








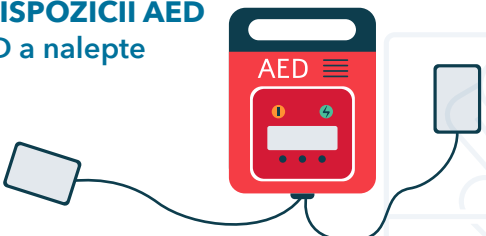
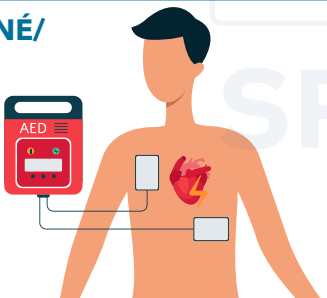


ZÁKLADNÁ RESUSCITÁCIA

KROK ZA KROKOM


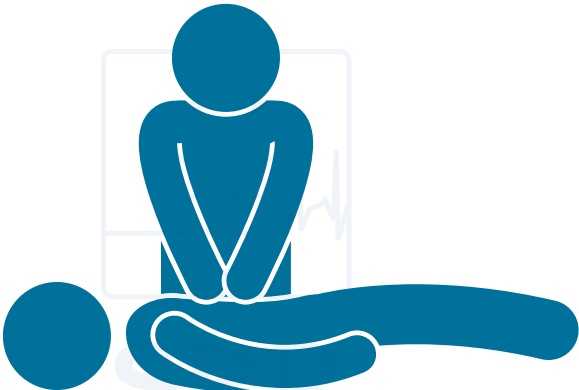

POSTUPNOSŤ/ČINNOSŤ	TECHNICKÝ OPIS
BEZPEČNOSŤ 	<ul style="list-style-type: none">Uistite sa, že vy, obeť aj všetci okolostojaci sú v bezpečí
REAKCIE Skontrolujte, či reaguje 	<ul style="list-style-type: none">Zľahka potraďte obeť za plecia a nahlas sa opýtajte: "Ste v poriadku?"
DÝCHACIE CESTY Spriechodnite dýchacie cesty 	<ul style="list-style-type: none">Ak nereaguje, uložte obeť na chrbátJednou rukou na čele a dvomi prstami pod bradou, jemne zakloňte hlavu obeť, zdvihnite bradu, aby ste spriechodnili dýchacie cesty
DÝCHANIE Pozerajte, počúvajte a cíťte dýchanie 	<ul style="list-style-type: none">Pozerajte, počúvajte a cíťte dýchanie nie viac ako 10 sekúndObeť, ktorá ledva dýcha, alebo nepravidelne, pomaly a hlasno lapá po dychu, nedýcha normálne
NEDÝCHA ALEBO NEDÝCHA NORMÁLNE Zavolajte tiesňovú linku 	<ul style="list-style-type: none">Ak je dýchanie neprítomné alebo abnormálne, požiadajte niekoho, aby zavolať záchranú službu alebo ju zavolajte vyZostaňte pri obeti, ak je to možnéAktivujte funkciu hlasného odposluchu alebo hands-free voľbu na telefóne, aby ste mohli začať KPR kým sa rozprávate s operátorom tiesňovej linky
POŠLITE PRE AED Pošlite niekoho, aby doniesol AED 	<ul style="list-style-type: none">Pošlite niekoho, aby našiel a priniesol AED, ak je dostupnéAk ste sám, NEOPÚŠŤAJTE obeť, začnite KPR
KRVNÝ OBEH Začnite stláčať hrudník 	<ul style="list-style-type: none">Kľaknite si vedľa obeťPoložte päť jednej ruky na stred hrudníka obeť - to je dolná polovica hrudnej kosti (sterna) obeťPoložte päť druhej ruky na chrbát prvej ruky a prepleťte si prstyDržte lakty vystretéMajte svoje ramená kolmo (vertikálne) na hrudník obeť a stláčajte hrudnú kosť aspoň o 5 cm (ale nie viac ako 6 cm)Po každom stlačení, uvoľnite úplne tlak na hrudník bez straty kontaktu vašich rúk a hrudnej kosti obeťOpakujte rýchlosťou 100-120/min

ZÁKLADNÁ RESUSCITÁCIA KROK ZA KROKOM

POSTUPNOSŤ/ČINNOSŤ	TECHNICKÝ OPIS
<p>KOMBINUJTE ZÁCHRANNÉ VDYCHY SO STLÁČANÍM HRUDNÍKA</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Ak ste na to vycvičený, po 30 stlačeniach znovu spriechodnite dýchacie cesty záklonom hlavy a zdvihnutím brady• Palcom a ukazovákom vašej ruky, ktorá je na čele obeť, stlačte mäkkú časť nosa• Otvorte ústa obeť tak, aby brada zostala zdvihnutá• Normálne sa nadýchnite a položte svoje pery okolo úst obeť, aby ste mali vzduchotesné spojenie• Vydychujte do úst obeť približne 1 sekundu ako pri normálnom dýchaní, pričom sledujte, či sa obeť zdvíha hrudník. Toto je účinný záchranný vdych• Držiac hlavu zaklonenú a bradu zdvihnutú, oddialte svoje ústa od obeť a sledujte ako hrudník klesá, keď vzduch vychádza von• Opäť sa normálne nadýchnite a fúknite do úst obeť ešte raz, aby ste urobili dva účinné záchranné vdychy• Kvôli vykonaniu dvoch účinných vdychov, neprerušujte stláčanie hrudníka na viac ako 10 sekúnd, aj keby boli jeden alebo oba vdychy neefektívne• Potom bez zdržania vráťte svoje ruky do správnej polohy na hrudnej kosti a vykonajte ďalších 30 stlačení hrudníka• Pokračujte so stláčaním hrudníka a záchrannými vdychmi v pomere 30:2
<p>KPR IBA STLÁČANÍM HRUDNÍKA</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Ak nie ste vycvičený, alebo nie ste schopný vykonať záchranné vdychy, vykonávajte KPR iba stláčaním hrudníka (neprerušované stláčanie hrudníka rýchlosťou 100-120/min)
<p>KEĎ JE K DISPOZÍCIÍ AED Zapnite AED a nalepte elektródy</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Ihneď, ako je k dispozícii AED, zapnite ho a nalepte elektródy na obnažený hrudník obeť• Ak je prítomný viac ako jeden záchranca, KPR by mala pokračovať počas nalepovania elektród na hrudník
<p>NASLEDUJTE HOVORENÉ/ VIZUÁLNE POKYNY</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Nasledujte hovorené a vizuálne pokyny, ktoré vám dáva AED• Ak je odporúčaný výboj, uistite sa, že ani vy ani nikto iný sa nedotýka obeť• Stlačte tlačidlo výboja podľa pokynov• Potom okamžite pokračujte v KPR a riadte sa pokynmi AED

ZÁKLADNÁ RESUSCITÁCIA

KROK ZA KROKOM

POSTUPNOSŤ/ČINNOSŤ	TECHNICKÝ OPIS
<p>AK VÝBOJ NIE JE ODPORUČENÝ Pokračujte v KPR</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Ak výboj nie je odporučený, okamžite pokračujte v KPR a riadte sa pokynmi AED
<p>AK AED NIE JE K DISPOZÍCII Pokračujte v KPR</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Ak AED nie je k dispozícii, ALEBO pokiaľ čakáte, kým dorazí, pokračujte v KPR• Neprerušujte resuscitáciu pokiaľ:<ul style="list-style-type: none">• zdravotnícky pracovník nepovie, aby ste prestali ALEBO• sa obeť s určitou neprebúdzá, nehýbe sa, neotvára oči a nedýcha normálne ALEBO• nie ste vyčerpaný• Je zriedkavé, aby samotná KPR obnovila činnosť srdca. Pokiaľ si nie ste istý, že sa obeť zotavila, pokračujte v KPR• Znaky, že sa obeť zotavila:<ul style="list-style-type: none">• prebúdzenie• pohyb• otváranie očí• normálne dýchanie
<p>NEREAGUJE ALE DÝCHA NORMÁLNE Uložte obeť do stabilizovanej polohy</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Ak ste si istý, že obeť dýcha normálne ale stále nereaguje, uložte obeť do stabilizovanej polohy VIĎ KAPITOLA PRVÁ POMOC• Budte pripravený znovu okamžite začať KPR, ak nereagujúca obeť prestane dýchať alebo nebude dýchať normálne