



CENTRUM ČTENÍ

PRVNÍ POMOC JAK POSKYTNOUT POMOC?



SESTAVÍME SPRÁVNĚ TELEFONICKÝ ROZHOVOR NA
TÍŠŇOVOU LINKU.







ROLE:

1.  a  2.  3.  4.  a 

POMŮCKY:



POSTUP PRÁCE:

-  Prohlédněte a pročtěte si letáčky s pokyny k poskytování první pomoci. V jakých informacích se podobají? Které informace se na nich liší?
-  Z rozstříhaných lístečků sestavte telefonický rozhovor na linku 155. Před nalepením si nechte práci zkontrolovat.
-  Telefonický rozhovor nalepte, rozdělte si role a přečtěte ho.
-  Prohlédněte a pročtěte si informace o tom, jak snadno zjistíte, kde jste.
-  a  Zaznamenejte si svou dnešní práci do hodnotící tabulky a pak sdílejte své záznamy a dejte ocenění/doporučení.

Kde přesně jste?

Dobrý den. Já jsem Tonda Vařečka. Tady upadl nějaký starší pán a nehýbe se.

Začněte s masáží srdce. Čekejte na příjezd sanitky.
Děkujeme Vám.

Jsem v ulici Pod Vinicí v Praze 4, před nějakým oranžovým domem.

Dobrý den, dovolali jste se na linku 155.

Nedýchá, ani srdce mu netluče.

Zjistěte, jestli dýchá a jestli mu tluče srdce.

Kde přesně jste?

Dobrý den. Já jsem Tonda Vařečka. Tady upadl nějaký starší pán a nehýbe se.

Začněte s masáží srdce. Čekejte na příjezd sanitky.
Děkujeme Vám.

Jsem v ulici Pod Vinicí v Praze 4, před nějakým oranžovým domem.

Dobrý den, dovolali jste se na linku 155.

Nedýchá, ani srdce mu netluče.

Zjistěte, jestli dýchá a jestli mu tluče srdce.

JE TO VE VAŠICH RUKÁCH...

PŘIVOLEJTE POMOC

1



Po vzniku srdeční zástavy člověk zkolabuje, nereaguje, ale může se občas lapavě nadechnout

STLAČUJTE HRUDNÍK

2



Pokud se postižený nebrání, nepřerušujte srdeční masáž do příjezdu záchranné služby

WWW.RESUSCITACE.CZ

... NIC
NEZKAZÍTE



Česká resuscitační rada
Czech Resuscitation Council

ZACHRAŇTE ŽIVOT

ZACHRAŇTE ŽIVOT

Pokud spatříte náhlý kolaps dospělého
(zhroutí se, nehýbe se a na nic nereaguje)

PŘIVOLEJTE POMOC

- voláním o pomoc
- voláním na linku 155
- použitím aplikace Záchranka



STLAČUJTE HRUDNÍK

- uprostřed hrudníku
- do hloubky 5 - 6 cm
- frekvencí 100 - 120 za minutu



POZOR! Stlačujte hrudník i tehdy, pokud pozorujete

občasné nádechy (lapaní po vzduchu).

Člověk, který se stlačení hrudníku nebrání, Vaši pomoc potřebuje.

www.zzshmp.cz

www.praga.eu

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

NEBUĎTE LHOSTEJNÍ! NAUČTE SE PRVNÍ POMOCI!

ZACHRAŇTE ŽIVOT!

POTŘEBNÍ JSOU JEN DVĚ RUCI A OCHOTA POMOCI DRUHÉMU

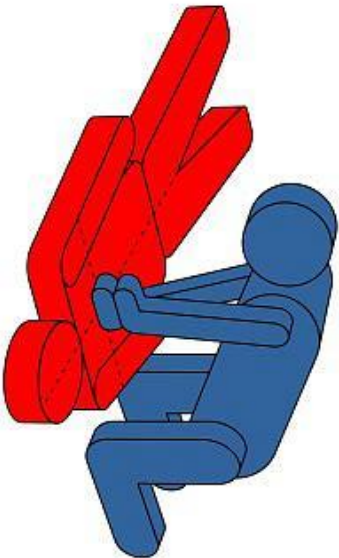
uvidíte-li někoho, kdo zkolaboval nebo leží na zemi,
nehýbe se, na nic nereaguje a dýchá zvláštně nebo vůbec

nechte zavolat záchrannou službu

155

ihned si klekněte vedle něj a

stlačte střed jeho hrudníku oběma rukama přes sebe
100x za minutu (téměř 2x za sekundu) do hloubky 5 cm
nepřetržitě až do příjezdu záchranné služby



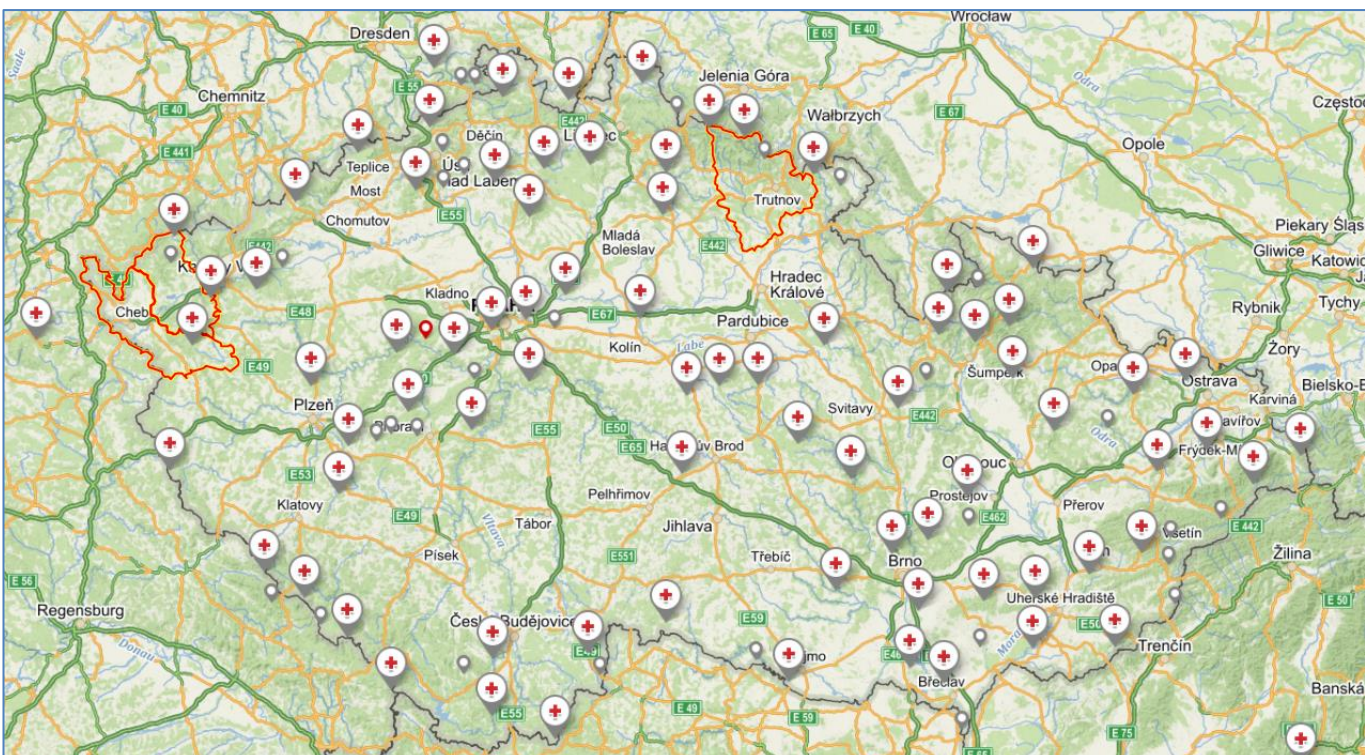
Nepodkládat hlavu! Pokud se nebrání, potřebuje to! Lapaťe nádechů nejšou překážkou!

Dopravní podnik město Pardubice a.s.



www.1pomoc.info

... profesionální zdravotnické kurzy





Bod záchrany je místo v horách, lesích či jiných neobydlených oblastech označené tabulkou s kódem v případě potřeby záchrany turistů, výskytu požáru nebo při jiné mimořádné události.

První body záchrany byly vyznačeny na Šumavě v roce 2008. Od roku 2011 se zavádějí také v Krkonoších. O čtyři roky později byly body záchrany vyznačeny také na Brdech.

Každá tabulka je na místě, kde je signál pro mobilní telefony a má obsahovat:

- kód bodu záchrany
- důležitá telefonní čísla
- název tabulky

Přehled všech bodů záchrany najdeme na webu www.mapy.cz.

Ve městech se můžeme orientovat podle čísel, kterými jsou označeny například pouliční lampy. Tato čísla najdete na lampě ve výšce přibližně 150 cm nad zemí. Číselné označení mají také železniční přejezdy nebo semaforey.



