

Obsah

1	Přivolání pomoci	13
1.1	Důležitá telefonní čísla	13
1.2	Jak postupovat při telefonátu na číslo 155	13
1.3	Tipy, jak nahlásit svou přesnou polohu	14
1.4	Volání přes aplikaci Záchranka	15
1.5	Jaké jsou výhody volání 112	16
2	Jak funguje zdravotnická záchranná služba	17
2.1	Části zdravotnické záchranné služby	17
2.2	Průběh výjezdu	18
3	Technická první pomoc	19
3.1	Dopravní nehoda	19
3.2	Požár	23
3.3	Zajištění střelné zbraně proti výstřelu	25
4	Hromadné neštěstí	27
5	Úvodní přístup k pacientovi s poruchou vědomí bez úrazu	29
	Přílohy	33
I.	Přetočení z polohy na břicho do polohy na zádech pomocí páky	33
II.	Uložení do stabilizované polohy (zotavovací polohy, recovery position)	35
III.	K čemu vede zvednutí dolních končetin u pacienta v bezvědomí	36
IV.	Co je to gasping?	37
V.	Postup KPR u dětí	37
VI.	Umělé dýchání	38
VII.	Co se děje v těle během zástavy oběhu	40
VIII.	Je nutné při KPR provádět i umělé dýchání, nebo stačí nepřímá srdeční masáž?	40
IX.	Klinická smrt – near death experience	41
6	Vdechnutí cizího tělesa	43

7	Prvotní ošetření úrazů	45
7.1	Postup při ošetření pacienta se závažným úrazem	45
7.2	Masivní zevní krvácení	45
7.3	Sejmutí ochranné přilby	52
7.4	Poranění krční páteře	53
7.5	Celkové vyšetření pacienta, který není v bezvědomí	56
7.6	Znehybnění zlomeniny pánve	58
7.7	Zábrana tepelných ztrát	59
7.8	Speciální typy úrazů	59
7.9	Úraz elektrickým proudem	62
8	Ošetření konkrétních poranění v táborových podmínkách	65
8.1	Odřenina	65
8.2	Řezná a tržná rána	67
8.3	Cizí těleso	68
8.4	Vymknutí kloubu	69
8.5	Vykloubení	71
8.6	Zlomeniny končetin	71
8.7	Zlomenina klíční kosti	72
8.8	Amputace	73
8.9	Vyražený dech	74
8.10	Krvácení z nosu	75
8.11	Vyražený zub s kořenem	75
8.12	Přetržení šlachy	76
8.13	Natržení svalu	76
8.14	Náhle vzniklá bolest zad při pohybu	76
8.15	Pomalou vznikající bolest zad	77
8.16	Mazová zátka v zevním zvukovodu	77
8.17	Hmyz, který vlezl do zevního zvukovodu	77
8.18	Tupý úraz oka	78
8.19	Povrchové poranění oka	78
8.20	Volně plovoucí předmět na spojivce oka	78
8.21	Stříknutí žíravé nebo dráždivé látky do oka	78
8.22	Popáleniny a opařeniny	79
8.23	Omrzliny	82
8.24	Podchlazení	82
8.25	Otřes mozku a nitrolební krvácení	83

8.26	Svalová křeč	84
8.27	Spolknutí cizího předmětu	85
8.28	Vypití žíravé látky	85
8.29	Pozření jedovaté látky, včetně rostlin, léků a hub	85
8.30	Poranění břicha	86
8.31	Krev pod nehtem – tzv. borůvka	86
9	Nejčastější infekční nemoci v táborových podmínkách	87
9.1	Původci onemocnění	87
9.2	Zvýšení tělesné teploty	89
9.3	Infekce horních dýchacích cest	89
9.4	Infekce způsobená koronavirem SARS-CoV-2	91
9.5	Zánět spojivek	95
9.6	Infekce močových cest	96
9.7	Zánět ledvin	97
9.8	Infekce trávicího traktu	97
9.9	Infekce pohlavních orgánů	100
9.10	Infekce v ráně	101
9.11	Zánět mozkových blan	101
9.12	Opar rtu	102
9.13	Kožní bradavice	103
9.14	Vši	103
9.15	Nemoci přenášené zvířaty	104
9.16	Závažné, těžko léčitelné virové infekce přenášené krví a pohlavním stykem	109
10	Diferenciální diagnostika	111
10.1	Horečka	111
10.2	Průjem	112
10.3	Zvracení	114
10.4	Bolest břicha	115
10.5	Kolaps	118
11	Astmatik na táboře	121
12	Diabetik na táboře	125
12.1	Kritické stavy u diabetika	127
13	Epileptik na táboře	129
13.1	Febrilní křeče	130

14 Život ohrožující interní stavy	133
14.1 Tromboembolická nemoc	133
14.2 Akutní infarkt myokardu	134
14.3 Cévní mozková příhoda	134
14.4 Alergická reakce	135
14.5 Uštknutí zmijí obecnou	136
15 Léky	139
15.1 Léky snižující horečku a bolest	139
15.2 Léky proti průjmům	141
15.3 Léky na zácpu	143
15.4 Léky proti nevolnosti	144
15.5 Léky na kašel	145
15.6 Léky na rýmu	145
15.7 Léky na bolest v krku	146
15.8 Antimykotika pro lokální léčbu	147
15.9 Léky na alergii a při štípnutí hmyzem	147
15.10 Léky zařazené v jiných kapitolách	149
15.11 Příklad vybavení táborové lékárničky	149
16 Těhotenství a překotný porod	155
16.1 Těhotná na táboře	155
16.2 Porod	157
17 Nebezpečí spojené s koupáním	161
17.1 Právní předpisy, které je nutné v rámci tábora dodržovat	161
17.2 Další pravidla doporučená autory	161
17.3 Patofyziologie tonutí	163
17.4 Pomoc tonoucím	163
17.5 Úraz páteře následkem skoku do vody	168
17.6 Nemoci způsobené koupáním	169
17.7 Divoká voda a další specifické případy	170
18 Základní znalosti o lidském těle	173
18.1 Oběhový systém	173
18.2 Respirační systém	174
18.3 Trávicí systém	175
18.4 Vylučovací systém	176
18.5 Orgány břišní dutiny	177

18.6	Orgány uložené za dutinou břišní	178
18.7	Nervový systém	179
18.8	Oko	179
18.9	Ucho	179
18.10	Kosti a svaly	180
18.11	Imunita a mikroflóra	182
19	Patofyziologie oběhového systému – na co může člověk zemřít	183
19.1	Stresová reakce	183
19.2	Vagový reflex	183
19.3	Akutní stresová porucha	184
19.4	Typy šoku podle příčiny	184
20	Zdravotník zotavovacích akcí a právní kontext	187
20.1	Související právní předpisy	187
20.2	Základní pojmy	188
20.3	Práva a povinnosti zdravotníků zotavovací akce	189
20.4	Základy zdravotnické dokumentace	194
20.5	Kontrola ze strany oprávněných orgánů veřejné správy	195
20.6	Pohlavní zneužití	196
20.7	Podávání léků na lékařský předpis	196
	Přílohy	199
21	Jedenáct věcí, které udělat, než přijede záchranka	213
	Souhrn	217
	Summary	218
	Rejstřík	219