



Okresný úrad Dolný Kubín  
Odbor krízového riadenia  
Námestie slobody 1  
026 01 Dolný Kubín

---

OU-DK-OKR-2024/003816-005

Dolný Kubín, 09.04.2024

# Integrovaný záchranný systém

Príprava obyvateľstva na sebaobranu a vzájomnú pomoc

2024

Integrovaný záchranný systém (IZS) poskytuje koordinovaný postup záchranných zložiek pri zabezpečovaní a výkone činností a opatrení súvisiacich s poskytovaním pomoci v tiesni.

Tieseň ako stav, pri ktorom je bezprostredne ohrozený život, zdravie, majetok alebo životné prostredie a postihnutý je odkázaný na poskytnutie pomoci.

## Organizácia IZS

- Ministerstvo vnútra
- Ministerstvo zdravotníctva
- okresné úrady v sídle kraja
- záchranné zložky:
  - základné záchranné zložky
  - ostatné záchranné zložky
  - útvary PZ

## Čísla tiesňového volania



112

Koordinačné stredisko IZS



150

Hasičský a záchranný zbor



155

Záchranná zdravotná služba



158

Štátna polícia



159

Mestská polícia



18 300

Horská záchranná služba

**Neblokuj pre zábavu linku 112, možno niekto iný v tej chvíli naozaj potrebuje pomoc!**

## **Ak voláte na číslo tiesňového volania uveďte:**

- meno a priezvisko
- čo sa stalo (druh udalosti , aké sily a prostriedky majú byť vyslané)
- kde sa stalo (obec, objekt, lokalita, obvod, kraj)
- komu sa stalo (postihnutí , poškodenie majetku, ohrozenie životného prostredia)
- kedy sa stalo (dátum a čas)
- poskytnite ďalšie doplnkové informácie (kto volá, je nablízku dospelá osoba, telefónne číslo pre spätné volanie...)

## **Zásady prvej pomoci**

- bezpečnosť pri poskytovaní prvej pomoci
- zhodnotenie situácie
- zhodnotenie úrazu alebo ochorenia
- volanie odbornej pomoci
- poskytnutie prvej pomoci
- odovzdanie postihnutého odbornej pomoci

## **Vyšetrenie postihnutého**

- vedomie - reakcia na oslovenie, zatrasenie alebo uštipnutie
- dýchanie – naklonenie sa nad postihnutého či je alebo nie je počuť, cítiť dýchanie a či sú vidieť dýchacie pohyby (ak nie ide o zastavenie dýchania)
- krvný obeh, ak nie je prítomné dýchanie ide o zástavu srdca (krvného obehu), treba začať resuscitovať

## **Život zachraňujúce úkony**

- uvoľnenie, spriechodnenie dýchacích ciest (záklon hlavy - Manéver „prst - brada“)
- záchranné dýchanie (z pľúc do pľúc) - nemusí sa vykonávať v prípade možnosti ohrozenia záchrancu
- stláčanie hrudníka - masáž srdca:
  - miesto u dospelého: stred hrudnej kosti /úroveň prsných bradaviek
  - miesto u dieťaťa - spojnica medzi prsnými bradavkami a 1cm pod (dolná tretina hrudnej kosti)

- používajú sa 2 prsty, dlaň jednej ruky alebo dlane oboch rúk
- frekvencia stláčania 100 - 120 min, hĺbka 5 - 6 cm
- 30 (stlačení) : 2 (vdychy)
- u dieťaťa - začína sa 5 úvodnými vdychmi
- zastavenie závažného krvácania
- aj samotná masáž srdca bez dýchania je život zachraňujúci úkon

## KARTA PRVEJ POMOCI

<p><b>Čo robiť v prípade nehody.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1</b> Zisti, čo sa stalo.</li> <li><b>2</b> Zavolaj pomoc.</li> <li><b>3</b> Dbaj na vlastnú bezpečnosť.</li> </ol>	<p><b>ZASTAV KRVÁCANIE</b></p> 
<p><b>UVOĽNI DÝCHACIE CESTY</b></p> 	<p><b>ZÁCHRANNÉ DYCHY</b> stlačení hrude dychy <b>30:2</b> za 1 min.</p> 
<p><b>UROB VONKAJŠIU MASÁŽ SRDCA</b></p> 	<p><b>POSTIHNUTÉHO DAJ DO STABILIZOVANEJ POLOHY</b></p> 

**POLÍCIA | SOS | 🔥 | 🚑 | ➡️ | 112**