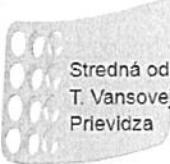


Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 1 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

ÚCEL

Následky úrazov sú v mnohých prípadoch závislé od poskytnutia rýchlej a účinnej pomoci postihnutým. To si vyžaduje, aby si všetci zamestnanci osvojili nielen bezpečnostné predpisy, ale aj zásady, postup a spôsob poskytovania prvej pomoci obsiahnutej v tomto pláne. Zamestnávateľ je povinný určiť postup pre prípad poškodenia zdravia vrátane organizácie prvej pomoci, informovať o ňom zamestnancov a na tento účel zabezpečiť vyškolenie zamestnancov z poskytovania prvej pomoci.

OBLAST PLATNOSTI

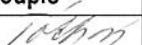
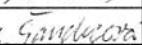
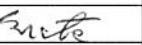
Obsah dokumentu je záväzný pre všetkých zamestnancov Strednej odbornej školy v Prievidza, T. Vansovej 23, 971 01 Prievidza a pre všetky osoby, ktoré sa so súhlasom riaditeľa školy zdržujú v jej priestoroch a objektoch.

POUŽITÉ SKRATKY

NR SR	Národná rada Slovenskej republiky
MZ SR	Ministerstvo zdravotníctva Slovenskej republiky
BOZP	Bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci
PÚ	Pracovný úraz
ZPÚ	Závažný pracovný úraz
OOPP	Osobné ochranné pracovné prostriedky
KPR	Kardiopulmonálna resuscitácia
AED	Automatický externý defibrilátor
ZZS	Záchranná zdravotná služba

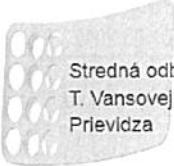
STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA T. Vansovej 32, 971 01 PRIEVIDZA	
Dátum:	RZ/Z.H. LUB: AC / A - 10
Evidenčné číslo:	Číslo spisu: s/85
Prílohy/listy:	Vybavuje: Mgr. Ján Mata

IDENTIFIKAČNÉ ÚDAJE

	Oddelenie / Funkcia	Titul Meno Priezvisko	Dátum	Podpis
Vypracoval:	PZS / verejný zdravotník	Bc. Monika Tóthová	29.3.2017	
Preveril:	PZS / verejný zdravotník	Mgr. Monika Pánisová		
	Hlavný energetik BOZP, CO, PO	p. Miloslav Lugár		
Schválil:	Riaditeľ školy	Mgr. Ján Mata		
Číslo vydania:	Označenie súboru :	Číslo výtlačku :		
04	PZS ZD-033			

ROZDEL'OVNÍK

Číslo výtlačku	Oddelenie / Funkcia	Titul Meno Priezvisko	Dátum	Podpis
01 (originál)	Riaditeľ školy	Mgr. Ján Mata		
02 (kópia)	PZS / verejný zdravotník	Bc. Monika Tóthová	29.3.2017	
03 (kópia)				
04 (kópia)				

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 2 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

1.0 ZÁKLADNÉ POJMY

Kardiopulmonálna resuscitácia (KPR) – je súbor výkonov, zaistujúcich obnovenie dodávky okysličenej krvi do tkanív pri zástave dýchania a krvného obehu.

Traumatologický plán – formuluje zásady starostlivosti o zranených a vymedzuje prípravné opatrenia zabezpečenia starostlivosti o zranených a zodpovednosť vedúcich zamestnancov. Zároveň určuje organizačné zásady pre postupy záchranných akcií, ktorých cieľom je dosiahnuť koordinovanú spoluprácu všetkých zložiek, ktoré sa na starostlivosti o zranených podieľajú.

Prvá pomoc – je súbor jednoduchých a účelných opatrení, ktoré slúžia na bezprostrednú pomoc pri náhlom ohrození života alebo postihnutí zdravia a ktoré môžu byť poskytnuté kdekoľvek a kedykoľvek aj bez špeciálnych pomôcok.

Zdravotnícka prvá pomoc – nadväzuje na základnú prvú pomoc a zahŕňa aplikáciu liekov, použitie diagnostických a liečebných prístrojov (elektrokardiograf, lekársky defibrilátor) a ďalšie postupy, ktoré realizuje lekár.

Úraz – je každé násilné poškodenie tela, ktoré zanecháva následky vo forme otvorených rán, vnútorných zmien, pomliaždenín, vykľbenín, zlomenín, popálenín, poleptania a pod.

Bezvedomie – je strata schopnosti reagovať na vonkajšie podnety následkom poruchy funkcie mozgu.

Zdravotný stav – celkový stav organizmu zamestnanca hodnotený podľa fyziologických reakcií a patologických prejavov postihnutelných diagnostickými metódami.

Stav bezprostredného ohrozenia života – je náhle vzniknutá porucha alebo náhle zhoršenie poruchy zdravia, keď prežitie bez poskytnutia prvej pomoci a resuscitácie nie je pravdepodobné, ale naopak, je veľmi pravdepodobná náhla smrť.

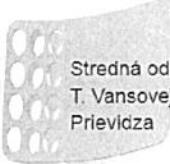
2.0 POUŽITÉ PRÁVNE A OSTATNÉ PREDPISY

Zoznam použitých právnych a ostatných predpisov:

- [1] zákon NR SR č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov;
- [2] zákon NR SR č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov;
- [3] nariadenie vlády SR č. 395/2006 Z. z. o minimálnych požiadavkách na poskytovanie a používanie osobných ochranných pracovných prostriedkov.

3.0 ZÁSADY STAROSTLIVOSTI O ZRANENÝCH

Základným opatrením je poskytovanie prvej pomoci zraneným, čo je súhrn urýchlených zásahov, ktoré je nutné k ochrane zdravia a k záchrane života postihutej osobe poskytnúť.

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 3 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

Prvú pomoc treba poskytnúť:

- a) pri každom poranení jednotlivca;
- b) pri hromadných úrazoch;
- c) pri otravách;
- d) pri každom vážnom zhoršení zdravotného stavu.

Pomoc treba poskytnúť ihneď na mieste úrazu alebo na najbližšom bezpečnom mieste.

Pomoc je povinný poskytnúť najbližší svedok úrazu. Použije k tomu zdravotnícky materiál z lekárničky na pracovisku alebo improvizuje.

Transport postihnutého do nemocnice nasleduje až po poskytnutí prvej pomoci prostriedkami, ktoré určuje traumatologický plán. Transport do nemocnice nesmie byť nahradením potrebných opatrení prvej pomoci. Na transport musí byť postihnutý riadne pripravený, musí byť zvolený správny postup, spôsob transportu a poloha.

Súbežne s poskytovaním prvej pomoci bezprostredný svedok nahlásí úraz predpísaným spôsobom svojmu najbližšiemu nadriadenému.

4.0 ZARIADENIE A PROSTRIEDKY PRVEJ POMOCI

Pre poskytovanie prvej pomoci sú určené:

- miestnosť prvej pomoci (ak je zriadená);
- nosidlo;
- lekárnička s príslušným obsahom, označená bielym krížom v zelenom poli.

Za kompletný stav zariadenia prvej pomoci zodpovedá zamestnanec, ktorému bolo zariadenie zverené.

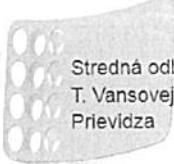
Poskytnutie prvej pomoci a použitie prostriedkov sa nahlásí zodpovednému pracovníkovi a ten zabezpečí doplnenie zdravotníckeho materiálu.

Na transport postihnutého do nemocnice použiť:

- prostriedky záchrannej služby;
- prostriedky pohotovosti a stanice rýchlej lekárskej pomoci;
- služobné motorové vozidlo zodpovedajúce potrebnej polohe prevozu postihnutého;
- súkromné motorové vozidlo ktoréhoľvek zamestnanca zodpovedajúce potrebnej polohe k prevozu postihnutého.

Na privolanie lekárskej pomoci použiť ktorýkoľvek dostupný telefón.

Pri privolávaní lekárskej pomoci volať integrovaný záchranný systém tel. číslo **112** alebo záchrannú zdravotnú službu tel. číslo **155**.

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 4 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza		Platnosť od: 01.03.2017
Traumatologický plán		Číslo vydania: 05

5.0 ŠKOLENIE A VÝCVIK ZAMESTNANCOV

Každý zamestnanec je povinný osvojiť si:

- a) znalosť tohto plánu;
- b) výkon a techniku poskytovania prvej pomoci;
- c) znalosť rozmiestnenia a použitia zariadení a prostriedkov prvej pomoci.

Oboznámenie zamestnancov s traumatologickým plánom je účasťou vstupnej všeobecnej inštruktáže pri nástupe zamestnanca do zamestnania a na pracovisko.

Dokumentáciu o vstupnom školení a doškolení zamestnancov vedie zamestnanec zodpovedný za personalistiku a príslušný priamy nadriadený zamestnanca. Záznam o vstupnom všeobecnom školení zamestnanca sa ukladá do osobných materiálov zamestnanca.

6.0 ČINNOSŤ NA MIESTE PRACOVNÉHO ÚRAZU ALEBO NÁHLEHO OCHORENIA ZAMESTNANCOV

Svedok pracovného úrazu alebo náhleho ochorenia, alebo ten, čo prvý zistí túto udalosť sám alebo za pomocí spolupracovníkov:

- zistí okolnosti zranenia, v prípade potreby „STOP“ tlačidlom vypne strojnotechnologické zariadenie, na ktorom sa stal PÚ;
- vyslobodí postihnutého z miesta nehody tak, aby nebola ohrozená bezpečnosť zraneného ani záchrancu;
- určí druh a vážnosť poranenia, určí spôsob ošetrenia a zabezpečí materiálne prostriedky z lekárničky prvej pomoci;
- zabezpečí okamžité nahlásenie tejto udalosti nadriadenému;
- súbežne zabezpečí privolenie záchrannej zdravotnej služby, ktorá vykoná transport postihnutého na odborné lekárske ošetrenie; ten kto volal, dovedie zdravotníkov na miesto úrazu alebo náhleho ochorenia;
- poskytne prvú pomoc ošetrením poškodených častí tela zastavením krvácania, resp. znehybnením zlomeniny. Postihnutého upokojuje a zabezpečí aby mu nebola zima pre zabránenie poúrazového šoku. Prvú pomoc poskytuje až do príchodu záchrannej zdravotnej služby, ktorá v prípade potreby vykoná transport postihnutého na odborné lekárske ošetrenie.

7.0 POVINNOSTI ZAMESTNANCOV VYPLÝVAJÚCE Z TRAUMATOLOGICKÉHO PLÁNU

7.1 Základné povinnosti zamestnancov

Každý zamestnanec je povinný:

- vedieť poskytnúť prvú pomoc v rozsahu daných možností a prostriedkov pre dosiahnutie týchto vedomostí zúčastňovať sa pravidelných teoretických školení a praktického nácviku činnosti vedených v traumatologickom pláne;
- vedieť, kde sú uložené prostriedky prvej pomoci a vedieť ich používať;
- poznať dôležité telefónne čísla pre privolenie integrovaného záchranného systému alebo záchrannej zdravotnej služby;
- poskytnúť postihnutému prvú pomoc spolu so spolupracovníkmi do príchodu záchrannej zdravotnej pomoci a o pracovnom úrade alebo náhlom ochorení okamžite informovať svojho nadriadeného.

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 5 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

7.2 Zodpovednosť vedúceho zamestnanca

Vedúci zamestnanec zodpovedá za:

- zabezpečenie kontroly organizačnými a technickými prostriedkami;
- vybavenie pracovísk prostriedkami prvej pomoci;
- bezchybný stav a udržiavanie prostriedkov prvej pomoci a doplnovanie pracovísk zdravotníckym materiálom;
- vytvorenie podmienok pre teoretické a praktické osvojenie tohto traumatologického plánu pre všetkých zamestnancov;
- vedenie evidencie o vydávaní zdravotníckeho materiálu;
- výkon periodického zaškolenia praktického nácviku činností traumatologického plánu a overenie znalostí u zamestnancov v súlade s predpisom;
- vedenie evidencie o vykonanom periodickom školení a overení vedomostí.

7.3 Záverečné ustanovenia

S traumatologickým plánom oboznámi každý vedúci zamestnanec podriadených zamestnancov v okruhu svojej riadiacej pôsobnosti.

Každý vedúci zamestnanec zabezpečí, aby traumatologický plán bol k dispozícii na každom pracovisku všetkým podriadeným zamestnancom na dostupnom mieste.

Kontrola dodržiavania opatrení stanovených traumatologickým plánom prináleží vedúcim zamestnancom, zástupcom zamestnancov, prípadne členom výboru odborového zväzu.

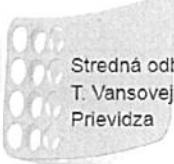
8.0 POSTUP PRE PRÍPAD POŠKODENIA ZDRAVIA

8.1 Pri úrade každý zamestnanec, ktorý sa stal svedkom úrazu je povinný

- a) poskytnúť základnú zdravotnú a technickú pomoc zranenému (potrebný zdravotnícky materiál je uložený v lekárničke alebo v miestnosti prvej pomoci);
- b) pri úrade spôsobenom elektrickým prúdom nízkeho napätia prerušíť prívod elektrického prúdu vypnutím elektrického zdroja (hlavný vypínač, stroj, prístroj a pod.);
- c) dopraviť zraneného ak je to možné k záchrannej zdravotnej službe alebo v zmysle traumatologického plánu vyrozumieť nadriadeného, vrátnicu alebo osobne zavolať záchrannú zdravotnú službu za účelom prevozu zraneného do zdravotníckeho zariadenia;
- d) ohlásiť pracovný úraz nadriadenému.

8.2 Pri telefonickom hlásení úrazu, poranenia alebo vážnom zhoršení zdravotného stavu uviesť

- svoje meno, priezvisko, presné miesto, kde požaduje pomoc a o akú pomoc žiada;
- čo sa stalo (opíše čo vidí), počet ranených, druh poranení, druh poskytnutej prvej pomoci (potreba inštrukcie pri prvej pomoci);
- spätný kontakt;
- kde bude sprievodca – usmerňovateľ – pracovník čakať na pomoc;
- potrebné hovoriť zreteľne.

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 6 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

Pri úrade ihneď telefonicky nahláste:

- integrovaný záchranný systém tel. číslo **112** alebo záchrannú zdravotnú službu tel. číslo **155**;
- svojmu najbližšiemu nadriadenému zamestnancovi;
- konateľovi.

Každý zamestnanec je povinný podľa svojich možností a schopnosti poskytnúť osobe postihnutej náhlou poruchou zdravia (v prípade úrazu, otravy, či náhlej nevoľnosti) prvú pomoc. Drobné poranenia nevyžadujúce si lekárske ošetrenie postihnutý okamžite nahlási nadriadenému, ktorý v prípade potreby zabezpečí ošetrenie postihnutého prostriedkami z lekárničky a v každom prípade vykoná zápis do **Knihy úrazov**. Keď si stav postihnutého vyžaduje lekárske ošetrenie – odbornú prvú pomoc, vykoná všetky opatrenia na zaistenie lekára k ranenému alebo dopravu do zdravotného zariadenia.

V prípade závažného alebo smrtelného úrazu sa miesto udalosti ponecháva v pôvodnom stave (ak neohrozuje priamo životy a zdravie) a táto udalosť sa nahlasuje na Políciu a na príslušný Inšpektorát práce.

9.0 AKO POSTUPOVAŤ NA MIESTE NEHODY?

9.1 Zaistit' bezpečnosť zúčastnených osôb a záchranárov

Predísť vzniku ďalších zranení a zhoršeniu vzniknutých zranení (technická pomoc spočíva v bezpečnom odstránení alebo prerušení pôsobenia príčin, ktoré nehodu vyvolali – vypnúť prívod el. energie, zastaviť stroj a pod.) Pri poskytovaní prvej pomoci použiť gumené rukavice alebo improvizujeme, pri umelom dýchaní použiť resuscitačnú rúšku.

9.2 Prvotné vyšetrenie – posúdenie základných životných funkcií

- zistenie stavu vedomia - oslovenie postihnutého, jemné zatrasenie s ním, reakcia na bolesť, odpovedá ?;
- zistenie dýchania – pohľadom (dvíha sa hrudník), pohmatom (položí ruku na hrudník, či sa dvíha), sluchom (záchranca priloží ucho k nosu a ústam postihnutého, počuje dychové šelesty a citom (cíti prúd vzduchu);
- zistenie srdcovnej činnosti nie vyhmatávaním pulzu, ale nepriamo prítomnosťou dýchania (ak dýcha, srdcová činnosť je prítomná) a prítomnosťou veľkého vonkajšieho krvácania (okamžite zastaviť).

Správne určiť typ a rozsah poranenia – rýchle zhodnotenie situácie.

9.3 Druhotné vyšetrenie postihnutého:

Postihnutého skontrolujeme od hlavy po päty, s postihnutým hýbeme čo najmenej.

Zistujeme, či nemá:

- krvácanie – stav ohrozujúci život;
- popáleniny;
- zlomeniny;
- opuchy;
- deformácie;

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 7 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

- varovné známky – kartička alebo náramok diabetika, alergika a pod.
- a) **pohľadom:** dýchacie pohyby, správanie postihnutého, výraz tváre, farba kože, nadmerné potenie, poloha a neprirozený tvar tela alebo jeho častí, aktívna hybnosť končatín, krvácanie, zvracanie, vidíme mechanizmus úrazu, sme svedkami nehody;
- b) **sluchom:** dýchacie šelesty, spontánne prejavy postihnutého (vzdychanie, chrčanie, krik), odozvy na oslovenia a manipuláciu, realizujeme slovnú kontrolu stavu vedomia;
- c) **hmatom:** vyšetrenie základných životných funkcií (dýchacie pohyby), zlomeniny kostí (neprirozená poloha a pohyblivosť častí končatín), teplota kože, citlivosť (v gumenných rukaviciach);
- d) **ostatné zmysly:** abnormálny zápach z dychu postihnutého (alkohol, acetón), iný zápach na mieste nehody (plyn, benzín, chemikálie, spálenina...).

9.4 Poskytnutie prvej pomoci, privolenie odbornej pomoci – tel. č. 112 alebo 155

- a) pri akútnom ohrození života vyzve záchranca alebo svedok úrazu prostredníctvom obsluhy vnútorného rozhlasu (informácie, recepcia a pod.) zákazníkov, či sa v areáli prevádzky nenachádza lekár, výzva zároveň slúži ako informácia vedeniu prevádzky a školeným osobám v prvej pomoci k zahájeniu bezodkladných úkonov;
- b) v prípade ohrozenia života poskytuje (realizuje) neodkladnú **resuscitáciu**.

10.0 PRVÁ POMOC PRI KRVÁCANÍ

10.1 Prvá pomoc pri vonkajšom krvácaní

- a) vytvoriť tlakový obväz (napr. jeden nerozvinutý obväz uložiť v rane a druhým veľmi silne obtočiť tak, aby krvácanie prestalo, chrániť si ruky napr. gumennými rukavicami);
- b) dodržanie sterility a čistoty nie je dôležité;
- c) uložiť postihnutého do ležiacej polohy;
- d) dvihnúť postihnutú časť tela nad úroveň srdca;
- e) keď obväz presakuje krvou, nesnímať ho, ale druhým obväzom silnejšie obviazať;
- f) okamžite po ošetrení začať s protišokovými opatreniami – protišoková poloha (viď šok).

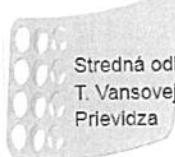
Ak nemáte k dispozícii obväzy, môžete improvizovať, ale aj tlak rukou v rane (ruku chráname napr. gumovými rukavicami) je dostatočná a účinná prvá pomoc:

- tlakové body sú len doplnková metóda, dostatočný tlakový obväz zastaví akékoľvek krvácanie;
- škrtidlo sa nepouživa.

10.2 Prvá pomoc pri vnútornom krvácaní

Príčiny: podozrenie na vnútorné krvácanie treba vyslovíť pri strelných ranách, pri bodných poraneniach spôsobených dlhými predmetmi a vtedy, ak postihnutý utrpel úraz náhlym mechanizmom (pád, prudký úder, náraz) a súčasne je veľmi bledý, spotený.

Vnútorné krvácanie do dutých orgánov môže byť spôsobené aj internými chorobami: nádor (žalúdok, črevo), vredová choroba (žalúdok), varixy (z pažeráka pri cirhóze pečene, z konečníka). U žien v staršom veku je najčastejšou príčinou vnútorného krvácania mimomaternicové tehotenstvo (aj keď tehotenstvo popierajú).

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 8 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

Už jedna tabletka (Acylpyrin, Superpyrin, Anopyrin), alebo nesteroidných antireumatik (Ibuprofen, Brufen, Veral, Voltaren a pod.) môže spôsobiť krvácanie zo sliznice žalúdka.

Pri vnútornom krvácaní a podozrení na vnútorné krvácanie postupovať ako pri šoku s dôrazom na rýchly transport do zdravotníckeho zariadenia.

10.3 Prvá pomoc pri krvácaní z nosa

Následkom úderu, silného smrkania, kýchnutia ale aj pri vysokom tlaku krvi. Krvácajú najčastejšie kapiláry tesne nad vchodom do nosa:

- postihnutého posadiť s predklonenou hlavou, uvoľniť odev okolo krku a pása, nechať dýchať ústami;
- stisnúť mäkkú časť nosa na 10 minút (tesne pod chrupavčitou časťou); držať nos stisnutý, nerozprávať, nesmrkať, nekašlať, krv nechať vytekať z úst, nedvíhať hlavu;
- priložiť studené obklady na šiju a záhlavie;
- po 10 minútach nos uvoľniť a ak krvácanie pokračuje, stisnúť mäkkú časť nosa, zabezpečiť transport do nemocnice, prípadne volať tel. č. 155 alebo 112;
- po zastavení krvácania sa vyhýbať 2 hodiny námahe, smrkaniu a horúcim nápojom.

10.4 Prvá pomoc pri krvácaní z ucha

Ak ide o krvácanie spôsobené poranením ucha, tak mu predchádza úder na ucho, výbuch, alebo vniknutie cudzieho telesa. Ak je krvácanie z ucha následkom poranenia mozgu, predchádza mu úraz hlavy a môže byť spojený aj s bezvedomím.

Pri úrazoch pri vedomí:

- uložiť do polosediacej polohy s poraneným uchom uloženým nižšie (hlava naklonená na postihnutú stranu);
- ухо prikryť sterilným štvorcovcom, obväzom, čistou tkaninou, pripojiť obväzom, náplastou;
- cudzie teleso nevyťahovať, nehýbať s ním;
- zariadiť prevoz do nemocnice alebo volať tel. č. 155 alebo 112.

Pri bezvedomí uložiť postihnutého na stranu s krvácajúcim uchom smerom nadol.

11.0 PRVÁ POMOC PRI MDLOBE (KRÁTKODOBÉ BEZVEDOMIE)

Mdlobu môže zapríčiniť emocionálny šok, únava, hlad, horúce a vlhké prostredie alebo rôzne ochorenia. Je to chvíľková strata vedomia spôsobená dočasným znížením prítoku krvi do mozgu.

Pri omdletí sa v prvom rade staráme o pohodlie postihnutého – položíme ho na chrbát s vyvýšenými nohami (podložíme ich dekom, stoličkou a pod.), aby srdce a mozog boli dostatočne zásobené krvou alebo autotransfúznou polohou - ako predchádzajúca, doplnená zdvihnutím dolných končatín priamo k telu. Prezrieme ho, či nemá ďalšie zranenia. Krk a tvár pretrieť studenou vodou, uvoľníme tesný odev na krku, hrudníku, v páse a zabezpečíme mu dostatok vzduchu.

Ak nedýcha, privoláme lekársku pomoc a začneme s oživovaním.

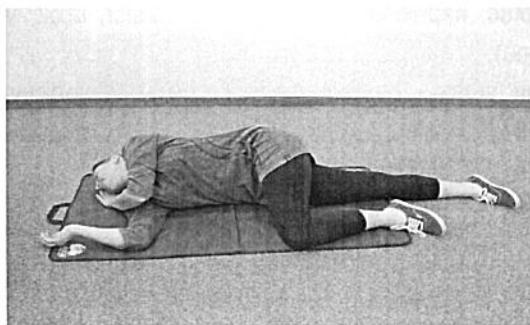
Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 9 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

12.0 PRVÁ POMOC PRI BEZVEDOMÍ

- a) pokus o nadviazanie kontaktu (hlasový kontakt, jemne zatriať ramenami, reakcia na bolest');
- b) šetrné otáčanie na chrbát s ohľadom na možné poranenie (najmä krčnej chrbtice);
- c) vyčistenie ústnej dutiny, odstránenie zubnej protézy či iného cudzorodého obsahu;
- d) uvoľnenie dýchacích ciest záklonom hlavy a predsunutím sánky;
- e) vyšetrenie základných životných funkcií: dýchanie, pri zachovaní dýchania uloženie do stabilizovanej polohy;
- f) pokiaľ nie je stabilizovaná poloha vhodná (poranenie chrbtice, ramena, ľažké pomliaždenie hrudníka a brucha, mnohopočetné zlomeniny dlhých kostí horných a dolných končatín), zvolíme polohu na chrbte a prevedieme záklon hlavy;
- g) neustále kontrolujeme stav poraneného;
- h) volať tel. č. 155 alebo 112.

12.1 Stabilizovaná poloha

Hornú končatinu, ktorá je bližšie k záchrancovi ohneme v lakti, druhú preložíme cez hrudník, vzdialenejšiu dolnú končatinu ohneme v kolene do pravého uhla a obráťime ho na bok smerom k sebe, upravíme záklon hlavy tlakom na bradu a čelo, tvár zostane na chrbte podloženej ruky (obr. 1). Stabilizovaná poloha zaistuje trvale voľné dýchacie cesty záklonom hlavy, bráni vdýchnutiu krvi, zvratkov, slín, pri polohe hlavy na stranu môžu sekréty voľne vytiekať z dutiny ústnej a poloha končatín postihnutého zaistuje stabilitu tela bezvedomého, udržuje jeho telo v bezpečnej a pohodlnnej polohe. Pokiaľ nie je stabilizovaná poloha vhodná (poranenie chrbtice, ramena, ľažké pomliaždenie hrudníka a brucha, mnohopočetné zlomeniny dlhých kostí horných a dolných končatín), zvolíme polohu na chrbte a prevedieme záklon hlavy.



Obr. 1 Stabilizovaná poloha

13.0 PRVÁ POMOC PRI POPÁLENINÁCH

- a) zabrániť ďalšiemu pôsobeniu tepla - odstrániť postihnutého z dosahu horúceho predmetu, uhasenie odevu, odstránenie šperkov, hodín a pod.;
- b) opatrne zobliekame zhorený odev tak, aby sme sa čo najmenej dotýkali popálenej kože (ak nie je prilepený na koži);
- c) dostatočne dlhé ochladzovanie tečúcou studenou vodou (8-15°C) alebo obkladmi (15-20 min.);
- d) sterilné krytie rany - okrem popálenín I. stupňa tváre a krku;
- e) pľuzgiere neprepichovať, priškvary nestrhávať;
- f) zasiahnutie očí, úst - vyplachovať studenou vodou;

Stredná odborná škola Prievízda	PZS ZD-033	Strana 10 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievízda	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

- g) protišokové opatrenia, znehybníť ošetrené časti tela (ticho, teplo, transport v protišokovej polohe, tekutiny nepodávame, tíšenie bolestí - šetrná manipulácia s raneným);
- h) volať tel. č. 155 alebo 112.

14.0 PRVÁ POMOC PRI CHEMICKÝCH LÁTKACH

Pri poskytovaní prvej pomoci sa vychádza aj z odporučení uvedených v kartách bezpečnostných údajov.

14.1 Prvá pomoc pri nadýchaní chemickej látky

- rýchlo a s ohľadom na vlastnú bezpečnosť dopraviť postihnutého na čerstvý vzduch;
- podľa situácie je možné vykonať výplach ústnej dutiny;
- prezliecť postihnutého v prípade, že bol kontaminovaný aj odev;
- zabezpečiť postihnutého proti prechladnutiu.

14.2 Prvá pomoc pri kontaminácii kože a odevu

- ihneď vyzliecť odev a zasiahnuté miesta oplachovať prúdom tečúcej vlažnej vody po dobu 10-30 minút;
- pred oplachovaním alebo počas oplachovania vodou odstrániť prstene, hodinky, náramky, ak sú v zasiahnutom mieste.

14.3 Prvá pomoc pri požití chemickej látky

- nevyvolávať zvracanie - i samotné vyvolávanie zvracania môže spôsobiť komplikácie (vdýchnutie látky do dýchacích ciest a pľúc, napríklad u saponátov a ďalších látok, vytvárajúcich penu alebo mechanické poškodenie sliznice hltanu);
- vyplachovať ústa čistou vodou, u osoby bez príznakov telefonicky kontaktovať tel. č. 155 alebo 112 k rozhodnutiu o nutnosti lekárskeho ošetrenia, podať údaje o látkach alebo zložení prípravku z originálneho obalu alebo z karty bezpečnostných údajov látky alebo prípravku;
- zaistiť lekárské ošetrenie.

14.4 Prvá pomoc pri zasiahnutí očí

- ihneď vyplachovať oči prúdom tečúcej vody, očným výplachom alebo očnou sprchou, roztvoriť očné viečka (ak je potrebné aj násilím), pokial má postihnutý kontaktné šošovky, neodkladne ich vybrať (nie násilím);
- výplach vykonávať najmenej 10 minút;
- zaistiť lekárské ošetrenie;
- v prípade ak prípravok zostane na koži viečok a nie je ho možné odstrániť vodou, nepoužívať k odstráneniu násilie a ponechať na odborné ošetrenie.

15.0 PRVÁ POMOC PRI ÚRAZE ELEKTRICKÝM PRÚDOM

- a) vyslobodiť postihnutého z dosahu elektrického prúdu tak, aby sme neohrozili seba;
- b) vypnúť elektrický prúd nízkeho napätia (vytiahnuť elektrickú šnúru zo zásuvky, vypnúť poistky alebo pomocou suchého napr. dreveného predmetu odsunúť dotyčného od zdroja elektrického prúdu);

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 11 z 23
Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	
	Platnosť od: 01.03.2017	
	Číslo vydania: 05	

- c) pokiaľ je zranený v bezvedomí a dýcha uložiť ho do stabilizovanej polohy;
- d) ak nedýchá začať resuscitáciu - nepriamu masáž srdca a umelé dýchanie z pľúc do pľúc (len cez resuscitačnú rúšku) v pomere 30 : 2. Ak nemáme rúšku robiť len nepriamu masáž srdca v intervale 100 – 120 krát/min.;
- e) po obnove dýchania uložiť zraneného do stabilizovanej polohy na boku;
- f) pri úrave elektrický prúdom vysokého napäťa, len volať tel. č. 155 alebo 112.

16.0 PRVÁ POMOC PRI ZÁSTAVE DÝCHANIA A KRVNÉHO OBEHU

16.1 Kardiopulmonálna resuscitácia – KPR

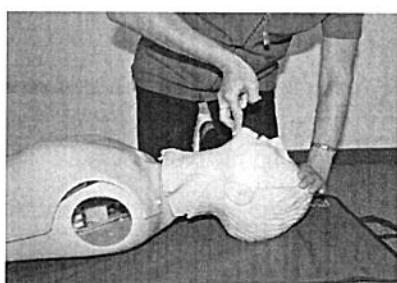
KPR je súbor výkonov, zaistujúcich obnovenie dodávky okysličenej krvi do tkanív pri zástave dýchania a krvného obehu. Resuscitáciu je dôležité začať čo najskôr a neprerušovať ju až do obnovenia základných životných funkcií. Po zástave srdca a krvného obehu sa mozgové bunky trvale poškodia asi za 3 až 5 minút.

Najskôr zistiť stav vedomia a dýchania. Prítomnosť krvného obehu už nezistňovať pulzom, ale nepriamo, neprítomnosťou dýchania. Skontrolovať prítomnosť veľkého vonkajšieho krvácania. Ak je prítomné, rýchlo zastaviť a zahájiť KPR.

KPR robíme pokým nepríde záchranná zdravotná služba, pokým sa nerozdýcha alebo do nášho vyčerpania.

16.2 Uvoľnenie priechodnosti dýchacích ciest

Vyčistiť ústnu dutinu a uvoľniť dýchacie cesty záklonom hlavy a predsunúť sánku (obr. 2), ak sa postihnutý nerozdýcha, nachystať si resuscitačnú rúšku do úst postihnutému.

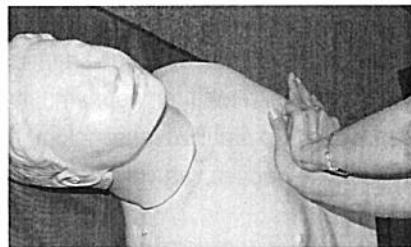


Obr. 2 Uvoľnenie priechodnosti dýchacích ciest

16.3 Nepriama masáž srdca

V polohe na chrbte položiť hrancu dlane jednej ruky na stred hrudníka - spojnica prsných bradaviek, dolná časť hrudnej kosti, druhú ruku položiť na ňu, prepliesť prsty, vyrovnať horné končatiny v laktóch (obr.3), stláčať hrudník do hĺbky 5 cm – 6 cm (cca 1/3 hrudníka), v intervale 100 – 120 krát /min. v počte 30 stlačení, potom vykonať 2 vdychy ak máme resuscitačnú rúšku, ak nemáme rúšku robiť len nepriamu masáž srdca bez prestávky v intervale 100 – 120 krát /min.

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 12 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05



Obr. 3 Nepriama masáž srdca

16.4 Dýchanie z pľúc do pľúc

Robiť len ak máme originál resuscitačnú rúšku (neimprovizujeme). V polohe na chrbe nasadiť resuscitačnú rúšku, zakloniť hlavu, stlačiť nos a urobiť 2 vdychy a opakovať 30 stlačení hrudníka, 2 vdychy, pomer 30 : 2, volať tel. č. 155 alebo 112.

U detí začíname 5 vdychmi a pokračovať ako u dospelých – 30 stlačení a 2 vdychy.

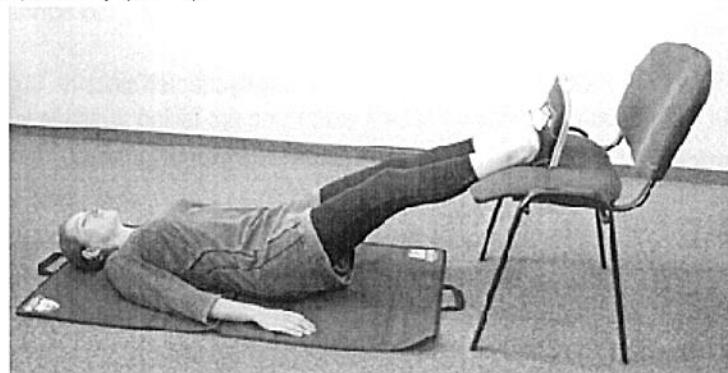
16.5 Použitie AED - automatický externý defibrilátor

Ak sa nachádza v blízkosti

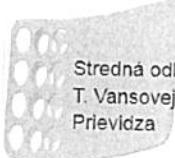
Po zistení bezvedomia a zástavy dýchania postupovať podľa hlasových pokynov prístroja, nalepiť elektródy, defibrilátor vykoná analýzu rytmu a dá pokyn k ďalšej činnosti (napr. k výboju stlačením tlačidla). Počas výboja sa postihnutého nedotýkať.

17.0 PRVÁ POMOC PRI ŠOKU

- a) protišoková poloha – na chrbe so zníženou hornou polovicou tela – dolné končatiny podložiť aspoň o 30 – 40 cm od podložky (obr. 4).



Obr. 4 Protišoková poloha

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 13 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

- b) ostatné protišokové opatrenia:
 - ticho – psychické a fyzické upokojenie;
 - teplo – prikryť izotermickou fóliou z lekárničky alebo oblečením;
 - transport – ak je nutný, urobiť v protišokovej polohe;
 - **tekutiny nepodávať** (len navlhčiť pery a tvár napr. vlhkou vreckovkou);
 - tíšenie bolesti - šetrne manipulovať s raneným, v prípade potreby urobiť znehybnenie.
- c) volať tel. č. 155 alebo 112.

18.0 PRVÁ POMOC PRI ZLOMENINÁCH

- a) základným pravidlom je dokonalá fixácia (znehybnenie zlomenej kosti) prostredníctvom znehybnenia kĺbu nad a pod zlomeninou (dlahy, trojrohá šatka alebo si zranený hornú končatinu sám podopiera);
- b) dodržiavať sterilitu pri otvorených zlomeninách, ak je poranená koža, rana krváca alebo trčí kost, sterilne prikryť, obviazať a znehybniť;
- c) **zlomenina sa nesmie napravovať!**

18.1 Zlomeniny lebečných kostí, spodiny kosti lebečnej, čel'uste, tvárových a nosných kostí

Najprv zaistiť voľné dýchanie, hornú alebo dolnú čel'usť znehybniť obväzom.

18.2 Zlomeniny ramenného pletenca a kostí hornej končatiny

Pri zavretej zlomenine ošetriť veľkým spevňujúcim šatkovým závesom, pri otvorených zlomeninách je nutná dlaha. Končatinu znehybniť pripažením, opatrým ohnutím v lakti v uhle 90 stupňov pred telom.

18.3 Zlomeniny dolnej končatiny

Zabezpečiť dve dlahy a to na vonkajšiu a na vnútornú stranu končatiny na celej jej dĺžke. Dlahy prikladať cez odev, mäkko podložiť a upevníť v páse, nad a pod kolennom a nad členkom. Ak nie sú dlahy alebo iný náhradný materiál (napríklad násada od lopaty, vetva obalená textíliou), vložiť medzi kolená a členky oboch dolných končatín mäkkú textíliu a poranenú končatinu priviazať širšími pruhmi látky k zdravej končatine. Dlahy je nutné dobre upevniť, aby zlomenina bola skutočne znehybnená. Pripevnenie dlahy nesmie byť cez miesto zlomeniny, ale nad a pod ňou. Končatinu položiť do mierne vyvýšenej polohy.

18.4 Zlomeniny panvového kruhu

Šetrne panvu stiahnuť do prikrývky alebo prestieradla, ktoré je priložené od kolien nad pás postihnutého, uložiť na pevnú podložku s mierne pokrčenými a vypodloženými dolnými končatinami, kolená sa mierne od seba oddialia.

18.5 Zlomenina chrbtice

Pri bolestiach v chrbte so zraneným **zásadne nehýbať**, pokiaľ nehrozí bezprostredné nebezpečenstvo života (zrútenie stropu, požiar atď.), nevyslobodzovať.

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 14 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

Krčnú chrbticu znehybníť uložením vhodných predmetov (zložené prikrývky, zvinutých novín obalených trojcípou šatkou upravených do goliera atď.) po oboch stranách hlavy.

V prípade, že hrozí bezprostredné nebezpečenstvo života poranenému s bolestou chrbta alebo bedier, prenáša ho opatrne niekoľko záchranárov na tvrdej podložke.

19.0 PRVÁ POMOC PRI MOZGOLEBEČNOM KRVÁCANÍ

19.1 Postihnutý je v bezvedomí

- vyšetriť pohľadom a hmatom na posúdenie prípadného poranenia chrbta;
- starostlivosť o priechodné dýchacie cesty;
- kontrolovať dýchanie;
- uložiť do polohy na chrbte (poranenie chrbtice);
- ošetriť prípadné otvorené poranenia lebky;
- zavolať tel. č. 155 alebo 112.

19.2 Postihnutý je pri vedomí

- uložiť do vodorovnej polohy na chrbte s mierne podloženou hlavou;
- upokojiť poraneného, komunikovať s ním;
- ošetriť prípadné pridružené poranenia hlavy;
- nepodávať jedlo, pitie, žiadne lieky ústami;
- dbať na tepelný komfort;
- nepodceňiť stav a zavolať tel. č. 155 alebo 112.

20.0 PRVÁ POMOC PRI PORANENÍ HRUDNÍKA

- a) uložiť postihnutého do polohy v polosedze;
- b) pri otvorenom poranení hrudníka, ktoré môže viesť až k akútному uduseniu - okamžité uzavretie otvoru v hrudníku dlaňou (v gumených rukaviciach), ošetriť ranu sterilným krytím, nepriehušnou vrstvou (igelitová plachta), fixačnou vrstvou (oblepenie z troch strán, spodnú nechať voľnú);
- c) pri krytom poranení hrudníka (zlomeniny rebier, kryté poranenie hrudníka) – obmedziť pohyb hrudníka;
- d) zabezpečiť protišokové opatrenia, ak je nutná nepriama masáž srdca a umelé dýchanie;
- e) zavolať tel. č. 155 alebo 112.

21.0 PRVÁ POMOC PRI PORANENÍ BRUCHA

- a) uložiť postihnutého do polohy na chrbte, dolné končatiny ohnúť pod kolenami;
- b) pri otvorenom poranení – ranu sterilne prekryť, nedotýkať sa vysunutých orgánov a nezatláčať ich späť, ale mäkkou a sterilne ich prekryť, neobväzovať obvínadlom okolo trupu;
- c) cudzie teleso z rany neodstraňovať, zafixovať a sterilne prekryť;
- d) zakázať jest', pit', fajčiť, nepodávať lieky ústami;
- e) zabezpečiť protišokové opatrenia, ak je nutná nepriama masáž srdca, umelé dýchanie;

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 15 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

f) zavolať tel. č. 155 alebo 112.

22.0 PRVÁ POMOC PRI DUSENÍ

Ak uviazol cudzí predmet v dýchacích cestách, pristúpiť k postihnutému odzadu a v stoji v predklone mu dať 5 úderov medzi lopatky, potom oboma rukami prudko stisnúť v nadbrušku 5 x po sebe (smerom dovnútra a nahor - Heimlichov manéver). Opakovať pokým postihnutývládze stáť (obr. 5).

Pri zástave dýchania začať masáž srdca a umelé dýchanie. Ak sa dvíha polovica hrudníka, pokračovať aj s vdychovaním, ak sa nedvíha polovica hrudníka, robiť len masáž srdca v intervale 100 –120 krát /min.



Obr. 5 Prvá pomoc pri dusení

23.0 PREJAVY ŽIVOTA

- zistiť vedomie (osloviť, jemne zatriať, urobiť bolestivý podnet);
- zistiť prítomnosť dýchania (priložiť ucho k nosu a ústam postihnutého (počuť a cítiť), priložiť jednu ruku na hrudník (cítiť pohyby hrudníka), zistiť farbu postihnutého (či nemodrie sliznica a okrajové časti tela));

24.0 PRÍZNAKY SMRTI

Ak prestane pracovať srdce a zastaví sa aj dýchanie, nastáva smrť. Telu chýba kyslík, čo sa prejaví odumretím mozgových buniek. Preto sa pri ožívovaní zameriavame na obnovenie činnosti srdca a pľúc.

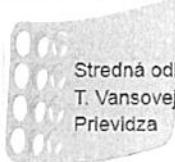
Smrť má dve obdobia - klinická a biologická. V klinickej smrti, ktorá trvá 5 až 7 minút, človek už nedýcha a nebije mu srdce, ale tkanivá ešte nepodliehajú rozkladu. V tomto období je možné telo priviesť k životu, pokiaľ nedošlo k ľažkému poškodeniu mozgu, srdca a pľúc. Po 8 až 10 minútach nastáva biologická smrť, kedy už nie je možnosť záchrany.

Pri určení, či je ranený živý, či mŕtvy, vychádzame z tzv. neistých a istých známok smrti.

Neisté známky smrti - ranený nedýcha, nebije mu srdce, nereaguje na bolestivý podnet.

Stredná odborná škola Prievídzia	PZS ZD-033	Strana 16 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievídzia		Platnosť od: 01.03.2017
Traumatologický plán		Číslo vydania: 05

Isté známky smrti - skalenie rohovky oka a ich vysychanie, pri stisnutí oka zo strán prstami, sa zúžia zrenice a pripomínajú vzhľadom mačacie oko, telo začína tuhnúť od hlavy za 2 až 4 hodiny po smrti, telo chladne, objavujú sa posmrtné škvurny modravé farby, ktoré vznikajú presunom krvi do nižšie uložených častí tela. **Smrť môže konštatovať len lekár.**

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 17 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	
		Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

25.0 DOPORUČOVANÝ OBSAH LEKÁRNIČKY

Počet zamestnancov na pracovisku		
Názov	do 15 osôb	nad 15 osôb
Liečivá		
Očný výplach	1	1
Dezinfekčný roztok	1	1
Obväzový materiál		
Gáza hydrofilná skladaná, sterilná	3	5
Obväz hydrofilný, sterilný	3	3
Obväz hotový, sterilný	2	2
Obväz pružne elastický	3	3
Šatka trojrohá z netkaného textilu, 90 x 90 x 127 cm	1	3
Náplasť hladká	1	1
Náplasť s vankúšikom	10	10
Vata obväzová skladaná 50 g	1	1
Zdravotnícke pomôcky		
Resuscitačné rúško s ventilom	1	2
Rukavice gumové jednorazové	1	3
Nožnice nehrdzavejúce	1	1
Zatváracie špendlíky, 40 mm	8	8
Teplomer lekársky v puzdre	1	1
Pinzeta anatomická 9 cm, nerezová	1	1

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 18 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

26.0 PRÍLOHY

Príloha 01 Postup pri poskytovaní prvej pomoci

Stredná odborná škola Prievízda	PZS ZD-033	Strana 19 z 23
Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievízda	Traumatologický plán	
		Platnosť od: 01.03.2017 Číslo vydania: 05

Príloha 01

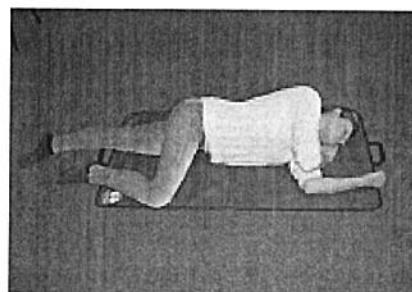
POSTUP PRI POSKYTOVANÍ PRVEJ POMOCI

Zistiť čo sa stalo, zaistiť bezpečnosť, zavolať pomoc – tel. č. 112 alebo 155

Posúdiť základné životné funkcie:

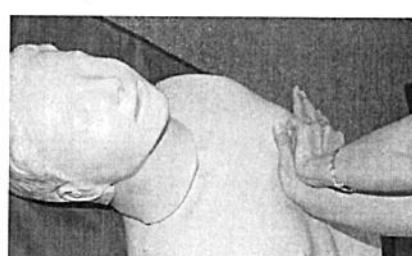
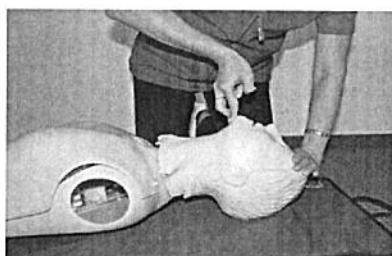
- vedomie – osloviť, jemne zatriať, bolestivý podnet;
- dýchanie – vidieť, cítiť, počuť;
- krvný obeh – nevyhmatávať pulz, zistiť prítomnosť veľkého vonkajšieho krvácania.

Pri vonkajšom krvácaní – vytvoriť tlakový obväz, ruky chrániť napr. gumennými rukavicami, uložiť postihnutého do ležiacej polohy, dvihnúť postihnutú časť tela nad úroveň srdca.

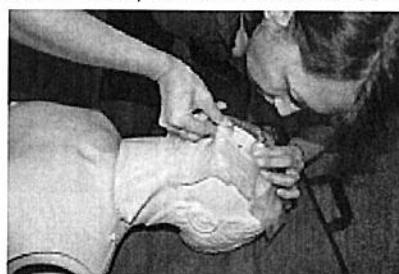


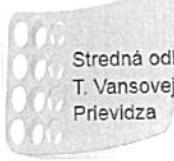
Pri bezvedomí a dýcha – uložiť do stabilizovanej polohy na bok (kontrolovať dýchanie).

Ak nedýcha – vyčistiť ústnu dutinu a uvoľniť dýchacie cesty záklonom hlavy.



Začať srdcovú masáž – v polohe na chrbte položiť hrancu dlane jednej ruky na stred hrudníka – spojnica prsných bradaviek, druhú ruku položiť na ňu, prepliesť prsty, vyrovnať horné končatiny v laktóch, stláčať hrudník do hĺbky 5 – 6 cm (cca 1/3 hrudníka), v intervale 100 - 120 krát/min. v počte 30 stlačení, potom dáme 2 vdychy ak máme resuscitačnú rúšku; ak nemáme rúšku robíme len masáž hrudníka bez prestávky.

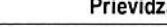


Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 20 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza		Platnosť od: 01.03.2017
Traumatologický plán		Číslo vydania: 05

Dýchanie z pľúc do pľúc – robiť len ak máme originál resuscitačného rúšku (neimprovizujeme). V polohe na chrbte nasadiť resuscitačnú rúšku, zakloniť hlavu, stlačiť nos a dať 2 vdychy, (vdychovať kým sa nezdvihne hrudník), ďalej pokračovať v pomere 30 : 2, opakovať 30 stlačení hrudníka, 2 vdychy.

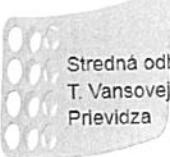
Ak je na mieste automatický externý defibrilátor (AED) – použiť podľa jeho pokynov.

Pri podozrení na zlomenú chrsticu s postihnutým nehýbať, stabilizovať hlavu a krk, dlane dať cez uši.
Ak postihnutý nedýcha, zlomenina chrstice je „menšie zlo“.

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 21 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza		Platnosť od: 01.03.2017
	<h1>Traumatologický plán</h1>	Číslo vydania: 05

27.0 OBOZNÁMENIE S DOKUMENTOM

Svojím podpisom potvrdzujem, že som bol/a oboznámený/á s vyššie uvedeným dokumentom.

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 22 z 23
		Platnosť od: 01.03.2017
Traumatologický plán		Číslo vydania: 05

28.0 OBSAH DOKUMENTU

ÚCEL.....	1
OBLAST PLATNOSTI	1
POUŽITÉ SKRATKY	1
IDENTIFIKAČNÉ ÚDAJE	1
ROZDELÖVNÍK.....	1
1.0 ZÁKLADNÉ POJMY	2
2.0 POUŽITÉ PRÁVNE A OSTATNÉ PREDPISY.....	2
3.0 ZÁSADY STAROSTLIVOSTI O ZRANENÝCH.....	2
4.0 ZARIADENIE A PROSTRIEDKY PRVEJ POMOCI.....	3
5.0 ŠKOLENIE A VÝCVIK ZAMESTNANCOV.....	4
6.0 ČINNOSŤ NA MIESTE PRACOVNÉHO ÚRAZU ALEBO NÁHLEHO OCHORENIA ZAMESTNANCOV	4
7.0 POVINNOSTI ZAMESTNANCOV VYPLÝVAJÚCE Z TRAUMATOLOGICKÉHO PLÁNU	4
7.1 ZÁKLADNÉ POVINNOSTI ZAMESTNANCOV	4
7.2 ZODPOVEDNOSŤ VEDÚCEHO ZAMESTNANCA	5
7.3 ZÁVEREČNÉ USTANOVENIA.....	5
8.0 POSTUP PRE PRÍPAD POŠKODENIA ZDRAVIA.....	5
8.1 PRI ÚRAZE KAŽDÝ ZAMESTNANEC, KTORÝ SA STAL SVEDKOM ÚRAZU JE POVINNÝ	5
8.2 PRI TELEFONICKOM HLÁSENÍ ÚRAZU, PORANENIA ALEBO VÁŽNOM ZHORŠENÍ ZDRAVOTNÉHO STAVU UVIESŤ	5
9.0 AKO POSTUPOVAŤ NA MIESTE NEHODY?	6
9.1 ZAISTIŤ BEZPEČNOSŤ ZÚČASTNENÝCH OSÔB A ZÁCHRANÁROV	6
9.2 PRVOTNÉ VYŠETRENIE – POSÚDENIE ZÁKLADNÝCH ŽIVOTNÝCH FUNKCIÍ	6
9.3 DRUHOTNÉ VYŠETRENIE POSTIHNUTÉHO:	6
9.4 POSKYTNUTIE PRVEJ POMOCI, PRIVOLANIE ODBORNEJ POMOCI – TEL. Č. 112 ALEBO 155.....	7
10.0 PRVÁ POMOC PRI KRVÁCANÍ	7
10.1 PRVÁ POMOC PRI VONKAJŠOM KRVÁCANÍ.....	7
10.2 PRVÁ POMOC PRI VNÚTORNOM KRVÁCANÍ.....	7
10.3 PRVÁ POMOC PRI KRVÁCANÍ Z NOSA	8
10.4 PRVÁ POMOC PRI KRVÁCANÍ Z UCHA	8
11.0 PRVÁ POMOC PRI MDLOBE (KRÁTKODOBÉ BEZVEDOMIE).....	8
12.0 PRVÁ POMOC PRI BEZVEDOMÍ.....	9
12.1 STABILIZOVANÁ POLOHA	9
13.0 PRVÁ POMOC PRI POPÁLENINÁCH	9

Stredná odborná škola Prievidza	PZS ZD-033	Strana 23 z 23
 Stredná odborná škola T. Vansovej 32 Prievidza	Traumatologický plán	Platnosť od: 01.03.2017
		Číslo vydania: 05

14.0 PRVÁ POMOC PRI CHEMICKÝCH LÁTKACH.....	10
14.1 PRVÁ POMOC PRI NADÝCHANÍ CHEMICKEJ LÁTKY	10
14.2 PRVÁ POMOC PRI KONTAMINÁCII KOŽE A ODEVU	10
14.3 PRVÁ POMOC PRI POŽITÍ CHEMICKEJ LÁTKY	10
14.4 PRVÁ POMOC PRI ZASIAHNUTÍ OČÍ.....	10
15.0 PRVÁ POMOC PRI ÚRAZE ELEKTRICKÝM PRÚDOM	10
16.0 PRVÁ POMOC PRI ZÁSTAVE DÝCHANIA A KRVNÉHO OBEHU.....	11
16.1 KARDIOPULMONÁLNA RESUSCITÁCIA – KPR.....	11
16.2 UVOLŇENIE PRIECHODNOSTI DÝCHACÍCH CIEST	11
16.3 NEPRIAMA MASÁŽ SRDCA.....	11
16.4 DÝCHANIE Z PLÚC DO PLÚC	12
16.5 POUŽITIE AED - AUTOMATICKÝ EXTERNÝ DEFIBRILÁTOR.....	12
17.0 PRVÁ POMOC PRI ŠOKU	12
18.0 PRVÁ POMOC PRI ZLOMENINÁCH.....	13
18.1 ZLOMENINY LEBEČNÝCH KOSTÍ, SPODINY KOSTI LEBEČNEJ, ČEĽUSTE, TVÁROVÝCH A NOSNÝCH KOSTÍ	13
18.2 ZLOMENINY RAMENNÉHO PLETENCA A KOSTÍ HORNEJ KONČATINY	13
18.3 ZLOMENINY DOLNEJ KONČATINY	13
18.4 ZLOMENINY PANVOVÉHO KRUHU	13
18.5 ZLOMENINA CHRBTICE	13
19.0 PRVÁ POMOC PRI MOZGOLEBEČNOM KRVÁCANÍ.....	14
19.1 POSTIHNUTÝ JE V BEZVEDOMÍ	14
19.2 POSTIHNUTÝ JE PRI VEDOMÍ	14
20.0 PRVÁ POMOC PRI PORANENÍ HRUDNÍKA	14
21.0 PRVÁ POMOC PRI PORANENÍ BRUCHA	14
22.0 PRVÁ POMOC PRI DUSENÍ	15
23.0 PREJAVY ŽIVOTA	15
24.0 PRÍZNAKY SMRTI	15
25.0 DOPORUČOVANÝ OBSAH LEKÁRNÍČKY.....	17
26.0 PRÍLOHY.....	18
27.0 OBOZNÁMENIE S DOKUMENTOM.....	21
28.0 OBSAH DOKUMENTU	22