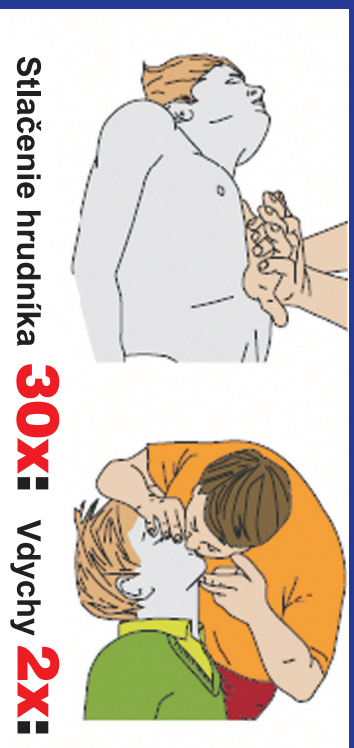


Karta prvej pomoci

- **Zisti, čo sa stalo**
- **Zavolaj pomoc**
- **Dbaj na vlastnú bezpečnosť**



Integrovaný záchranný systém **112**

Polícia **158** ■ Záchranná služba **155** ■ Hasiči **150**

► Karta prvej pomoci – vzor Vyhláška MZ SR č. 148/2009 z 8. apríla 2009, ktorou sa ustanovujú druhy lekárničiek a obsah lekárničiek pre cestnú dopravu, vydané v Z. z., čiastka 53. ◀

1. Krvácanie ▼

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

2. 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 chrčtice a iné vážne poranenia, daj raneného do stabilizovanej polohy.

3. Podozrenie na poranenie chrčtice ▼

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

4. Poranenie hrudníka a brucha ▼

Poranenie zakry sterilnou gázou. Zabodnuté predmety nevyťahuj! Zraneného prikry. Nepodávaj mu ješť a piť!

5. Zlomeniny ▼

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

6. Popáleniny ▼

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