

Poznámka: autolékárničku velikosti III. je možno nahradit dvěma autolékárničkami velikosti II.“

3. Vzor letáku o postupu při zvládnání dopravní nehody

POSTUP PŘI ZVLÁDÁNÍ DOPRAVNÍ NEHODY

Zajištění místa nehody

zastavit nejméně 50 m **za** havarovaným vozidlem, rozsvítit výstražná světla, obléknout výstražnou vestu, vzít lékárničku, výstražný trojúhelník, ev. hasicí přístroj
umístit trojúhelník před místem nehody
vypnout zapalování, zajistit proti pohybu, dbát na vlastní bezpečnost

Život zachraňující úkony

zastavení silného krvácení - tlakový obvaz, prsty v ráně, výjimečně zaškrcovadlo
zakrytí pronikajícího poranění hrudníku
šetrné uvolnění dýchacích cest u bezvědomých – šetrný záklon hlavy, předsunutí dolní čelisti
rychlé zjištění stavu životních funkcí ostatních poraněných

Volání zdravotnické záchranné služby

volat linku 155, případně 112, sdělit co se stalo, popsat charakter nehody,
co nejpřesněji určit místo nehody,
uvést počet postižených, věk a pohlaví, popis zranění a jejich stavu,
sdělit své jméno a číslo telefonu

Vyšetření

pohledem zjišťujeme dýchání, krvácení, polohu těla, výraz obličeje a jeho barvu,
poslechem dýchací šelesty, projevy postiženého (sténání apod.) případně reakci na oslovení
pohmatem dýchací pohyby, bolest postižené oblasti, deformace, teplotu kůže, pot apod.

Vyprošťování

jen hrozí-li další nebezpečí, je-li blokován přístup k dalším poraněným,
nelze-li poskytnout první pomoc na místě (např. resuscitace),
vyproštění provádět co nejšetrněji,
pokud zraněný dýchá, vyčkat raději na profesionální složky

Bezvědomí

riziko udušení zapadlým kořenem jazyka,
z úst odstranit volně ležící předměty, šetrně zaklonit hlavu, předsunout dolní čelist postiženého,
v bezvědomí se zachovanými životními funkcemi uložit do stabilizované polohy a stále jej sledovat,
neobnoví-li se dýchání nebo je dýchání nenormální (lapavé dechy) je třeba zahájit ožívování nepřímou srdeční masáží a dýcháním z plic do plic

Ožívování (resuscitace)

zahájit nepřímou srdeční masáží, 30 stlačeními uprostřed hrudníku frekvencí 100/min, provést dva vdechy a pokračovat v rytmu 30 stlačení hrudníku: 2 vdechy, hrudník stlačovat do hloubky 4-5 cm, nemůže-li záchránce z nějakých důvodů provádět umělé vdechy, pak až do příjezdu zdravotnické záchranné služby provádí srdeční masáž frekvencí 100/min.

Úrazový šok

nejčastější příznaky šoku – slabě hmatný tep, více než 100/min, zrychlené, povrchní dýchání, bledost, studený lepkavý pot, pocit žízně, netečnost, spavost

Zábrana šoku

protišoková poloha se zvednutými dolními končetinami, ošetření poranění,
zajištění tepelné pohody, při pocitu žízně pouze svlažovat rty
nepodávat žádné léky, nedávat pít

Záchranka 155, Policie 158, Hasiči 150, Tísňové volání 112“.