

směrnice č. 14 - Traumatologický plán

Zabezpečení první pomoci se týká všech stavů ohrožujících zdraví a život. Nejdůležitější je pomoc raněným při úrazech jak pracovních, tak i nepracovních, jejichž počet i závažnost si vynucuje zabezpečit první pomoc tak, aby škody na zdraví i následky úrazu byly co nejmenší. Včasně, rozsahem i kvalitou správné poskytnutí první pomoci může pak nejenom omezit následky úrazu, ale i zabránit bezprostřednímu ohrožení života. K tomu účelu je zpracován tento plán, jehož ustanovení nařizuje všem vedoucím vybavit:

- každé stálé pracoviště skřínkou první pomoci

Lékárničky pro poskytnutí první pomoci musí být umístěny na každém pracovišti, na viditelném a snadno přístupném místě. Za vybavení lékárníčky první pomoci odpovídá vedoucí pracoviště.

OBSAH LÉKÁRNIČKY:

- Obvaz hotový s 1 polštářkem3ks
- Obvaz hotový se 2 polštářky3ks
- Šátek trojčípý z netkaného textilu.....2ks
- Náplast hladká (cívka) 2,5cm x 5m.....1ks
- Náplast dělená 8 x 4 cm ...6ks
- Obinadlo škrťací pryžové – 60 x 1250mm1ks
- Rouška plastová 20 x 20 cm ... 1ks
- Rukavice latexové1 pár
- Nůžky se sklonem – délka 14cm1ks
- Izotermická fólie 200 x 140cm1ks

Ošetření drobných poranění:

Je zaznamenáno do knihy úrazů. Ze záznamu musí být patrné jméno ošetřeného pracovníka, den, hodina a druh zranění, místo kde ke zranění došlo, jméno svědka, podpisy (vedoucí, zraněný, svědek).

Ošetření při těžkých, hromadných a smrtelných úrazech:

Vedoucí pracoviště, kde se stal těžký, hromadný nebo smrtelný úraz je povinen v zájmu objektivního zajištění příčin zabezpečit, aby pracoviště bylo do příchodu vyšetřovacích orgánů ponecháno v původním stavu. Změny na místě úrazu jsou přípustné jen tehdy, jde-li o záchranu postižených osob, případně o další záchranné práce, nebo vyžaduje-li to nezbytně bezpečnost provozu. V tomto případě je nutno pořídit náčrtek (fotografii) s vyznačením provedených změn.

Oznámení povinností:

Hlášení pracovních úrazů, smrtelných a hromadných úrazu se řídí dle směrnice Evidence úrazů, hlášení a zasilání záznamu o úrazu.

Seznam telefonních čísel:

Záchranná služba	155
Hasiči	150
Policie	158

Základní znalosti při poskytování první pomoci:

- První pomoc při poranění lebky
- První pomoc při poranění míchy
- První pomoc při poranění nitrohručních orgánů
- První pomoc při poranění břišních orgánů
- První pomoc při popálení a opaření
- První pomoc při popálení
- První pomoc při otravě
- První pomoc při poranění elektrickým proudem
- První pomoc při úpalu a úžehu
- První pomoc při omrznutí
- První pomoc při celkovém podchlazení - vychladnutí
- První pomoc při utonutí
- První pomoc při pohmoždění
- První pomoc při poranění kostí
- První pomoc při vniknutí cizího tělesa

První pomoc při bezvědomí

Při bezvědomí se jedná o poruchu funkce mozku, která může vzniknout např. při následujících nešťastných událostech:

- při úrazech hlavy
- při otravě
- při úrazech elektrickým proudem atd.

Pro raněného je velice důležité, zda se jedná o bezvědomí povrchové, kdy raněného lze na krátkou chvíli vzbudit a navázat s ním slovní kontakt nebo postižený může na hlasitější příkazy reagovat nekoordinovanými pohyby, nebo bezvědomí hluboké, kdy postižený nejčastěji nereaguje nebo reaguje pouze na bolestivé podněty.

První pomoc spočívá v následujících krocích. Raněného položíme na záda, provedeme záklon hlavy a pokusíme se obnovit dýchání, zároveň kontrolujeme tep. Popřípadě provedeme umělé dýchání a nepřímou srdeční masáž, pokud není hmatný tep. Uložíme raněného do stabilizované polohy na bok, pokud je bledý zvedneme dolní polovinu těla, v případě že obličej je zarudlý, provedeme opak. Postiženého přikryjeme, zajistíme přísun čerstvého vzduchu a přivoláme záchranné složky.

První pomoc při poranění lebky

Prvním důležitým úkolem při poranění lebky a mozku je zajištění základních životních funkcí. U raněného v bezvědomí je nutné postarat se o průchodné dýchací cesty. Nejvhodnější je poloha na boku s hlavou přikloněnou k spodnímu rameni, popřípadě na břicho se zdvihnutím jednoho ramene polštářem a uložením hlavy na nižší straně.

První pomoc při poranění míchy

Při podezření na poranění míchy s raněným pokud možno nemanipulujeme, pouze hlídáme základní životní funkce. Při masivnějším poranění míchy raněný nemusí cítit váš kontakt s jeho končetinami. V případě zjištění, že jsou základní funkce ohroženy má resuscitace přednost. Raněného se pokusíme co nejmenším množstvím pohybů položit na záda a zahájíme resuscitaci.

První pomoc při poranění nitrohrudních orgánů

Při poranění nitrohrudních orgánů uložíme poraněného s vyvýšeným hrudníkem a s hlavou mírně podloženou, zakážeme mu mluvit a pohybovat se. Penetrující (probublávající) rány do hrudníku přikryjeme, abychom zabránili vzniku pneumotoraxu, co nejrychleji tlakovým obvazem, který doplňujeme navrchu neprodyšnou látkou. Postiženého urychleně transportujeme do zdravotnického zařízení.

První pomoc při poranění břišních orgánů

Při poranění břišních orgánů zakážeme přijímání jakýchkoliv tekutin a pokrmů ústy. U otevřených poranění ošetřujeme rány obvyklým způsobem. Při výhřezu orgánů se nepokoušíme o jejich repozici (vrácení zpět do dutiny břišní). Spokojíme se očištěním okrajů rány, obložení a přikrytím sterilním gázem. Jinak se omezíme pouze na protišoková opatření a zařídíme rychlý odsun do zdravotnického zařízení.

První pomoc při popálení a opaření

Při popáleninách a opařeních se u první pomoci musíme zaměřit především na ovlivnění celkové reakce organismu a především na prevenci šoku.

Vlastní první pomoc spočívá v chlazení popálených míst tekoucí chladnou vodou na popálená místa. Odstraníme oděv a chladíme přímo popálené místo. Zároveň sundáme všechny prsteny, hodinky a jiné prvky, které by při případném otoku způsobily škrcení. V případě popálenin o větší ploše chladíme postupně. V případě, že se jedná o popálení způsobenou hořící hořlavinou nasáklou do oděvu, oděv nesundáváme a chladíme přes oděv.

První pomoc při poleptání

Při styku kůže, popřípadě sliznice s kyselinami a louhy dochází k poleptání. Tyto látky odnímají tkáním vodu a tím je poškozují. Louhy způsobují na povrchu kůže ložiska s mazlavou spodinou a kyseliny vytvářejí příškvary.

První pomoc záleží především v rychlém odstranění politého oděvu a prádla a v oplachování postižené kůže silným proudem vody.

V případě potřeby zavedeme protišoková opatření a transportujeme zraněného do zdravotnického zařízení.

První pomoc při otravě

Při vniknutí jedovaté látky do lidského organismu ústy, dýchacími cestami, kůží apod. nastane otrava.

a) Otrava dýchacími cestami

V případech, kdy otravná látka vnikla do organismu dýchacími cestami, se snažíme postiženého okamžitě vynést na čerstvý vzduch a uvolníme mu oděv.

b) Otrava požitím

Při otravách, které vznikly po požití chemické látky nebo přípravku se řídíme pokyny výrobce. Ne vždy je vhodné vyvolávat zvracení.

c) Otrava kontaktem s kůží

Při otravě způsobené látkami vstřebávajícími se kůží se snažíme oplachovat kůži tekoucí vodou. Zakazuje se podávat ústy mléko, kávu a alkohol. Zajistíme urychleně transport do zdravotnického zařízení a v jeho průběhu udržujeme s postiženým kontakt.

Otrava CO

Otrava způsobená oxidem uhelnatým je ve většině případů smrtelná. Nejčastěji vzniká v důsledku inhalace výfukových plynů nebo při inhalaci nedokonale spalovaných materiálů při ucpaných kouřovodech a vadných topných spotřebičích. První pomoc spočívá v zastavení přívodu plynu, aby nemohlo dojít k výbuchu. Postiženého vyneseme na čerstvý vzduch. V situaci, kdy je porušen oběh a dýchání, zahájíme neodkladnou resuscitaci a zajistíme urychleně transport do zdravotnického zařízení.

Uveďme si přehled nejzákladnějších kroků při poskytování první pomoci při otravě:

V situaci, kdy postižený je při vědomí, snažíme se jej zklidnit a zjistit, které otravné látky a v jakém množství požil. V případě, že postižený je v bezvědomí, postupujeme při první pomoci stejným způsobem jako u ostatních případů bezvědomí a navíc se snažíme zjistit, co způsobilo otravu postiženého. Zajistíme co nejrychleji převoz do zdravotnického zařízení.

První pomoc při poranění elektrickým proudem

Úrazy elektrickým proudem mohou způsobit nejčastěji poruchy srdeční činnosti (fibrilaci nebo zástavu), poruchy činnosti centrální nervové soustavy (poruchy vědomí), poruchy dýchání, popálení nebo smrt.

Je-li člověk zasažen elektrickým proudem, je nutno si především uvědomit, že se těla postiženého nesmíme dotknout holými rukama. U úrazu elektrickým proudem vysokého napětí je krajně nebezpečné se i jen přiblížit k postiženému pro tzv. krokové napětí. První zásah musí být zaměřen na vypnutí proudu.

Hořící části oděvu uhasíme po vypnutí elektrického proudu suchou houní, vlastním šatem a podobně. Po vyproštění je nutné řídit se především podle celkových příznaků. Přestála-li zasažená osoba nehodu leknutím, není třeba kromě dalšího dozoru zvláštní péče. Při bezvědomí musí veškeré úsilí směřovat hlavně k podpoře nebo k obnově životních funkcí.

Při zástavě dýchání je nutné umělé dýchání, při zástavě srdeční činnosti umělé dýchání s masáží srdce. Resuscitaci provádíme až do návratu životních funkcí, jinak jsou oživovací pokusy namístě až do doby, kdy raněného přebírá lékař.

První pomoc při úpalu a úžehu

Při počátečních příznacích úpalu a úžehu je třeba, aby se postižená osoba odebrala do chladnější místnosti, respektive do stínu, aby si uvolnila šaty, odložila těžší předměty,

občerstvila se chladnými nápoji (zvláště slanou sodovkou) a přiložila na hlavu, šíji a prsa studené obklady. V těžších případech se doporučují vlhké zábaly o teplotě 25-26 °C po dobu 10 minut nebo sprcha s vodou teploty 26-27 °C po dobu 5-6 minut nebo vanová koupel ve vodě teplé 29 °C po stejně dlouhou dobu, vždy s následným rychlým osušením, přikrytím a odpočinkem v chladnější místnosti.

Byla-li vhodná doba pro protipatření zanedbána, přibývá závratí a pak náhle přichází bezvědomí; přitom musíme věnovat zvláštní pozornost dýchačí činnosti a zavést v případě potřeby umělé dýchání.

První pomoc při omrznutí

Místní poškození - omrznutí.

Nejčastěji jsou postižená následující místa: prsty, uši, nos.

Rozlišujeme 4 stupně postižení:

1. stupeň - se projevuje zblednutím až modrofialovým zbarvením kůže, pocitem zábnutí a svírání.
2. stupeň - je charakterizován tvorbou puchýřů s natmavělou tekutinou.
3. stupeň - je příznačná nebolestivost postižených okrsků.
4. stupeň - je charakterizován odumřelou kůží a toto odumření zasahuje do hloubky.

Při omrznutí 1. stupně třeme lehce postižená místa, provádíme aktivní a pasivní pohyby a přiložíme obvaz s indifferenční mastí.

U těžších omrznutí se vyvarujeme jakéhokoli tření a masáží postižených míst. Přivoláme rychlou zdravotní pomoc.

První pomoc při celkovém podchlazení - vychladnutí

Postiženou osobu při celkovém prochlazení přeneseme do teplé místnosti (20-22 °C), svlékneme ji. Je-li to možné, uložíme ji do vany s vodou teplou 35-37 °C na dobu půl až jedné hodiny. Není-li to možné, třeme lehce tělo a končetiny teplými šátky. Pak ji přikryjeme pokrývkami. Po zotavení vychladlé osoby je nutno počítat s možností rozrušení a druhotného zhroucení krevního oběhu, proto se musíme vždy postarat o převoz do zdravotnického zařízení.

První pomoc při utonutí

Nejdůležitějším požadavkem při utonutí je přistoupit ke křížení utonulého okamžitě po vytažení z vody na břeh. Utonulého položíme na bok a tlakem na podbřišek se snažíme, aby z

něho vytekly zvratky a tekutiny. Vyčistíme dýchací cesty a zahájíme dýchání z plic do plic. Při tom zjišťujeme, nejlépe na krční tepně, tep. Není-li prokazatelný, přistoupíme okamžitě i k zevní masáži srdce. Po obnovení dýchací činnosti je třeba provádět ještě nějaký čas podpůrné dýchání.

I když se oživovací pokusy jeví bezúspěšné, je třeba v nich pokračovat až k dosažení výsledku nebo do příchodu lékaře.

První pomoc při pohmoždění

Zcela lehká pohmoždění často nevyžadují vůbec zvláštní ošetření. U těžších pohmoždění je především nutné zajistit postižené oblasti klid. Na končetinách se to děje nejlépe přiložením vhodného fixačního obvazu nebo fixací končetiny do trojcípého šátku. Dolní končeny se snažíme udržet v klidu do příjezdu lékaře. Ke zmírnění bolesti lze přiložit na postižené místo vlhké studené obklady. V těžkých případech zavádíme protišoková opatření. Je nutné vždy pomýšlet na možnost vážnějšího poranění a podle toho zajistit další ošetřování, popřípadě je vhodné zajistit odsun do zdravotnického zařízení.

První pomoc při poranění kosti

U zlomenin musí mít poskytování první pomoci na zřeteli několik okolností. Především je třeba si uvědomit, že na místě nehody nelze často vůbec určit, je-li to skutečně zlomenina. Proto již pouhé podezření ze zlomeniny přikazuje, aby se postupovalo ve všem tak, jako by zlomenina byla prokázána. Základním požadavkem je přitom zklidnění poraněné části těla. Mnohdy se vyskytuje otázka, máme-li při zlomenině nebo při podezření ze zlomeniny sejmout nebo popřípadě rozpárat pokrývající část oděvu. V rámci první pomoci je k tomu dána nutnost jen při důvodném podezření ze současné přítomnosti silně krvácející rány, u níž je třeba zastavit krvácení. Základní pravidla jsou:

1. Jde-li o otevřenou zlomeninu, zastavíme krvácení a přiložíme sterilní obvaz podle platných pravidel a neodstraňujeme úlomky kostí ani cizí předměty.
2. U každé zlomeniny je nejdůležitější znehybnění, ale to provede až lékař.
3. Zavádíme protišoková opatření.

První pomoc při vniknutí cizího tělesa

Při poraněních vzniklých vniknutím cizích těles do lidského těla, je poskytovaná první pomoc závislá na závažnosti poranění a poraněné části lidského těla. Je třeba si uvědomit, že se nesnažíme nikdy odstranit taková tělíska, která jsou zabodnutá nebo pevně usazená.

Volná tělíska můžeme odstranit vytažením pinzetou, popřípadě proudem tekoucí vody.

Zabodnutý hřebík či nějaké tělísko můžeme odstranit jenom v případě, kdy je uložen povrchově. Pokud proniká do hloubky, ránu překryjeme sterilním obinadlem a poraněnému přivoláme záchranku. Musíme si dále uvědomit, že ve všech případech hrozí postiženému infekční komplikace, popřípadě krvácení.

V případech, kdy se jedná o větší a velká tělesa zabodnutá do lidského těla (bodnutí odštípnutou velkou třískou atd.) se pokusíme jen velmi opatrně o její zkrácení, ale z těla nevytahujeme. Překryjeme ránu sterilním krytím a raněného okamžitě a šetrně převezeme do zdravotnického zařízení.