

Zavolali jste odbornou pomoc, už je na cestě. Ale jsou zranění, která na zdravotníky nepočkají, protože o přežití rozhodují minuty. Třeba masivní vnější krvácení. Takže rychle sedněte k postiženému a postupujte podle instrukcí operátora záchranné linky nebo podle následujících rad expertů.



Jak zastavit silné krvácení



Foto: Asociace Záchraný kruh, www.tytozvladnes.cz

1 Ránu pevně stlačte prsty

U masivního vnějšího krvácení není třeba řešit, zda je tepenné, žilní nebo kombinované, postupuje se podobně, ať už krev prýští z kterékoli části těla: jde prostě o to cévu ucpat. „Otevřete autolékárničku, navlékněte si gumové rukavice a zarazte prsty přímo do krvácející rány. Nešetřně, silou, hlavně tak, aby místo přestalo krváčet. Pokud se to podaří, počkejte na příjezd sanitky, hlídejte raněného a komunikujte s ním,“ radí Jiří Smetana, ředitel karlovarské zdravotnické záchranné služby.

2 Jde to i bez rukavic

Ochranné gumové rukavice jsou povinnou součástí každé autolékárničky. „Pokud je nemáte a nebojíte se nákazy – zachraňujete třeba svého partnera, děti, přítele – můžete krvácení zastavit holýma ruka-

ma. Jinak použijte, co je okolo: kus utrženého trička smotejte, natlačte do rány a držte třeba rukou zabalenou v sáčku od svačiny nebo vraženou do vlastní tenisky. Jen abyste nebyli v kontaktu s krví,“ dává příklady šéf záchranky.

3 Vyrobte si tlakový obvaz

Existují návody, jak rychle udělat tlakový obvaz: vezměte z autolékárničky obvaz se dvěma čtverečky, položte je na ránu a obtočte obinadlem. Z dalšího nerozvinutého obinadla nebo třeba složeného kapesníku můžete udělat kompresní prvek, pevně jím stlačte ránu a opět omotejte obinadlem. Pokud krev stále prosakuje, je možné dát ještě jednu vrstvu. Když ani to nepomůže, obvaz upravte či předělejte, zřejmě tlačí na špatné místo. Ale jak podotýká Jiří Smetana, na podobné věci ob-

vykle při zastavování masivního krvácení nezbývá čas: „Než připravíte obvaz podle návodu z kurzu první pomoci v autoškole, bude zraněný svůj příběh vyprávět svatému Petrovi,“ krčí rameny lékař.

4 Kdy použít zaškrcovadlo?

Škrtdlem, tedy tím gumovým páskem z autolékárničky, se podle odborníků masivní krvácení zastavuje spíše v extrémních situacích, hlavně ve třech případech: „Když se v krvácející ráně nachází nějaký cizí předmět, tlakový obvaz nelze použít a zástava se provádí jen za pomoci škrtdla,“ uvádí první příklad Lukáš Hutta, výkonný manažer Asociace Záchraný kruh. Dále se bez zaškrcovadla neobejdete, došlo-li k amputaci ruky či nohy nebo při krvácející otevřené zlomenině některé z končetin.

5 Přiložte škrtdlo na správné místo

Před použitím zaškrcovadla postiženého položte na záda a krvácející končetinu nadzdvihněte. „Škrtdlo přiložte buď na paži či na stehno, vždy mezi ránu a srdce a vždy mimo kloub, jinak nebude fungovat. Nedávejte ho na bérec nebo předloktí, neboť tam krvácení nezastaví – bérec a předloktí obsahují dvě kosti, mezi kterými probíhají tepny, škrtdlo se opře o kosti a neuzavře tepny,“ vysvětluje Jiří Smetana s tím, že se nemusíte bát gumu pořádně utáhnout. Nechte ji tak až do příjezdu záchranky (obvykle několik minut). Nouzově lze místo škrtdla použít pruh látky, pásek z kalhot, kravatu, složený trojčipý šátek... Je však třeba alespoň pětcentimetrové šířky, abyste zraněnému neublížili. (yzk)

1-2

minuty stačí k tomu, aby vážně zraněný člověk vykrvácel. Z pěti litrů krve, které kolují v těle dospělého, už ztráta 35 procent objemu ohrožuje život, 50 procent bývá smrtelných.

pamatujte si

1. Natáhněte si gumové rukavice.
2. Vraďte prsty do krvácející rány a vydržte až do příjezdu záchranářů.
3. Pokud cévu prsty neudržíte, vyrobte si tlakový obvaz.
4. Když krev stále protéká, nebo došlo k amputaci či otevřené zlomenině končetiny, použijte na paži či stehno zaškrcovadlo.
5. Zůstaňte u zraněného až do příjezdu sanitky.

rada experta

„To, zda některý z účastníků autonehody silně nekrváčí, je třeba kontrolovat už při prvotní obhlídce následků havárie. Průzkumy ukazují, že více než polovina motoristů by tuto kontrolu zcela opomněla a tři čtvrtiny řidičů by si se zástavou krvácení prakticky neporadily. Přitom vlastně stačí tak málo: jen stlačit krvácející tepnu.“

Roman Budský, bezpečnostní expert z Platformy VIZE 0

PŘÍŠTĚ

Zraněný je v bezvědomí a nedýchá

Test Znáte svou autolékárničku?



Foto: Hartmann – Rico

Musí ji mít každé auto, nařizuje to zákon. Přesto však mnoho šoférů této malé taštičky plné užitečných věcí nevěnuje velkou pozornost. Průzkum společnosti Hartmann–Rico ukázal, že téměř jedna pětina českých vozidel nemá lékárničku zcela v pořádku. Jejich řidiči tak riskují nejen pokutu, ale i to, že v případě nutnosti nebudou moci poskytnout první pomoc, protože jim bude chybět důležitý zdravotnický materiál. Že jste na tom rozhodně jinak? Vyplňte si náš test. A zkuste vyhrát novou autolékárničku...

1 Kolik kusů zdravotnických pomůcek celkem musí povinně obsahovat lékárnička pro osobní vůz?

- a) 5 b) 21 c) 11

2 Jaká vám v případě nevyhovujícího stavu autolékárničky hrozí pokuta?

- a) žádná, mít lékárničku v pořádku je dobrovolné
b) až 2 000 Kč
c) až 500 Kč

3 Obsah autolékárničky musí splňovat požadavky vyhlášky 341/2014 Sb. v platném znění. Co dál tento předpis stanovuje?

- a) že každý automobil musí být vybaven lékárničkou, která je kompletní a jejíž komponenty jsou neporušené a čisté
b) že musí být lékárnička vždy umístěna v přední přihrádce auta

c) že musí každý řidič projít kurzem první pomoci, než sedne za volant

4 Kdo musí podle platné české legislativy v případě nutnosti poskytnout první pomoc?

- a) pouze záchranáři, kteří mají odpovídající vzdělání
b) každý, kdo je toho schopen, platí to i pro svědky, respektive účastníky dopravních nehod
c) pouze ten, kdo absolvoval kurz první pomoci

5 Musí mít lékárničku také motocykly?

- a) ano, ale jen některé typy
b) ano, všechny kromě mopedů a motokol
c) ne

6 Kde se doporučuje, aby byla autolékárnička uložena?

- a) pod kapotou auta mezi motorem a chladicí kapalinou
b) v přístupném prostoru vozidla určeném pro cestující na označeném tmavém místě
c) ve dveřní přihrádce vedle řidiče

7 K čemu se používá isotermická fólie, která patří do povinné výbavy autolékárničky?

- a) k položení zraněného, aby se neumazal a nezanesly se mu do rány nečistoty
b) k zabránění úniku tělesného tepla při úrazech, popáleninách a šokových stavech

c) k připevnění na auto jako signální vlajka, aby vás nepřehlédli příjezdící záchranáři

8 Co nepatří do povinné výbavy autolékárničky?

- a) škrtdlo obinadla
b) náplast s polštářkem
c) nůžky

9 Jak dlouhá je expirační doba autolékárničky?

- a) 4 roky, poté se musí koupit kompletně nová
b) autolékárnička není třeba nijak obměňovat
c) 4 roky, ale i po uplynutí této doby může lékárnička zůstat v autě, pokud je kompletní a její součásti jsou neporušené, neznehodnocené, neznečištěné...

10 Které tři věci byste měli mít u sebe, když vystoupíte z vozu, abyste pomohli u autonehody se zraněním?

- a) baterku, mobil, obvaz
b) mobil, reflexní vestu, autolékárničku
c) výstražný trojúhelník, baterku, osobní doklady (red)

SOUTĚŽ

Správné odpovědi pošlete emailem na autodnes@mfdnes.cz do pondělí 8. srpna. Nezapomeňte uvést svou korespondenční adresu. Tři vylosovaní výherci získají autolékárničku od společnosti Hartmann – Rico v hodnotě 389 korun. Jejich jména otiskneme v magazínu Auto DNES v úterý 16. srpna.