



První pomoc pro studium v oboru nutriční terapeut(ka)

Tomáš Janota

Kardio JIP (Koronární jednotka)

3. interní klinika VFN a 1.LF UK, Praha



První pomoc – „definice“

Soubor postupů pro rozeznání a léčbu „závažných“ akutních zdravotních problémů, které má provést osoba se základním vzděláním v první pomoci a to s minimální zdravotnickou výbavou i bez ní.



První pomoc

- Soubor postupů pro řešení závažných akutních zdravotních problémů
- Postupy proveditelné „každým“
- Vědecké podklady jen pro některé postupy
- Pro situace bez vědeckých podkladů konsensus expertů
- *International Consensus on First Aid Science with Treatment Recommendations (aktualizován od 2010)*
- *Guidelines European Resuscitation Council /Doporučení České resuscitační rady (poslední 2015, aktualizace)*



První pomoc – důležité zásady

- Rozeznání závažných situací
- Vlastní první pomoc + aktivace ZZS
- Postupy první pomoci neznamenají odložení aktivace ZZS
- Aktivace záchranného systému (155/112/lokální)



Témata

Resuscitace (KPR)

Bolest (hlavně bolest na hrudi)

Dušnost

Poruchy vědomí (bezvědomí)

Oběhové šokové stavy

Podchlazení

Přehřátí

Úraz elektrickým proudem

Otevřená zranění včetně kousnutí od zvířat

Zavřená zranění

Otravy

Test ev. zkoušení

