



Astmatický záchvatBezvědomíCukrovkaDušeníEpileptický záchvatHadí uštknutíInteraktivní Příručka první pomociKlíštěKrváceníMasivní krváceníMdloba, kolapsOmrzliny, podchlazeníOtrava oxidem uhelnatým - COOtřes mozkuPokousání zvířetemPoleptáníPoranění kostí, kloubů a svalůPoranění okaRány a poraněníResuscitaceŠokTonutíÚpal, úžehÚraz elektrickým proudemVčelí, vosí a sršní bodnutíVýkony zachraňující životZástava dechu a krevního oběhu

Poranění kostí, kloubů a svalů



Poranění kostí, kloubů či svalů nejsou neobvyklé a můžeme si je přivodit při různých činnostech ve škole, v zaměstnání, při sportu i v dopravních prostředcích při nehodách. Všechna poranění kostí, kloubů a svalů mají přitom jednu společnou vlastnost. V terénu nejsme většinou schopni rozeznat typ a hlavně závažnost poranění. Proto bychom měli postupovat, jako by šlo o nejvážnější úraz. Správně poskytnutá první pomoc může výrazně snížit následky úrazů.

Příznaky

Poranění kostí, kloubů a svalů jsou velmi citlivá, často znemožňují, nebo výrazně omezují pohyb zraněné části těla. Také jsou doprovázena otoky a krevními výrony.

První pomoc

Pokud se jedná o otevřenou zlomeninu, kdy část kosti trčí z těla ven, nejdříve vydesinfikujte okolí rány a sterilním překrytím zastavte krvácení. Kosti do rány nikdy nevracejte! Dále už pokračujte jako u zavřených zlomenin.

Poraněnými končetinami raději nehýbejte. Nejlépe je lze znehybnit měkkým obložním. Dlahování je zbytečné, pokud přijede odborná pomoc a dopraví zraněného do zdravotního zařízení. Pokud však nezbyvá nic jiného, než dopravit postiženého do zdravotnického zařízení svépomocí, je dobré zlomeninu vyztužit dlahou, aby nedošlo ke zhoršení zranění.

Zraněné ruce znehybníte nejlépe za pomoci šátkového závěsu. Při nutném laickém transportu raněné nohy znehybníte pomocí dlahy. Použijte jakýkoliv neostrý předmět odpovídající délky (např. větev, hokejka, lyže, vařečka, druhá noha, a jiné) a přiložte jej na zraněnou končetinu a obvazem přitáhněte. Vždy je nutné u zlomeniny dolní končetiny znehybnit kloub nad a kloub pod zlomeninou. Dávejte pozor, obvazem, šátkem, páskem ani jinou textilií nesmíte končetinu zaškrtnit, aby nedošlo k omezení prokrvení! .

Bolestivé a nebezpečné nemusí být jen zlomeniny, stejně závažné je i naštípnutí kosti! První pomoc je stejná jako v případě zlomenin.

Následně zavolejte zdravotnickou pomoc na čísle 155, případně zajistěte jinou šetrnou dopravu postiženého k lékaři.



Více rad a informací najdete na www.zachrannykruh.cz