

# Obsah

<b>Předmluva</b> . . . . .	<b>9</b>
<b>1 Úvod do první pomoci</b> . . . . .	<b>10</b>
1.1 Dělení první pomoci . . . . .	11
1.2 Integrovaný záchranný systém České republiky . . . . .	12
<b>2 Zhodnocení stavu postiženého</b> . . . . .	<b>15</b>
2.1 Algoritmus ABCDE . . . . .	15
2.2 Prvotní vyšetření postiženého . . . . .	19
2.3 Druhotné vyšetření postiženého . . . . .	19
2.3.1 Celkové vyšetření postiženého . . . . .	20
<b>3 Příruční lékárna</b> . . . . .	<b>23</b>
3.1 Využití příruční lékárny . . . . .	23
3.2 Doporučený obsah příruční lékárny . . . . .	23
3.3 Lékárničky na pracovištích . . . . .	24
3.4 Příruční lékárna na akcích pro děti a zájezdech . . . . .	24
3.5 Lékárnička v dopravních prostředcích . . . . .	24
<b>4 Obvazová technika</b> . . . . .	<b>26</b>
4.1 Význam obvazové techniky při první pomoci . . . . .	26
4.2 Zásady obvazové techniky . . . . .	26
4.3 Účel obvazové techniky . . . . .	26
4.4 Dělení obvazů podle materiálu . . . . .	27
4.5 Šátkové obvazy . . . . .	27
4.5.1 Šátkové obvazy hlavy . . . . .	27
4.5.2 Šátkové obvazy horní končetiny . . . . .	28
4.5.3 Šátkové obvazy dolní končetiny . . . . .	29
4.6 Obinadlové obvazy . . . . .	31
4.6.1 Obinadlové obvazy hlavy . . . . .	31
4.6.2 Obinadlové obvazy horní končetiny . . . . .	34
4.6.3 Obinadlové obvazy dolní končetiny . . . . .	36
4.6.4 Obinadlové obvazy hrudníku . . . . .	37
4.7 Náplastové obvazy . . . . .	38
4.8 Prakové obvazy . . . . .	39
4.9 Obvazy z tuhoucích hmot . . . . .	39
4.10 Obvazy z pružných hmot . . . . .	39
4.10.1 Obvazy horní končetiny . . . . .	39
4.10.2 Obvazy dolní končetiny . . . . .	41
4.10.3 Obvazy hlavy . . . . .	41
4.11 Dlahové obvazy . . . . .	42

<b>5</b>	<b>Polohování a transport raněných</b>	<b>43</b>
5.1	Polohování raněných	43
5.1.1	Zotavovací poloha	43
5.1.2	Rautekova poloha	43
5.1.3	Polohy vleže na zádech	44
5.1.4	Polohy na břiše	44
5.1.5	Poloha v polosedě	44
5.1.6	Poloha na boku se skrčenými dolními končetinami a mírně podloženou hlavou	45
5.2	Transport raněných	45
5.2.1	Transport raněných bez pomůcek	45
5.2.2	Odsun pomocí pomůcek	49
<b>6</b>	<b>Neodkladná resuscitace</b>	<b>54</b>
6.1	Dělení neodkladné resuscitace	54
6.2	Základní neodkladná resuscitace u dospělé osoby	55
6.3	Základní neodkladná resuscitace u novorozence	57
6.4	Základní neodkladná resuscitace u dětí	58
6.5	Zajištění dýchacích cest v přednemocniční péči	59
6.5.1	Zajištění průchodnosti dýchacích cest při základní neodkladné resuscitaci	60
6.5.2	Zajištění průchodnosti dýchacích cest při rozšířené neodkladné resuscitaci	63
6.6	Pomůcky k obnově oběhu při rozšířené neodkladné resuscitaci	66
6.7	Ukončení kardiopulmonální resuscitace	67
<b>7</b>	<b>Vědomí a jeho poruchy</b>	<b>69</b>
7.1	Dělení poruch vědomí	69
7.2	Vyšetření stavu vědomí	70
7.3	Bezvědomí	71
7.4	Synkopa (kolaps, mdloba)	73
<b>8</b>	<b>Krvácení</b>	<b>74</b>
8.1	Dělení krvácení	74
8.2	Rozpoznání druhu krvácení	74
8.3	Způsoby ošetření krvácení	74
8.3.1	Stlačení cévy přímo v ráně rukou nebo použitím tamponu či mulu	74
8.3.2	Stlačení tepny v tlakovém bodě	75
8.3.3	Tlakový obvaz	76
8.3.4	Přiložení zaškrčovadla – technika	77
8.4	Zevní krvácení	77
8.4.1	Tepenné krvácení	77
8.4.2	Žilní krvácení	78
8.4.3	Vlásečnicové krvácení	78
8.5	Vnitřní krvácení	79
8.5.1	Krvácení do dutiny lebeční	79
8.5.2	Krvácení do dutiny hrudní (hemotorax)	79

8.5.3	Krvácení do dutiny břišní (hemoperitoneum) . . . . .	79
8.5.4	Krvácení do měkkých tkání při zlomeninách dlouhých kostí . . . . .	80
8.6	Krvácení z tělních otvorů . . . . .	80
8.6.1	Krvácení z nosu (epistaxe) . . . . .	80
8.6.2	Krvácení z ucha (otorragie) . . . . .	81
8.6.3	Krvácení z dutiny ústní . . . . .	81
8.6.4	Zvracení krve (hemateméza) . . . . .	82
8.6.5	Vykašlávání krve (hemoptýza) . . . . .	82
8.6.6	Krvácení z močových cest (hematurie) . . . . .	82
8.6.7	Krvácení z konečníku (enteroragie, meléna) . . . . .	83
8.6.8	Gynekologická a porodnická krvácení (metroragie) . . . . .	83
<b>9</b>	<b>Šok</b> . . . . .	<b>84</b>
9.1	Typy šoku a jejich příčiny . . . . .	84
9.2	Fáze šoku . . . . .	85
9.3	Protišoková opatření – 5T . . . . .	85
9.4	První pomoc . . . . .	86
<b>10</b>	<b>Křeče, křečové stavy</b> . . . . .	<b>87</b>
10.1	Epilepsie . . . . .	87
10.2	Tetanie . . . . .	89
10.3	Tetanus . . . . .	89
10.4	Febrilní křeče . . . . .	90
10.5	Eklampsie . . . . .	90
<b>11</b>	<b>Rány</b> . . . . .	<b>92</b>
11.1	Dělení ran . . . . .	92
11.2	Druhy ran . . . . .	92
11.3	Cizí tělesa v ranách . . . . .	95
11.4	Cizí tělesa v tělních otvorech . . . . .	96
11.5	Poranění zvířaty . . . . .	97
	<b>Literatura</b> . . . . .	<b>98</b>
	<b>Rejstřík</b> . . . . .	<b>99</b>