

1

OBSAH

1. Obsah	10
2. Predhovor	12
3. Úvod do problematiky prvej pomoci	14
4. Prístup k pacientovi	20
4.1. Bezpečnosť záchrancov	20
4.1.1. Špeciálne situácie	24
4.2. Záchranná reťaz	26
4.3. Vyšetrenie postihnutého	29
4.3.1. Anamnéza v sťažných podmienkach	38
4.4. Priority poskytovania prvej pomoci	39
4.5. Podávanie liekov nezdravotníkmi	43
4.6. Volanie o pomoc na tiesňovú linku	45
5. Zastavenie krvného obehu a dýchania – kardiopulmonálna resuscitácia	48
5.1. Kardiopulmonálna resuscitácia dospelého	52
5.2. Kardiopulmonálna resuscitácia detí	60
5.3. Používanie laických defibrilátorov	64
5.4. Špeciálne resuscitačné situácie	70
6. Krvácanie	73
6.1. Vonkajšie krvácanie	74
6.2. Vnútorné krvácanie	77
6.3. Krvácanie z telesných otvorov	79
6.4. Cudzie teleso v rane	81
6.5. Krvácanie a lieky	86
6.6. Druhy rán	87
7. Bezvedomie	91
7.1. Špecifická prvá pomoc pri neúrazovom bezvedomí	95
7.2. Špecifická prvá pomoc pri úrazovom bezvedomí	104
7.3. Rozlišovanie hlavných príčin bezvedomia laikmi	116

8. Šok a protišokové opatrenia	119
9. Poranenia kostí, kĺbov a svalov	124
10. Popáleniny a poleptania	135
11. Špeciálne situácie – úrazové	143
11.1. Poranenia viacerých častí tela – polytrauma	143
11.2. Poranenia chrbtice a miechy	153
11.3. Poranenia hrudníka a brucha	157
11.4. Výbuchy a tlaková vlna	161
11.5. Zasypanie a zmliaždenie – crush syndróm	164
11.6. Úrazové dusenie – traumatická, pozičná asfyxia	166
11.7. Poranenie očí	168
11.8. Úraz elektrickým prúdom a bleskom	171
12. Špeciálne situácie – neúrazové	177
12.1. Srdcový infarkt	177
12.2. Mozgová cievna príhoda	181
12.3. Cudzie teleso v dýchacích cestách	185
12.4. Alergicko-anafylaktická reakcia	192
12.5. Vyrazený dych	198
12.5.1. Záchvat so zadržaním dychu – úpenlivý plač	200
12.6. Priedušková astma	201
12.7. Panické dýchanie – hyperventilácia	203
13. Úrazy z extrémnych teplôt	207
13.1. Prehriatie a tepelný úpal	207
13.2. Omrzliny a podchladenie	211
14. Polohovanie a prenášanie	218
15. Prvá pomoc pri dopravnej nehode	225
16. Zabezpečovanie hromadných akcií	230
17. Triedenie pri udalosti s hromadným postihnutím osôb	240
18. Otravy liekmi, chemikáliami, drogami a potravinami	246
18.1. Všeobecné princípy prvej pomoci pri otravách	247
18.2. Otrava alkoholmi a chemikáliami	250
18.3. Otravy plynmi – CO, CO ₂ , Cl, NH ₃	260
18.4. Otravy drogami	267
18.5. Otravy hubami a potravinami	273
19. Kompetencie záchrancov a záchranárov	277
20. Zásady prvej pomoci viacerými záchrancami	281
21. Obväzy a obväzovanie	284
22. Lekárničky	290
23. Samoliečba ľahkých ochorení	295
24. Skratky a literatúra	301