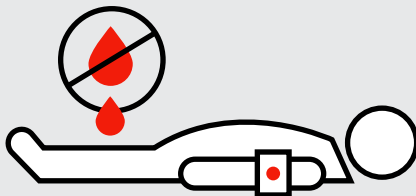


# Karta prvej pomoci

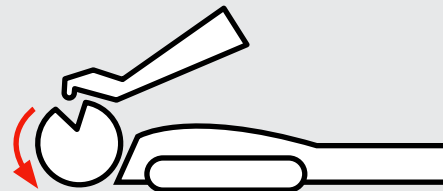
## Čo robiť v prípade nehody:

Zisti, čo sa stalo.  
Zavolaj pomoc.  
Dbaj na vlastnú bezpečnosť.

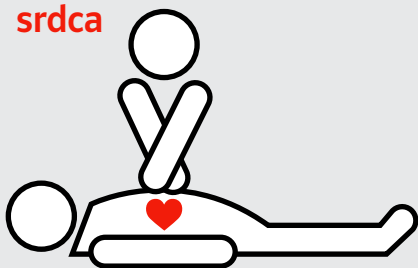
### 1. Zastav život ohrozujúce krvácanie



### 2. Uvoľni dýchacie cesty zaklonením hlavy

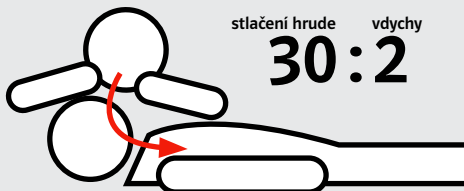


### 3. Urob vonkajšiu masáž srdca

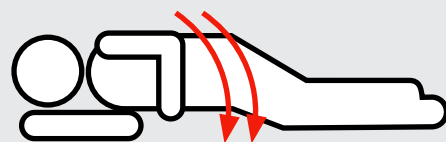


### 4. Záchranné vdychy

100 krát za minútu, hĺbka stlačenia 5 cm



### 5. Postihnutého daj do stabilizovanej polohy, ak začne dýchať



#### Krvácanie

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

#### Poranenie hrudníka a brucha

Poranenie zakry sterilnou gázou. Zabodnuté predmety nevyťahuj! Zraneného prikry. Nedávaj mu jesť a piť!

#### Bezvedomie

Zisti, či dýcha. Ak nedýcha, ulož ho do ľahu na chrbte, uvoľni mu dýchacie cesty záklonom hlavy, začni s nepriamou masážou srdca a následne záchrannými vdychmi (pozri obrázok) v pomere 30:2. U detí sa začína 5 záchrannými vdychmi, následne ako u dospelých. Ak dýcha a nie je podozrenie na poranenie chrbtice a iné vážne poranenia, daj raneného do stabilizovanej polohy.

#### Zlomeniny

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

#### Podozrenie na poranenie chrbtice

Raneným nehýb. Zabráň mu v ďalšom pohybe. Sleduj, či je pri vedomí a dýcha.

#### Popáleniny

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

Polícia | SOS |  |  |  112

Bezpečnosť bez kompromisov

