

Příloha č. 11

TRAUMATOLOGICKÝ PLÁN

„Silnice I/44 Červenohorské sedlo – jih“



DIPLOMOVÁ PRÁCE

Datum:6.1.2019

Zhotovitel:Bc. Václav Březina

1. Obecná ustanovení

Tento plán je důležitý pro poskytnutí rychlé první pomoci postiženému. Na pracovištích **musí** být umístěna lékárnička první pomoci, která musí být vybavena s přihlédnutím k rizikům prováděné činnosti. Za obsah a vybavení odpovídá příslušný vedoucí zaměstnanec. Včasné, rozsahem i kvalitou správné poskytnutí první pomoci může pak nejen omezit následky úrazu, ale i zabránit bezprostřednímu ohrožení života.

2. Důležitá telefoní čísla

Tísňová linka	112
Policie ČR	158
Městská police	156
Hasičský záchranný sbor (HZS)	150
Záchranná zdravotní služba	155

3. Lékárničky první pomoci

K zabezpečování a poskytování první pomoci musí být stavby a pracoviště vybaveny lékárničkami první pomoci. Lékárnička bude k dispozici všem zaměstnancům na dostupném místě. Lékárnička první pomoci obsahuje léky a zdravotnické pomůcky nezbytné pro poskytování první pomoci na stavbě nebo pracovišti. Všechny lékárničky a jejich náplně musí být udržovány v pohotovém stavu, v čistotě a podle potřeby doplňovány. Je třeba kontrolovat dobu expirace léčiv. Na každé stavbě musí být ustanoven zaměstnanec, který odpovídá za obsah a doplňování lékárničky a za správné poskytování první pomoci. Součástí každé lékárničky je sešit k záznamu provedeného ošetření. V případě potřeby následného sepsání záznamu o úrazu je možné se odvolat na provedený záznam v sešitu.

Obsah lékárničky:

Léčiva

Absorbční uhlí	20 tablet
Ophthalmo – septonex	1 ks
Desinfekce	1 ks

Obvazový materiál

Gáza 7,5 x 7,5 sterilní	2 ks
Náplast fixační 2,5 cm x 2 cm	1 ks
Obínadlo elastické 10 cm x 5 m	2 ks
Sterilní krycí obvaz	5 ks
Rouška (krytí) na popáleniny	1 ks
Rouška recitační pro dýchání z plic do plic	1 ks
Obínadlo pryžové, škrtící 4 cm x 70 cm	1 ks
Trojčipý šátek	1 ks

Zdravotnické pomůcky

Nůžky	1 ks
Pinzeta	1 ks
Latexové rukavice	1 ks
Karta první pomoci	1 ks

Autolékárnička

Obsah autolékárničky je dán právním předpisem MD, o schvalování technické způsobilosti a technických podmínkách provozu silničních vozidel na pozemních komunikacích. Všechny lékárničky a jejich náplně musí být udržovány v pohotovém stavu, v čistotě a podle potřeby doplňovány. Je třeba kontrolovat dobu expirace léčiv.

4. Zajištění první pomoci

Zaměstnanec, který utrpěl pracovní úraz (PÚ), pokud je toho schopen a každý jiný zaměstnanec, který je svědkem úrazu, popř. ten, který se o něm nejdříve dozví, je povinen ihned oznámit úraz příslušnému vedoucímu, nebo nejbližšímu nadřízenému zraněného zaměstnance.

V případě vzniku úrazu musí každý zaměstnanec věcně a stručně popsat danou situaci při oznámení rychlé zdravotnické pomoci :

- Co se stalo ?
- Kdy se to stalo ?
- Kde se to stalo ?
- Kolik osob je postiženo ?
- Jak vážně jsou poraněny ?
- Kdo a odkud podává zprávu ?

Zaměstnavatel je povinen zabezpečit všechny pomůcky nutné pro poskytování první pomoci a zajisti rozmístění těchto pomůcek na vhodném a dosažitelném místě

Činnosti, které se NESMÍ při poskytování první pomoci provádět:

- Svlékat šaty zraněného (výjimku tvoří poleptání louhy a kyselinami)!
- Vtlačovat obnažené úlomky kostí u otevřených zlomenin do rány!
- Odstraňovat vyčnívající cizí tělesa z ran!
- Násilně měnit polohu zraněného!
- Do ran a na popálená místa sypat prášky s antibiotiky, aplikovat masti nebo polévat rány dezinfekčními roztoky!
- Zjišťovat hloubku ran!
- Ponechat zraněného bez dozoru!

5. Jednotlivé situace a způsob jejich řešení

První pomoc při úrazu Elektřinou

Jednejte rychle, klidně a účelně. V oživování vytrvejte, neboť většina postižených je mrtvá jen zdánlivě!

1. Postiženého vyprostíme z dosahu elektrického proudu, aniž bychom při tom ohrozili sebe! Proto nejdříve:

- a) vypneme proud vypínačem, vytažením kabelu ze zásuvky, vyšroubováním pojistky
- b) odsuneme vodič nebo odtáhneme zasaženého, nejlépe elektricky nevodivým materiálem – dřevem, provazem, oděvem
- c) nikdy se nedotýkáme holou rukou těla ani oděvu postiženého. Pracujeme pokud možno, jednou rukou.

Nezapomeňme, že postižený se sám může pustit předmětu, který svírá pro svalovou křeč. Proto jej zajistíme tak, aby po přerušení proudu neupadl.

2. Zasaženého, pokud je v bezvědomí, ihned uložíme na záda, nejlépe na zem. Pokud nedýchá zprůchodníme dýchací cesty. Zakloníme mu hlavu, povytáhneme jazyk a předsuneme dolní čelist.

3. Nezačne-li postižený dýchat, ihned zahájíme umělé dýchání!

Současně se přesvědčíme o srdeční činnosti nahmatáním tepny na krku vedle průdušnice.

4. Není – li hmatný tep, zahájíme masáž srdce!

5. V oživování pokračujeme až do obnovení spontánního tepu či do příjezdu lékaře.

První pomoc při krváčení

Krvácení působí vždy skličujícím dojmem, ať je z řezné či jiné rány. Má být ošetřeno okamžitě a klidně. Považujte krvácení za vážné:

- a) Když krev silně stříká z rány.
- b) Když je ztráta odhadem větší než 250 ml (1/4 litru).
- c) Když krvácení trvá déle než 5 minut.

1. Položte postiženého a zvedněte postiženou část těla.

2. Odstraňte lehce přístupná drobná cizí tělesa, jako např. úlomky skla, ale nesnažte se vyjmout zaražená cizí tělesa.

3. Pevně přitlačte na ránu gázový tampon, svírajíce zející okraje k sobě. Pokud je v ráně nějaký pevně lpící předmět, netlačíme na něj přímo.

4. Udržujte tlak na ránu tím, že tampon pevně přivážete obinadlem nebo pruhem látky.

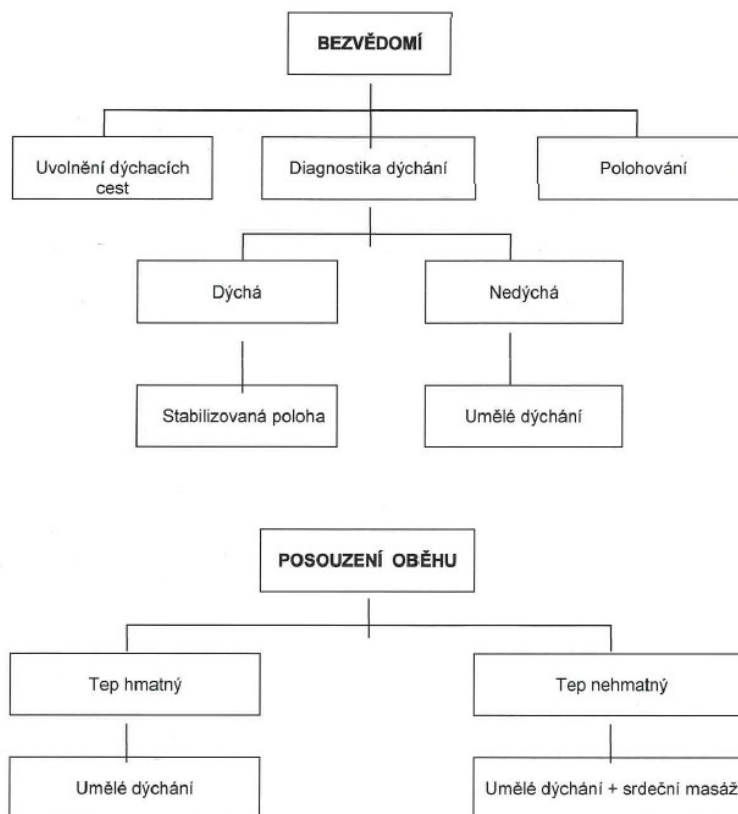
5. Když krev prosakuje obvazem, neodstraňujeme jej, ale přitlačíme další tampony a obinadlo tak, aby drželo pevně s původním obvazem. Hluboká rána, způsobená znečištěným předmětem, např. rezavým hřebíkem nebo zubem zvířete, nese s sebou velké riziko infekce, jelikož se nečistota zanesou hluboko do tkáně a rána krvácí příliš slabě, aby ji vyplavila. Pokud je hluboké poranění provázeno tupostí, brněním či slabostí v poraněné končetině, mohou být poškozeny nervy či šlachy.

První pomoc při bezvědomí

Pro záchranu života, který je bezvědomím ohrožen, musíme:

1. se přesvědčit, zda je postižený v bezvědomí (vyzkoušíme více podnětů: oslovení, bolest) a pokud postižený nereaguje, jde o bezvědomí
2. bezvědomého uložit na záda na tvrdou podložku. Pod hlavu nic nepodkládáme!
3. zprůchodnit dýchací cesty: postiženému zakloníme hlavu, povytáhneme jazyk, předsuneme dolní čelist. Pokud postižený nezačne dýchat, ihned zahájíme umělé dýchání. Umělé dýchání z plic do plic se provádí buď z úst do úst, nebo z úst do nosu. V prvním případě ukazovákem a palcem sevřeme postiženému nos a dlaní téže ruky stlačujeme čelo k podložce. Druhou rukou přizvedáme dolní čelist tak, aby ústa byla pootevřená. Rozevřenými ústy obemkne ústa postiženého a hluboce vdechne co největší množství vzduchu, aby se hrudník postiženého zvedl. Při umělém dýchání do nosu zavřeme ústa postiženého. Při oddálení úst postižený vydechuje. Při hmatném tepu velkých tepen a na krku pokračujeme v umělém dýchání dvanáctkrát za minutu. Při nehmatném tepu zahájíme ihned ožívání dvěma rychlými vdechy současně s nepřímou masáží srdce, kterou provádíme tak, že nárazově stlačujeme hrudní kost v její dolní polovině hranou dlaně u zápěstí, o níž se opíráme druhou rukou. Postupujeme citlivě tak, aby nedošlo ke zlomení kosti. Stlačujeme maximálně 5 cm. Pokud je na místě jediný záchránce, střídá dva rychlé vdechy s patnácti stlačeními hrudní kosti. Pokud jsou záchránci dva, provádí jeden umělé dýchání a druhý nepřímou masáž srdce. V tomto případě přichází jedno vdechnutí na každé páté stlačení hrudní kosti. V ožívání pokračujeme až do obnovení spontánního tepu či do příjezdu lékaře.

Schéma pro postup při bezvědomí



První pomoc při zlomeninách

Jak se pozná zlomenina?

- a) změna tvaru končetiny (zkrácení či pokřivení)
- b) nepřirozená pohyblivost končetiny
- c) křupání kostních úlomků při pohybu
- d) silná bolestivost v oblasti zlomeniny při pohybu
- e) otok v místě zlomeniny s krevním výronem
- f) roztržení kůže, krvácení, někdy i vyčnívající kost

Zlomeniny nohou

Je-li při zlomenině poraněna kůže a rána krvácí nebo trčí-li z rány kost, musíme ji nejdříve sterilně přikrýt a obvázat. Teprve pak zlomeninu znehybníme. Dlahu přikládáme tak, aby překrývala kloub nad a pod zlomeninou. Pokud nemáme dlahu, postačí provizorně hůl, klacek apod.

Zlomenina kosti hlavy a páteře

Nejdůležitější je zraněného přesunout na rovnou a tvrdou podložku v rovině (vysazené dveře, prkna apod.) Pod záda nic nepodkládáme! Se zraněným zbytečně nehýbeme. Při přesunu se nesmí zvrátit hlava, musí být stále ve stejné rovině s tělem.

Zásadně nezvedáme postiženého za ruce nebo nohy! U poranění krční páteře zabráníme pohybu hlavy obložením ze stran. Zajistíme okamžitý převoz do nemocnice.

Zlomenina pánve

Postiženého opatrně položíme na pevnou a tvrdou podložku, ohneme mu kolena a stehna svážeme pevně k sobě.

Zlomeniny rukou

Končetinu ohneme v lokti, zavěsíme na šátek a přivážeme k trupu.

První pomoc při křečových stavech

Křečový stav se projevuje rytmickými záškuby celého těla. Postižený během záchvatu nedýchá, může se pomočit, může mu vytékat krev z úst z pokousaného jazyka. Záchvat trvá většinou krátce a po jeho odeznění se postižený začíná probírat, je zmatený, nepamatuje si, co se stalo.

- Snažíme se postiženého zachytit, aby se při pádu neporanil, odstraníme z jeho dosahu předměty, o které by se mohl poranit.
- Voláme ZZS (155).
- Během záchvatu mu lehce přidržujeme hlavu, aby si nezpůsobil poranění hlavy.
- Po odeznění křečí uvolníme dýchací cesty (záklonem hlavy) a sledujeme životní funkce (dýchání).
- **NIKDY** neotvíráme během záchvatu násilně ústa!
- Při febrilních křečích u dětí snižujeme horečku (např. zábalem,..).

První pomoc při alergické reakci

Nejčastěji zejména po bodnutí hmyzem. Při zasažení v oblasti krku hrozí dechové obtíže. Alergická reakce se nejčastěji projevuje slabostí, otokem, zvracením, zarudnutí kůže až ztráta vědomí.

- Voláme ZZS (155), sledujeme životní funkce.
- Chladíme postižené místo.
- Poloha dle obtíží (protišoková X v polosedě).
- Při bodnutí do dutiny ústní lze pacientovi při vědomí nechat cucat kostku ledu.

První pomoc při infarktu

Příznaky: náhle vzniklá bolest za hrudní kostí, může vystřelovat do ramene, krku nebo břicha. Tato bolest je trvalá a nepovoluje ani po změně polohy. Dotyčný je opocení, schvácený, špatně se mu dýchá, mívá pocit na zvracení, nebo i zvrací. Příznaky nepolevují, naopak se stupňují a pacient má subjektivně tísnivý pocit. Nepodáváme nic, voláme ZZS (155). Postižený musí zůstat v klidu a vyčkat odborné lékařské pomoci. Pokud upadne do bezvědomí, postupujeme na základě resuscitačních postupů.

První pomoc při otravě CO

Oxid uhelnatý (CO) vzniká při nedokonalém spalování (např. plynové kotle). Je to plyn, který je bez chuti, barvy a zápachu a lidskými smysly nezjistitelný. Otrava CO se projevuje bolestí hlavy, nevolností, malátností až bezvědomím. Není-li poskytnuta včas první pomoc, postižený umírá. Ihned zajistíme přísun čerstvého vzduchu (otevření oken). Postiženého člověka vyneseme co nejdříve mimo prostor a uvolníme mu oděv. Musíme však mít na paměti, že nebezpečí otravy hrozí i zachránci již při relativně krátkém pobytu v zamořeném prostoru cca po 1 – 3 minutách. Pokud postižená osoba upadne do bezvědomí, postupujeme na základě resuscitačních postupů. Voláme ZZS (155).

První pomoc při popálení a opaření

Popálená nebo opařená kůže ztrácí ochranné schopnosti a je velmi dobrou živnou půdou pro bakterie, které se zde rychle množí a mohou vyvolat celkovou otravu.

- postiženého posadíme nebo položíme
- provádíme chlazení postižené plochy (studenou vodou) pouze u popálenin do 5 % postižené plochy těla (1 % = dlaň ruky postižené osoby). U dětí chlazení neprovádíme.
- odstraníme ozdoby (prstýnky, náramky,..)
- popálenou plochu nečistíme a neodstraňujeme zbytky kůže, nepropichujeme puchýře, neaplikujeme masti apod.
- na postiženou plochu položíme sterilní krytí
- lehce a volně převážeme obvazem
- u postižené osoby zabráníme podchlazení (přikrytí dekou)

První pomoc při úrazu hlavy

Vzniká při pádu na hlavu nebo po silném úderu do hlavy. Postižený (dítě) může být krátce v bezvědomí. Nepamatuje si na úraz, neví co se děje a neustále opakuje ty samé věty. Bývá pocit na zvracení nebo zvrací. Nikdy tento stav nepodceňujte, převezte postiženou osobu na chirurgické vyšetření a nebo volejte ZZS (155).

První pomoc při úrazu břicha

Časté po pádu přes řídítka (u dětí), u dopravních nehod, kopnutí do břicha apod. Může jít o závažné poranění orgánů a vnitřní krvácení. Projevuje se neutěšující bolestí břicha, děti se choulí do klubíčka. Ponechejte jej v úlevové poloze (pokrčené dolní končetiny), volejte ZZS (155), zajistěte mu tepelný komfort a sledujte jeho stav. Nepodávejte žádnou stravu ani tekutiny! Pokud je postižený v bezvědomí a nedýchá, provádíme neodkladnou resuscitaci.

První pomoc při otravě

Nejčastěji se jedná o otravy léky, roztoky a chemikáliemi (běžné v domácnosti). Vyvolávat zvracení lze pouze, jsme-li svědky požití léků.

- Voláme ZZS (155).
- Pečujeme o základní životní funkce.
- Zajistíme vzorek látky i s obalem
- Toxikologické informační středisko - tel.: 224 91 92 93, 224 91 54 02.
- Prevence – musíme zajistit, aby se dítě, žák, student k nebezpečným látkám a lékům nedostal!!!!

V.....dne.....

.....
Vedoucí zaměstnanec organizace