

# Traumatologický plán

(Pracovišť a objektů ve správě Letiště Praha, a. s.)

Každý zaměstnanec, který se stane svědkem úrazu, je povinen v rámci svých schopností a možností poskytnout okamžitou předlékařskou první pomoc a přivolat lékaře.

Stálá lékařská  
služba letiště

tel.: 220 11  
(3301, 3302)

Je nutné neprodleně oznámit úraz svému vedoucímu nebo přítomnému vedoucímu zaměstnanci pracoviště Letiště Praha, a. s. Ti zajistí předání informace o pracovním úrazu na BED/LP.

Bezpečnostní  
dispečink Letiště  
Praha, a. s.

tel.: 220 11 (1000)

## Základní pravidla a postupy první pomoci

(do příjezdu zdravotnické záchranné služby)

### Zástava krevního oběhu a dýchání:

- Postižený na nic nereaguje a nedýchá.
- Položte postiženého na záda na tvrdou podložku (nejčastěji na zem).
- Záklonem hlavy uvolněte dýchací cesty a vyčistěte je (zvratky, cizí těleso).
- Zahajte oživování (resuscitaci) – neustálou zevní srdeční masáží do příjezdu záchranné služby frekvencí 100x/minuta.
- Školený záchránce: Zahajte oživování (resuscitaci) – pravidelným střídáním zevní srdeční masáže a umělého dýchání z úst do úst v poměru 30 umělých systol: 2 vdechům. Doporučuje se v případě více záchránců na místě.

#### 1. Zevní srdeční masáž

- Klekněte si nad postiženého z boku – nejlépe z levé strany od postiženého.
- Napjaté ruce položte dlaněmi (hranou ruky) na střed hrudní kosti a stlačujte hrudní kost proti páteři do hloubky 4 – 5 cm frekvencí 100 za minutu.

#### 2. Umělé dýchání z úst do úst (záchránce se chrání rouškou, čistým kapesníkem apod.)

- Otevřete jednou rukou postiženému ústa a druhou ucpěte nos.
- Nadechněte se, přitiskněte svá ústa na ústa postiženého a dvakrát (2x) za sebou vdechněte svůj obsah plic do jeho úst.

#### 3. Kombinace zevní srdeční masáže a umělého dýchání

- Zahajte oživování zevní srdeční masáží.
- Po 30 stlačeních hrudníku proveďte vždy 2 umělé vdechy a ihned pokračujte zevní srdeční masáží.
- Střídejte zevní srdeční masáž a umělé dýchání z úst do úst v poměru 30 systol: 2 vdechy až do příjezdu záchranné služby.

### Bezvědomí bez úrazu

- Je-li poškozený v bezvědomí (nereaguje na oslovení a bolestivé podněty), ale dýchá a má srdeční akci, položte ho na tvrdou podložku do polohy na zádech umožňující sledovat případné změny zdravotního stavu.
- Kontrolujte jeho základní životní funkce (dýchání, reakce).
- POZOR – při lapavém dýchání zahajte oživování.

## Křeče

- Zabraňte dle možnosti postiženému, aby se poranil (pád, úder o předměty v okolí – ty je potřeba odstranit apod.).
- Vyčkejte, až křeče odezní a podle potřeby oživujte nebo uložte postiženého do zotavovací polohy.

## První pomoc při úrazu elektřinou

- Vyprostit postiženého z dosahu elektrického proudu (vypnout nebo zajistit vypnutí příslušného vypínače, vyšroubovat pojistky, vypnout jistič, vytáhnout zástrčku ze zásuvky, odsunout vodič, odtáhnout postiženého nevodivým předmětem resp. provazem a nikdy vlhkým předmětem).
- Zajistit postiženého tak, aby po přerušení proudu nespádl, postižený se sám nemůže pustit předmětu, který svírá (křeč).
- Pokud postižený nedýchá, ihned zahájit nepřímou srdeční masáž frekvencí 100/ minutu.
- Školený záchránce zahajuje nepřímou srdeční masáž a umělé dýchání v poměru 30 stlačení : 2 vdechy.
- Přivolat lékaře.

## Úraz s bezvědomím

- Dýchá-li postižený a je-li spontánní srdeční aktivita (pokud dýchá, je přítomná srdeční aktivita), s postiženým nemanipulujte.
- Při zástavě dýchání a/nebo srdeční činnosti zahajte oživování.
- Přikryjte postiženého a zabraňte ztrátám tepla.

## Cizí těleso v dýchacích cestách – dušení

- Doporučte postiženému, aby se snažil tělesa zbavit vykašláním.
- Postižený je v mírném předklonu a udeřte NĚKOLIKRÁT postiženého dlaní mezi lopatky.
- Úder mezi lopatky můžete v krajním případě (když úderů nezabírají) nahradit prudkým stlačením břicha (případně lze provést Heimlichův manévr).

## Tepenné krvácení

### 1. Malé tepenné krvácení

- Přiložte tlakový obvaz na postižené místo (případně stočené obinadlo nebo pevně smotaný kousek látky – kapesník, které pevně přifixujete pružným obinadlem).
- Není-li k dispozici obinadlo, tlačte rukou, a pokud jde o končetinu, umístíme končetinu do polohy nad úroveň srdce.

### 2. Větší tepenné krvácení

- Přiložte tlakový obvaz na postižené místo (případně stočené obinadlo nebo pevně smotaný kousek látky – kapesník, které pevně přifixujete pružným obinadlem).
- Pokud tlakový obvaz opakovaně (i po přiložení třetí vrstvy obinadla) protéká nebo pokud se jedná např. o amputaci končetiny, přiložte nad krvácející ránu směrem k srdci škrtidlo (min 5 cm široké, nikdy obvaz) a utáhněte je. Dobré přiložení škrtidla poznáte podle toho, že se proud vytékající krve zastaví nebo výrazně zpomalí.

### 3. Tepenné krvácení z jiné části těla

- Přiložte na ránu tlakový obvaz (stočené obinadlo, pevně smotaný kus látky) a tlačte pevně rukou.

Pamatujte: masivní krvácení může být i žilní. Postup je shodný.

Lékárničky na pracovištích externích subjektů si zabezpečují tyto subjekty sami.  
V případě nutnosti lze využít lékárníčky první pomoci pracovišť Letiště Praha, a. s.