

## KARTA PRVEJ POMOCI

Čo robiť v prípade nehody.

1. Zisti, čo sa stalo.
2. Zavolaj pomoc.  **112**
3. Dbaj na vlastnú bezpečnosť.

### 2 UVOĽNITE DÝCHACIE CESTY



Zohnúť

### 4 UROBTE VONKAJŠIU MASÁŽ SRDCA



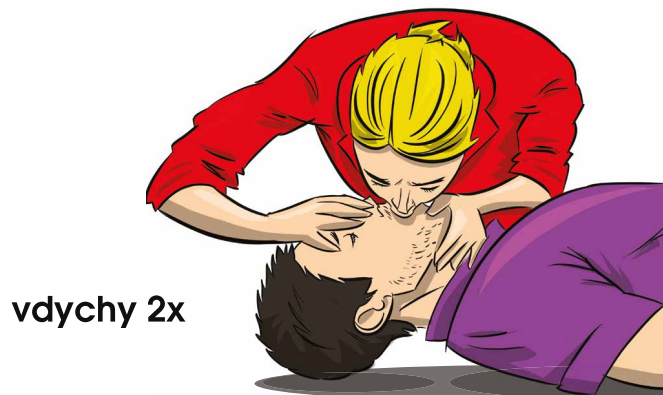
stlačenie  
hrude 30x

Zohnúť

### 1 ZASTAVTE KRVÁCANIE



### 3 ZÁCHRANNÉ DYCHY



vdychy 2x

### 5 POSTIHNUTÉHO DAJTE DO STABILIZOVANEJ POLOHY



stabilizovaná poloha

### KRVÁCANIE

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

### 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.

### PODOZRENIE NA PORANENIE CHRBTICE

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

### PORANENIE HRUDNÍKA A BRUCHA

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

### ZLOMENINY

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

### POPÁLENINY

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