pokračuj na [→ postižený s krátkodobým bezvědomím \(s.16\)](#).

Zjisti, zda je při vědomí.

1) Vnímá a reaguje spontánně	→ PŘI VĚDOMÍ (s.15)
2) Vnímá, ale je silně zmatený ("Je divnej", "To není ten koho znám")	→ ČÁSTEČNĚ PŘI VĚDOMÍ (s.14)
3) Reaguje na oslovení	
4) Reaguje na silné zatřesení rameny, příp. bolest	
5) Nereaguje	→ V BEZVĚDOMÍ (s.11)

[\(← ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)\)](#)

Postižený v bezvědomí

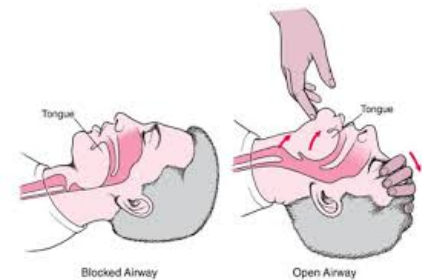
Předcházet úraz? Pokud bezvědomí předcházet / mohl předcházet úraz, musí být veškeré manipulace obzvlášť šetrné.

Záchvat křečí. (Nekontrolovatelné cukání svalů po celém těle.)

- Přejdi na [→ První pomoc: Záchvat křečí \(s.32\)](#).

Zkontroluj dech.

- 1) Pokud dýchá zcela zjevně, hluboce a pravidelně, ponechat postiženého tak, jak je. Pokud ne, pokračuj v návodu:
- 2) Uložit postiženého na záda.
- 3) Ujistit se, že nemá nic pod hlavou (polštářek apod.).
- 4) Zaklonit hlavu co nejvíce dozadu (viz obrázek).
- 5) Přiložit hlavu k jeho uchu a koukat mu na hrudník.
- 6) Zaříd', aby ti volající říkal "TEĎ" vždy, když vidí plný nádech.
- 7) To kontroluj alespoň deset vteřin – mělo by zaznít alespoň 3x pravidelné TEĎ



Pokud dýchá jinak, než normální člověk při klidu, tak nedýchá. Například:

- "Dýchá jako kapr"
- "Tak divně se občas nadechne"
- "Asi jednou za půl minuty tak jako lapne po dechu"
- "Divně chroptí"
- "Nejsem si jistý jestli dýchá"

To všechno jsou případy, kdy nedýchá normálně. Při nejistotě předpokládej, že nedýchá.

[→ UŽ SE PROBRAL \(KRÁTKODOBÉ BEZVĚDOMÍ\) \(s.16\)](#)

[→ BEZVĚDOMÝ NEDÝCHÁ nebo NEDÝCHÁ NORMÁLNĚ nebo NEJSEM SI JISTÝ \(s.12\)](#)

[→ BEZVĚDOMÝ JISTĚ DÝCHÁ \(s.13\)](#)

[\(← ZPĚT K JEDEMU POSTIŽENÝ \(s.10\)\)](#) | [\(← ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)\)](#)

Postižený v bezvědomí, nedýchá

Poskytni volajícímu první pomoc podle návodu → [První pomoc: zástava oběhu \(s.25\)](#).

(← [ZPĚT K RANĚNÝ V BEZVĚDOMÍ \(s.11\)](#))

(← [ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)](#))

Postižený v bezvědomí, dýchá

Kritické situace vyžadující okamžitou reakci:

- Masivně krvácí ("stříká krev") → [První pomoc: Velké krvácení \(s.34\)](#).

Nezáleží na tom, jak se to stalo. Pokud je v bezvědomí, ale jistě dýchá:

Poskytni volajícímu první pomoc podle návodu → [První pomoc: bezvědomí, dýchá \(s.26\)](#).

(← [ZPĚT k RANĚNÝ V BEZVĚDOMÍ \(s.11\)](#))

(← [ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)](#))

Postižený při částečném vědomí

Bezpečí záchránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že záchráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.
- Zde je časté ohrožení nepředvídatelným nebo agresivním chováním postiženého.

Kritické situace vyžadující okamžitou reakci.

- Masivně krvácí ("stříká krev") → [První pomoc: Velké krvácení \(s.34\)](#).
- Dusí se na něčem → [První pomoc: Dušení z obstrukce dýchacích cest \(s.27\)](#).

Částečné vědomí znamená podezření na následující případy.

Vyber ten nejzávažnější, který postižený splňuje. Typicky ten, na který narazíš jako první.

Podezření na mrtvici?	<ul style="list-style-type: none">• Vyšetři → Postižený s podezřením na mrtvici (s.19).
Postiženému se špatně dýchá?	<ul style="list-style-type: none">• → Postižený při vědomí, nedýchá normálně (s.17).
Úraz hlavy?	<ul style="list-style-type: none">• → První pomoc: všeobecné instrukce (s.24).
Hodně toho vykrvácel?	<ul style="list-style-type: none">• Ještě krvácí → První pomoc: velké krvácení (s.34).• Už nekrvácí → První pomoc: všeobecné instrukce (s.24).
Podchlazení?	<ul style="list-style-type: none">• → První pomoc: Omrzliny, podchlazení (s.40).
Podezření na hypoglykémii?	<ul style="list-style-type: none">• Cukrovkář, co vynechal jídlo?• Dlouhá námaha bez jídla/pití?• Náhlý třes, studený pot, nervozita, bledost?• Zmatenost, porucha řeči a vidění, slabost a agresivita?• Připomíná opilost?• Jestli to sedí, pak → První pomoc: Hypoglykémie (s.31).
Otrava?	<ul style="list-style-type: none">• → První pomoc: otravy (s.39).
Poruchy chování, duševní poruchy?	<ul style="list-style-type: none">• → Psychologická první pomoc (s.42).

Pokud není nic z výše uvedeného.

- Postupuj dále podle → [Postižený při vědomí \(s.15\)](#).

(← [ZPĚT K JEDEN POSTIŽENÝ \(s.10\)](#))

(← [ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)](#))

Postižený při vědomí

Kritické situace vyžadující okamžitou reakci.

- Masivně krvácí ("stříká krev") → [První pomoc: Velké krvácení \(s.34\)](#).
- Dusí se na něčem → [První pomoc: Dušení z obstrukce dýchacích cest \(s.27\)](#).
- Dusí se kvůli otoku (velká alergická reakce) → [První pomoc: Anafylaxe \(s.30\)](#).

Jinak vyber z následujících.

Pokud jich postižený splňuje více, vyber ten, co je závažnější (obvykle výše).

Postiženému se špatně dýchá.	<ul style="list-style-type: none">• → Postižený při vědomí, nedýchá normálně (s.17).
Postiženého něco intenzivně bolí a není to u něj normální.	<ul style="list-style-type: none">• → Postižený s intenzivní bolestí (s.18).
Podezření na mrtvici.	<ul style="list-style-type: none">• Vyšetři → Postižený s podezřením na mrtvici (s.19).
Postižený krvácí.	<ul style="list-style-type: none">• Hodně: → První pomoc: Velké krvácení (s.34).• Z nosu: předklonit hlavu a stisknout nos, dále → První pomoc: všeobecné instrukce (s.24).• Jinak: → První pomoc: Rány bez význ. krvácení (s.24).
Otrava (pozřením, nadechnutím).	<ul style="list-style-type: none">• → První pomoc: otravy (s.39).
Poleptání/vdechnutí chemikálie.	<ul style="list-style-type: none">• → První pomoc: Poleptání, zasažení chemikálií (s.37).
Popálenina.	<ul style="list-style-type: none">• → První pomoc: Popáleniny (s.36).
Omrzlina, podchlazení.	<ul style="list-style-type: none">• → První pomoc: Omrzliny, podchlazení (s.40).
Zásah elektrickým proudem / bleskem	<ul style="list-style-type: none">• → První pomoc: Úraz elektrickým proudem (s.41).
Chová se jinak než normálně.	<ul style="list-style-type: none">• Porucha chování / duševní porucha / psychóza / ... → Psychologická první pomoc (s.42).• Jinak vyšetři → Postižený při částečném vědomí (s.14)

Je mu něco jiného nebo má neurčité příznaky → [První pomoc: všeobecné instrukce \(s.24\)](#).

(← [ZPĚT K JEDEN POSTIŽENÝ \(s.10\)](#))

(← [ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)](#))

Postižený s krátkodobým bezvědomím

Zkus zjistit, co předcházelo. Typicky stav doprovází další zdravotní situace. Vyber první platnou:

- Nově vzniklá bolest na prsou / vystřelující do krku / v břiše / v zádech
→ [První pomoc: podezření na infarkt \(s.29\)](#).
- Dušnost (postiženému se špatně dýchá)
→ [První pomoc: podezření na infarkt \(s.29\)](#).
- Otrava
→ [První pomoc: Otravy \(s.39\)](#).
- Úraz
→ [První pomoc: rány bez významného krvácení \(s.35\)](#).
- Záchvat křečí
→ [První pomoc: všeobecné instrukce \(s.24\)](#).

Pokud nejsou další zdravotní potíže a postižený komunikuje.

- Může být výhodné postiženého položit a zvednout nohy.
- Pak pokračuj na [→ postižený při vědomí \(s.15\)](#).

(← [ZPĚT K JEDEN POSTIŽENÝ \(s.10\)](#))

(← [ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)](#))

Postižený při vědomí, nedýchá normálně

Dusí se na něčem nebo ho něco dusí zvenku?

- → [První pomoc: dušení z obstrukce dýchacích cest \(s.27\)](#).

Vyšetři dušnost. Postiženému se dýchá hůře, než obvykle.

Například:

- Neschopnost mluvit v celých větách.
- Neschopnost na jeden nádech napočítat do 10.
- Lape po dechu ("jako by uběh maraton").
- Divné zvuky při dýchání ("chrčí").
- Cyanóza ("je modřej").
- Zaškrcení, oběšení.
- Astmatický záchvat nebo podezření na něj.

Dušnost spojená s bolestí, nevolností, opocením → [První pomoc: podezření na infarkt \(s.29\)](#).

Dušnost bez dalších příznaků → [První pomoc: dušnost \(s.28\)](#).

Přestal dýchat → [První pomoc: zástava oběhu \(s.25\)](#).

[\(← ZPĚT K POSTIŽENÝ PŘI VĚDOMÍ \(s.15\)\)](#)

[\(← ZPĚT K JEDEEN POSTIŽENÝ \(s.10\)\)](#)

[\(← ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)\)](#)

Postižený s náhle vzniklou intenzivní bolestí

Tj. bolest, která není očekávaná (není chronická, nedala se předpovědět).

Pokud je určitě způsobena úrazem, přejdi na [→ První pomoc: rány bez významného krvácení \(s.35\)](#).

Bolest hlavy.	<ul style="list-style-type: none">• Pobyt mimo přímé světlo, slunce, klid.• Podání běžných analgetik (léků na bolest).
Bolest na hrudi. Bolest břicha.	<p>Pokud platí nějaké z následujících:</p> <ul style="list-style-type: none">• Neustávající bolest v okolí hrudní kosti / vystřelující do krku, zad, břicha• Opocení, dušnost, krátké bezvědomí, úzkost, nevolnost• Věk nad 50 let. <p>Pak přejdi na → První pomoc: Podezření na infarkt (s.29).</p>
Bolest zad.	<ul style="list-style-type: none">• Úlevová poloha (ve které je postiženému nejlépe).• Pokud nutno nehýbat s postiženým.
Bolest končetin.	<ul style="list-style-type: none">• Poloha vsedě s elevovanou končetinou.
Ostatní bolest.	<ul style="list-style-type: none">• Úlevová poloha (ve které je postiženému nejlépe).

Pak následuj [→ První pomoc: všeobecné instrukce \(s.24\)](#).

[\(← ZPĚT K POSTIŽENÝ PŘI VĚDOMÍ \(s.15\)\)](#)

[\(← ZPĚT K JEDEN POSTIŽENÝ \(s.10\)\)](#)

[\(← ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)\)](#)

Postižený s podezřením na mrtvici

Test příznaků mrtvice.

- Asymetrie výrazu obličeje (“usměj se na mě” apod.)
- Neumí ovládat končetiny (“zavři oči a natáhni obě ruce před sebe”)
- Porucha řeči (dokáže mluvit jasně a zřetelně?)

Pokud je splněn alespoň jeden bod, přejdi na [→ První pomoc: všeobecné instrukce \(s.24\)](#).

(Ne, to není chyba, skutečně pro mrtvici nelze nic dělat, je potřeba počkat na záchranáře.)

Jinak se vrať k předchozímu postupu:

- [← POSTIŽENÝ PŘI VĚDOMÍ \(s.15\)](#)
- [← POSTIŽENÝ ČÁSTEČNĚ PŘI VĚDOMÍ \(s.14\)](#)

[\(← ZPĚT K POSTIŽENÝ PŘI VĚDOMÍ \(s.15\)\)](#)

[\(← ZPĚT K JEDEN POSTIŽENÝ \(s.10\)\)](#)

[\(← ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)\)](#)

<tato stránka záměrně vynechána>

<tato stránka záměrně vynechána>

<tato stránka záměrně vynechána>

4. Spolu s volajícím poskytuj první pomoc

Tato kapitola popisuje různé scénáře telefonicky asistované první pomoci (TAPP). Kapitola 3 tě automaticky navede ke správné části.

Pokud tento text vidíš, nepostupoval jsi podle návodu.

zkus jít [← ZPĚT NA ZAČÁTEK ZJIŠŤOVÁNÍ \(s.8\)](#)

Seznam instrukcí první pomoci.

Pokud tvůj případ chybí, nebo není jasný → [všeobecné instrukce \(s.24\)](#).

1. → [Zástava oběhu \(s.25\)](#) (nebije srdce = nedýchá)
2. → [Bezvědomí se zachovalým dýcháním \(s.26\)](#) (bezvědomý+dýchá)
3. → [Dušení z obstrukce dýchacích cest \(s.27\)](#) (nemůže dýchat, má něco v krku)
4. → [Dušnost \(s.28\)](#) (špatně se mu dýchá, nemá nic v krku)
5. → [Podezření na infarkt \(s.29\)](#)
6. → [Anafylaxe \(s.30\)](#) (otéká celé tělo, dusí se)
7. → [Hypoglykémie \(s.31\)](#) (málo cukru v krvi)
8. → [Záchvat křečí \(s.32\)](#) (nekontrolované cukání)
9. → [Dopravní nehody, pády a ostatní hromadné úrazy \(s.33\)](#)
10. → [Velké krvácení \(s.34\)](#) (“stříká krev”)
11. → [Rány bez významného krvácení \(s.35\)](#)
12. → [Popáleniny \(s.36\)](#)
13. → [Poleptání, zasažení chemikálií \(s.37\)](#)
14. → [Cizí těleso pronikající do těla \(s.38\)](#) (“něco z něj trčí”)
15. → [Otravy \(s.39\)](#)
16. → [Omrzliny, podchlazení \(s.40\)](#)
17. → [Úraz elektrickým proudem, zásah bleskem \(s.41\)](#)
18. → [Psychologická první pomoc \(s.42\)](#)
19. → [Resuscitace \(s.43\)](#)

První pomoc: všeobecné instrukce

Pokud tvůj případ neodpovídá žádné vypsané situaci, nebo není jasné, jak ho řešit.

Bezpečí záchránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že záchráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl, řekni mu to.

Šetrná manipulace.

- Pokud předcházel úraz hlavy, zad atd., je lepší pokud možno nehýbat s postiženým.

Tepelný komfort. Zajisti, aby postižený neprochladal ani se nepřehříval.

Z většiny improvizace:

- Přesun do tepla / chladu
- Půjčit oblečení / svlečení
- Zabalit do termofólie (pokud mají)

Úlevová poloha.

- Pokud je při vědomí: taková poloha, která mu je nejpříjemnější.
- Pokud není při vědomí, ale zcela jistě dýchá: tak, jak byl nalezen.

Důsledná kontrola postiženého do příjezdu záchranky.

- Hlídat vědomí / dech,
- Při zhoršení situace opět volat 155.

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: zástava oběhu

Cílem je resuscitovat, pokud nejde o nějakou z těchto situací:

- 1) Nelze resuscitovat.
 - a) Nelze dostat volajícího bezpečně k postiženému.
 - b) Volající není fyzicky schopen resuscitovat.
- 2) Resuscitace nempomůže.
 - a) Zcela jisté známky smrti.
 - b) Očekávané úmrtí nevyléčitelného pacienta ("smrtná postel")

Pokud lze resuscitovat, pokračuj k [→ resuscitaci \(s.43\)](#).

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: bezvědomí, dýchá

Bezpečí záchránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že záchráncovi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Zajisti, aby raněného neustále hlídali.

- Nechat ho v poloze, ve které dýchá.
- Důsledně kontrolovat, že dýchá, do příjezdu záchranky.
- Pokud zvrací, otočit mu hlavu na stranu, aby mohly zvratky volně vytékat.
- Nikdy ho nenechat samotného.
- Zavolali zpět, pokud přestane dýchat.
- Počkali na záchranku, i když se probere.

Až budeš mít hotovo, přejdi na závěrečné instrukce.

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: dušení z obstrukce dýchacích cest

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Pokud ho něco dusí zvenku. (škrčení, zasypání, uvíznutí atd.)

- Odstranit příčinu dušení (pokud bezpečně možno).
- Pokud se dýchání zlepší, přejdi na [→ První pomoc: všeobecné instrukce \(s.24\)](#).
- Pokud se nezlepší, přejdi na [→ První pomoc: dušnost \(s.28\)](#).

Podpořit kašláni. Pokud raněný kašle, je potřeba podporovat jeho kašláni.

Vypuzovací manévry. Pokud není schopný kašlat, vysvětlí následující úkony:

1. postavit dusícího ať se opírá rukama o své nohy
2. 5x silně praštit mezi lopatky
3. obejmout zezadu a dát pěst pod hrudní kost
4. 5x silně zarazit pěstovnitř břicha a nahoru
(NE u těhotných a do 1 roku)
5. opakovat do vykašláni nebo do bezvědomí

Bezvědomí. Pokud raněný upadne do bezvědomí, přejdi rovnou na [→ resuscitaci \(s.43\)](#).

Pokud se předmět uvolní po vypuzovacích manévrech, je stejně potřeba, aby počkali na příjezd záchranky.

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: dušnost

Bezpečí záchránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že záchráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Pokud je dalším příznakem bolest, projdi

Astmatický záchvat.

- Uklidnit postiženého a ideálně posadit.
- Inhalátor. Pokud má raněný inhalační medikaci pro tuto situaci, ať ho užije.

Hyperventilace. (Příliš rychlé dýchání.)

- Postiženého uhlidňovat a přimět k pomalejšímu dýchání.
- **Nedělat** dýchání do pytlíku.

Potíže s dýcháním z alergie.

- Pokud je k dispozici, vzít antihistaminikum (Analergen, Zyrtec, Zodac, Claritin, ...)
- Při anafylaxii (celé tělo otéká) přejdi na [→ První pomoc: anafylaxe \(s.30\)](#).

Pokud volá ten, co se dusí.

- Co nejdříve zajistit přístup záchranářů (otevřít dveře od bytu, ...).

Umístit postiženého do polohy, ve které se postiženému dobře dýchá.

- Typicky jde o předklon s rukama opřenými o pevnou podložku (stůl, zábradlí, ...)

Pokud se dýchání zlepšilo (do normálu), přejdi na [→ První pomoc: všeobecné instrukce \(s.24\)](#).

Pokud postižený upadl do bezvědomí, přejdi zpět na vyšetřování [→ Postižený v bezvědomí \(s.11\)](#).

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: podezření na infarkt

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Zklidnit raněného. Pohodlně usadit / do polohy, kde se mu nejvíc ulevuje. Zabránit jakémoliv námaze.

Aspirin/Acylpyrin. Pokud je po ruce, lze navrhnout podání ½ aspirinu či acylpirinu.

Zajistit přístup záchranky, pokud volá sám postižený.

V případě zhoršení.

- Pokud upadne do bezvědomí → [První pomoc: Bezvědomí se zachovalým dýcháním \(s.26\)](#)

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: anafylaxe

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncovi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Zabránit dalšímu kontaktu s alergenem.

EpiPen. Pokud má raněný adrenalinové pero (EpiPen), ať ho užije.

Antihistaminika. Pokud je při vědomí a ještě tak nebylo učiněno, je vhodné podání antihistaminik

- i pro děti: Zyrtec, Zodac, Xyzal, Analergin, Claritine
- jen pro dospělé: Dithiaden

Umístit postiženého do polohy, ve které se postiženému dobře dýchá.

- Typicky jde o předklon s rukama opřenými o pevnou podložku (stůl, zábradlí, ...)

V případě ztráty vědomí během hovoru položit na záda a vyšetřit znovu

- [→ Postižený v bezvědomí \(s.11\)](#).

Pokud se stav výrazně zlepšil, je stejně potřeba, aby počkali na příjezd záchranky.

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: hypoglykémie

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncovi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.
- Častým příznakem je zmatenost a agresivita postiženého, není vhodné se s ním prát.

Podat cukr. Pokud je postižený ještě při vědomí a je schopen jíst/pít.

- Cokoliv s cukrem – kofola, džus, balení bonbónů, cukr krupice...
- Baha na zero nápoje, nemají cukr

Pokud nepomůže, vyšetři postiženého znovu. Zpět k [→ vyšetřit znovu od začátku \(s.8\)](#).

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: záchvat křečí

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncovi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.
- Nepohybovat se blízko postiženého a nesahat na něj.

Bezpečí postiženého. Odstranit ostré a tvrdé předměty z okolí. Chránit hlavu.

Po skončení křečí bude v bezvědomí.

- I v případě, že se "rychle probere", měli by vyčkat na záchranku.
- Přejdi zpět na vyšetření → [vyšetřit znovu od začátku \(s.8\)](#).

První pomoc: dopravní nehody, pády a ostatní hromadné úrazy

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachránčům nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Označení místa nehody.

- Umístit výstražný trojúhelník
- Obléct výstražné vesty
- Připravit autolékárničku, nasadit rukavice.

Zajištění bezpečnosti zúčastněných.

- Vypnout motory, zapnout všechna světla, zatáhnout ruční brzdy
- Dostat nezraněné a ty při vědomí do bezpečí. (Za svodidla...)
- Pokud nelze zajistit bezpečnost (auto hoří, je nepřístupné, hrozí další nehoda...), je lepší vyčkat na příjezd záchranky!

Zastavit velké krvácení.

- Držet místo, ze kterého teče krev, do příjezdu záchranky.
- Podrobnější popis → [Velké krvácení \(s.34\)](#).

Udržet bezvědomé při dechu.

- Nechat, kde je, pokud to není nebezpečné.
- Hýbat s ním jen pokud nutno a šetrně.
- Zajistit tepelný komfort (přikrýt dekou, bundou, zabalit do termofólie...).
- Pokud nedýchá normálně, zaklonit hlavu.
- Pokud stále nedýchá normálně a je kapacita zachraňovat, lze zahájit → [resuscitaci \(s.43\)](#).

Ostatní případy neřešit.

→ [ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

(← [ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)](#))

První pomoc: velké krváčení

Bezpečí záchránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že záchráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Rukavice. Pokud jsou k dispozici, je důležité nasadit rukavice.

- Nikdo by se neměl dotýkat cizí krve.
- Lze improvizovat: cokoliv tenkého plastového.

Posadit nebo položit raněného.

Tlak v ráně. Zastavit krváčení tlačáním přímo do rány na místo, kde to nejvíce teče.

- Tlačit silně! Do zastavení krváčení a držet.
- Turniket / Tlakový obvaz lze použít, pouze, pokud je záchránce k tomu proškolený.
- **Ne** tlakové body / zvednutí končetiny.

Tlak v ráně musí držet do příjezdu záchranky.

Postižený je v bezvědomí? → [První pomoc: bezvědomí, dýchá \(s.26\)](#).

Postižený přestal dýchat? → [První pomoc: zástava oběhu \(s.25\)](#).

→ [ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

(← [ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)](#))

První pomoc: rány bez významného krvácení

Úrazy způsobené vnější silou.

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Rukavice. Pokud jsou k dispozici, je důležité nasadit rukavice.

- Nikdo by se neměl dotýkat cizí krve.
- Lze improvizovat: cokoliv tenkého plastového.

Cizí těleso v ráně.	<ul style="list-style-type: none">• Není vidět → neřešit.• Jinak →>
Zlomeniny, úrazy kostí a kloubů.	<ul style="list-style-type: none">• Nehýbat se zlomeninou.• Lze chladit studeným obkladem / ledem / předměty z mrazáku / ...
Amputace (člověk na víc částí).	<ul style="list-style-type: none">• Pokud možno, přikrýt ránu něčím sterilním (obvaz, gáza,...).• Oddělenou část → do sáčku → igelit s ledem.
Otevřené poranění hrudníku.	<ul style="list-style-type: none">• Otevřené poranění hrudníku ničím nepřikrývat.
Jiný úraz končetiny.	<ul style="list-style-type: none">• Lze chladit studeným obkladem / ledem / předměty z mrazáku / ...
Ostatní rány.	<ul style="list-style-type: none">• Pokud možno, přikrýt ránu něčím sterilním (obvaz, gáza,...).

Postiženého nechat v poloze, kterou preferuje.

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: popáleniny

Bezpečí záchránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že záchráncovi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Přerušit působení tepla. Co nejrychleji oddělit člověka od zdroje popálení.

- Odstranit nasáklé oblečení
- Uhasit hořící oblečení

Chladit. Chladit co nejdříve. Jde o vteřiny.

- Nejlépe tekoucí studenou vodou.
- V případě potřeby cokoliv jiného studeného vodového (louže, pivo, ...).
- Rozsáhlé popáleniny trupu a stehen chladit jednorázově.
- Ostatní popáleniny do příjezdu záchranky.

Odstranit předměty. Bez přerušení chlazení.

- Hodinky, prstýnky, oblečení, ...

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: poleptání, zasažení chemikálií

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Bezpečí. Prioritou je bezpečnost všech zúčastněných.

- Jak se to stalo? Zajisti, aby se to neopakovalo / nešířilo.

Čištění. Podle povahy látky případně

- mechanicky očistit
- opláchnout proudem vody.

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: cizí těleso pronikající do těla

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.

Poranění tělních dutin.	<ul style="list-style-type: none">• Nevýndavat předmět.• Otevřené poranění hrudníku ničím nepřikrývat.
Poranění končetin.	<ul style="list-style-type: none">• Nevýndavat předmět, pokud to není nutné k vyproštění nebo ošetření a lze tak učinit bez odporu.

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: otravy

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.
- Nežádej zachránce, aby se ohrožoval (např. zakouřený sklep).
- Většina otrav si způsobil postižený úmyslně, bacha na vlastní bezpečí.

Zabránit dalšímu kontaktu s jedem.

- Jak se to stalo? Zajisti, aby se to neopakovalo / nešířilo.
- Jestli jde o plyn, tak pokud (bezpečně) možno vyvětrat, opustit budovu.

Doporuč postup podle tabulky.

Málo kyslíku / Otrava oxidem uhelnatým (CO).	<ul style="list-style-type: none">• Otevřít okna a dveře, vytvořit průvan.• Pokud nelze, pak vynést postiženého pryč.
Detergenty.	<ul style="list-style-type: none">• Nic nejíst, nepít, nezvracet.
Kyseliny, louhy.	<ul style="list-style-type: none">• Podat co nejdříve několik skleniček vody.
Nemrznoucí směsi (př. Fridex), metanol.	<ul style="list-style-type: none">• Podat co nejkonzentrovější alkohol 🕶️
Jiné otravy pozřením bez poruchy vědomí.	<ul style="list-style-type: none">• Vyvolat zvracení: podat šálek vlažné vody s osmi lžičkami soli.

Zajistit obaly od toxické látky. Pro záchranáře.

- Případně zajistit co největší vzorek látky.

V případě ztráty vědomí během hovoru vyšetřit znovu → [Postižený v bezvědomí \(s.11\)](#).

→ [ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

(← [ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)](#))

První pomoc: omrzliny, podchlazení

Bezpečí záchránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že záchráncovi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl, řekni mu to.

Zabránit dalším ztrátám tepla.

- Přesun do tepla.
- Svléknout studený oděv.
- Obléknout suchý a teplý.

Pokud možno udržet fyzickou aktivitu postiženého.

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

První pomoc: úraz elektrickým proudem, zásah bleskem

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl, řekni mu to.

Ukončit působení proudu.

- Vypnout proud a ověřit, že je vypnutý.

Zchladit popáleniny.

- Pokud nehrozí nic dalšího a postižený je při vědomí, je možné chladit popáleniny.

Důsledně kontrolovat, zda se nezhorší stav.

- V případě ztráty vědomí vyšetřit znovu → [Postižený v bezvědomí \(s.11\)](#).

→ [ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

(← [ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)](#))

První pomoc: porucha chování (psychologická první pomoc)

Bezpečí zachránce. Jestli jsi tak už neudělal, ujisti se, že zachráncevi nehrozí nebezpečí.

- Pokud hrozí, ale stejně chce pomoci, je nutné, aby o nebezpečí věděl.
- Zde často hrozí nebezpečí!!! Zachránce i postiženému.

Tato kapitola je... těžká.

Zkus uklidňovat, vyslednout, povídat si?

Dál... hodně štěstí.

[→ ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

Resuscitace - příprava

Umístit postiženého na záda. Do přirozené polohy. Nepodkládat hlavu.

Jediný zachránce.	Více zachránců.
<ul style="list-style-type: none">• Ať si dá telefon na hlasitý odposlech.	<ul style="list-style-type: none">• Ať volající předává tvoje instrukce ostatním.• Ať někdo zkusí najít defibrilátor (AED).• Ať někdo zajistí, aby se k nim záchranka dostala.• Ať se při resuscitaci střídají.

Připrav si metronom na 110 BPM.

Varianty (vyber první platnou):

Resuscitace utonutého / udušeného.	<ul style="list-style-type: none">• → Resuscitace utonutého / udušeného (s.45).
Resuscitace mimina.	<ul style="list-style-type: none">• → chybí
Resuscitace s zachráncem, který umí a je ochoten dělat dýchání z úst do úst.	<ul style="list-style-type: none">• → Resuscitace s dýcháním z úst do úst (s.46).
Jinak.	<ul style="list-style-type: none">• → Resuscitace bez dýchání (s.44).

Resuscitace - standardní

Stlačovat hrudník. Přesné instrukce:

Dospělý	Dítě
“Uprostřed hrudníku mačkejte propnutýma rukama co nejrychleji hrudní kost do hloubky 5-6 cm.”	“Uprostřed hrudníku mačkejte propnutýma rukama co nejrychleji hrudní kost do 1/3 hloubky hrudníku.”

Spust' si metronom u sebe a říkej volajcímu “TEĎ”, když zazní.

AED. Pokud dorazí někdo s defibrilátorem, je potřeba nepřerušovat resuscitaci, dokud nebude zapojený podle instrukcí na něm udedených.

Nepřerušovat resuscitaci. Jsou dvě výjimky.

- Dorazí záchranka → [PŘEJÍT NA UKONČENÍ HOVORU \(s.50\)](#).
- Postižený se začne bránit (“známky života”) → [VYŠETŘI POSTIŽENÉHO ZNOVU \(s.8\)](#).

Resuscitace - utonutý / udušený

Pokud možno zahájit resuscitaci 5x vdechy. Přesné instrukce:

“Stiskněte nos postiženého, mírně zakloňte hlavu, nadechněte se, těsně přiložte svoje ústa na ústa postiženého a vydechněte do jeho úst tak, aby se hrudník viditelně zvedal.”

Stlačovat hrudník. Přesné instrukce:

Dospělý	Dítě
“Uprostřed hrudníku mačkejte propnutýma rukama co nejrychleji hrudní kost do hloubky 5-6 cm.”	“Uprostřed hrudníku mačkejte propnutýma rukama co nejrychleji hrudní kost do 1/3 hloubky hrudníku.”

Spust' si metronom u sebe a říkej volajcímu “TEĎ”, když zazní.

Po 30 stlačeních dva vdechy. Přesné instrukce:

“Stiskněte nos postiženého, mírně zakloňte hlavu, nadechněte se, těsně přiložte svoje ústa na ústa postiženého a vydechněte do jeho úst tak, aby se hrudník viditelně zvedal.”

AED. Pokud dorazí někdo s defibrilátorem, je potřeba nepřerušovat resuscitaci, dokud nebude zapojený podle instrukcí na něm udedených.

Nepřerušovat resuscitaci. Jsou dvě výjimky.

- Dorazí záchranka → [PŘEJÍT NA UKONČENÍ HOVORU \(s.50\)](#).
- Postižený se začne bránit (“známky života”) → [VYŠETŘÍ POSTIŽENÉHO ZNOVU \(s.8\)](#).

Resuscitace - s dýcháním z úst do úst

Stlačovat hrudník. Přesné instrukce:

Dospělý	Dítě
“Uprostřed hrudníku mačkejte propnutýma rukama co nejrychleji hrudní kost do hloubky 5-6 cm.”	“Uprostřed hrudníku mačkejte propnutýma rukama co nejrychleji hrudní kost do 1/3 hloubky hrudníku.”

Spusť si metronom u sebe a říkej volajícímu “TEĎ”, když zazní.

Po 30 stlačeních dva vdechy. Přesné instrukce:

“Stiskněte nos postiženého, mírně zakloňte hlavu, nadechněte se, těsně přiložte svoje ústa na ústa postiženého a vydechněte do jeho úst tak, aby se hrudník viditelně zvedal.”

AED. Pokud dorazí někdo s defibrilátorem, je potřeba nepřerušovat resuscitaci, dokud nebude zapojený podle instrukcí na něm udedených.

Nepřerušovat resuscitaci. Jsou dvě výjimky.

- Dorazí záchranka → [PŘEJÍT NA UKONČENÍ HOVORU \(s.50\)](#).
- Postižený se začne bránit (“známky života”) → [VYŠETŘÍ POSTIŽENÉHO ZNOVU \(s.8\)](#).

<tato stránka záměrně vynechána>

<tato stránka záměrně vynechána>

5. Předej závěrečné informace volajícímu

Zůstat u pacienta.

- **Neodcházet.** Že nemá od místa volání / od raněného odcházet až do příjezdu záchranky.
- **Důsledně kontrolovat.** Pokud může, měl by neustále kontrolovat, zda se stav raněného nezhoršuje.
- **Oznamovat zhoršení.** Pokud se stav raněného zhorší, ať zavolají znovu na 155 a oznámí zhoršení.

Pomocť sanitce. Lze libovolně improvizovat. Hlavní je, aby se záchranář mohl bezpečně dostat k raněným.

- **Zajistit přístupnost sanitce.**

Například:

- Otevřít dveře od bytu.
- Upozornit vrátného.
- ...

- **Zabránit nebezpečí pro záchranáře.**

Například:

- Přivázat psa, pokud mají.
- ...

- **Zviditelnit místo.**

Například:

- Rozsvítit všechna světla.
- Poslat někoho na ulici, ať mává sanitce.
- ...

Až budeš mít hotovo:

[→ PŘEJÍT NA UKONČENÍ HOVORU \(s.50\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

6. Ukonči hovor

Rekapitulace. Zmiň znova, že pomoc je na cestě.

Další otázky. Zeptej se, jestli nemá další otázky.

Rozluč se. Ukonči hovor.

[\(← ZPĚT K KROKU 5: ZÁVĚREČNÉ INSTRUKCE \(s.49\)\)](#)

[\(← ZPĚT K KROKU 3: VYŠETŘOVÁNÍ POSTIŽENÉHO \(s.8\)\)](#)

[\(← ZPĚT NA START \(s.1\)\)](#)

Pokud používáš
Panel operátora:

Přejdi na krok 5.