

## Príprava obyvateľstva v 3. roku cyklu.

„Poskytovanie prvej pomoci zraneným osobám.“

### ZÁSADY POSKYTOVANIA PRVEJ POMOCI

Je prirodzenou povinnosťou každého občana, aby podľa svojich možností poskytol prvú pomoc bez rozdielu každému, koho postihol úraz alebo náhle ochorenie. Poskytnutie prvej pomoci je nielen prirodzenou (morálnou) povinnosťou každého občana, ale aj povinnosťou, ktorá vyplýva zo zákona o starostlivosti o zdravie ľudu. Prvá pomoc sa musí poskytovať pri všetkých úrazoch, otravách a náhlych ochoreniach.

#### I. NÁZVY A DEFINÍCIE

**Prvá pomoc** - je súbor jednoduchých a účelných opatrení, ktorými sa má pri náhlom ohrození alebo narušení hodnôt zabrániť rozvoju ďalšieho poškodenia a zmierniť následky poškodenia na najmenšiu mieru. Prvú pomoc možno rozdeliť na technickú a zdravotnícku.

**Technická prvá pomoc** - jej podstatou je odstránenie vonkajších fyzikálnych a chemických príčin, ktoré spôsobili úraz, otravu alebo náhle ochorenie a ktoré neustále zhoršujú stav postihnutého, kým ich vplyv trvá. Často je predpokladom pre poskytnutie zdravotníckej prvej pomoci.

**Zdravotnícka prvá pomoc** - je súbor opatrení, ktoré pri náhlom ohrození alebo postihnutí zdravia cieľavedome a účinne obmedzujú rozsah a dôsledky ohrozenia alebo postihnutia. Zdravotnícku prvú pomoc možno rozdeliť na zdravotnícku laickú prvú pomoc a zdravotnícku odbornú prvú pomoc.

**Zdravotnícka laická prvá pomoc** - je súbor základných odborných a technických zdravotníckych opatrení poskytovaných spravidla bez špecializovaných prostriedkov. Súčasťou laickej prvej pomoci je privolanie odbornej pomoci a starostlivosť o postihnutého do jeho odovzdania do zdravotníckeho ošetrovania.

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

**Otrava** - je každé poškodenie zdravia alebo spôsobenie smrti účinkom chemickej látky (jedu).

**Náhla príhoda** - je náhle vzniknuté ochorenie alebo vzplanutie skrytej či chronickej choroby. Môže vzniknúť aj u zdanlivo zdravého človeka. Začína väčšinou prudko, vyvíja sa často až dramaticky a neraz ohrozí postihnutého aj na zdraví.

#### II. ZÁSADY POSKYTOVANIA PRVEJ POMOCI PRI NÁHLOM POSTIHNUTÍ ZDRAVIA

Základným pravidlom pri poskytovaní prvej pomoci je robiť všetko, čo stav postihnutého vyžaduje a čoho je záchranca schopný, ale len v rozsahu, ktorý bezpečne ovláda.

**Pri poskytovaní prvej pomoci treba zachovať tento postup :**

- zistiť príhodu (odstrániť lebo prerušiť pôsobenie vyvolávajúce príčiny a umožniť poskytnutie prvej pomoci),
- orientovať sa o zdravotnom stave a rozsahu poškodenia (posúdenie stavu bezprostredného ohrozenia života s nebezpečenstvom z omeškania a postihnutia bez bezprostredného ohrozenia života),
- vykonať opatrenia zachraňujúce život, poskytnúť ďalšiu prvú pomoc podľa stavu postihnutého a účinnými opatreniami zabrániť vzniku alebo rozvoju komplikácií,
- orientovať ďalšiu pomoc (zabezpečiť šetrný a rýchly odvoz postihnutého do zdravotníckeho zariadenia, zabezpečiť sprevádzanie postihnutého),
- odovzdať postihnutého do sústavy rýchlej zdravotníckej pomoci.