







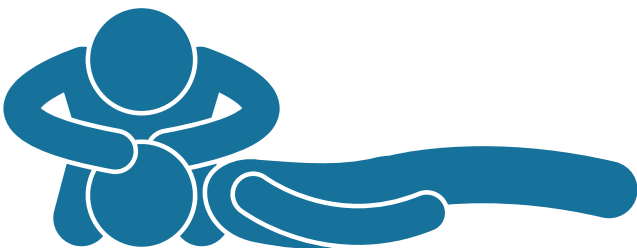

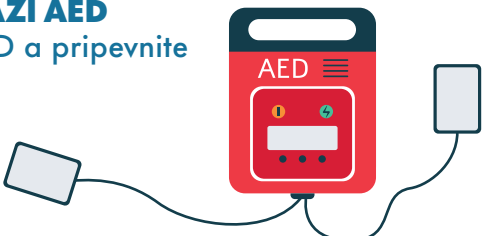
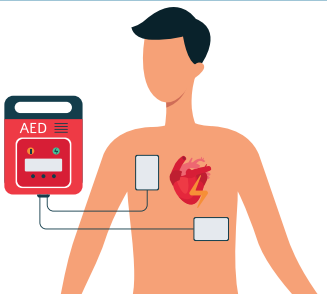


# ZÁKLADNÁ KARDIOPULMONÁLNA RESUSCITÁCIA (KPR)

ČINNOSŤ	TECHNICKÝ POPIS
<b>BEZPEČNOSŤ</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uistite sa, že ste vy, ranená osoba i svedkovia v bezpečí</li> </ul>
<b>REAKCIA</b> Vyskúšajte, či osoba reaguje	 <ul style="list-style-type: none"> <li>Citlivo zatraste ranenou osobou za ramená a nahlas sa jej opýtajte: <b>"Ste v poriadku?"</b></li> </ul>
<b>DÝCHACIE CESTY</b> Spriechodnite dýchacie cesty	 <ul style="list-style-type: none"> <li>Ak ranená osoba nereaguje, uložte ju na chrbát</li> <li>Dlaňou jednej ruky na čele a končekmi prstov druhej ruky pod bradou jej opatrne zakloňte hlavu, aby sa spriechodnili dýchacie cesty</li> </ul>
<b>DÝCHANIE</b> Skontrolujte, či osoba dýcha	 <ul style="list-style-type: none"> <li>Pokúste sa zistiť, či ranená osoba dýcha (viditeľne, počuteľne, alebo jej dych cítite na líci) <b>za nie viac ako 10 sekúnd</b></li> <li>Ak sotva dýcha alebo dýcha nepravidelne, pomaly a hlučne lapá po dychu, jej dýchanie <b>nie je normálne</b></li> </ul>
<b>ŽIADNE ALEBO ABNORMÁLNE DÝCHANIE</b> Volajte záchrannú zdravotnú službu	 <ul style="list-style-type: none"> <li>Ak dýchanie nie je prítomné alebo je abnormálne, zavolajte na tiesňovú linku</li> <li>Keď je to možné, zostaňte pri ranenej osobe</li> <li>Na telefóne zapnite hlasitý odposluch alebo hands-free ovládanie, aby ste mohli ranenú osobu oživovať a zároveň komunikovať s operátorom tiesňovej linky</li> </ul>
<b>ZOŽEŇTE AED</b> Pošlite niekoho po automatizovaný externý defibrilátor	 <ul style="list-style-type: none"> <li>Požiadajte okolidúceho, aby vyhľadal a priniesol automatizovaný externý defibrilátor, ak je k dispozícii</li> <li>Ak ste sám, <b>NEODCHÁDZAJTE</b> od ranenej osoby, ale začinite kardiopulmonálnu resuscitáciu</li> </ul>
<b>OBEH</b> Začinite so stláčaniami hrudníka	  <ul style="list-style-type: none"> <li>Kľaknite si na zem vedľa ranenej osoby</li> <li>Položte zápästnú časť dlane jednej ruky na stred hrudnej kosti ranenej osoby</li> <li>Zápästnú časť druhej ruky položte na spodnú ruku a prepleťte prsty oboch rúk</li> <li>Paže ostávajú vystreté, neprelamujte ich v lakti</li> <li>Nakloňte sa kolmo nad hrudník ranenej osoby a zatlačte stred hrudnej kosti do hĺbky aspoň 5 cm (nie však hlbšie ako 6 cm)</li> <li>Po každom stlačení úplne uvoľnite tlak, no zároveň zachovajte kontakt medzi vašimi rukami a hrudníkom</li> <li>Stláčania opakujte v tempe 100 až 120 stlačení za minútu</li> </ul>

# ZÁKLADNÁ KARDIOPULMONÁLNA RESUSCITÁCIA (KPR)

ČINNOSŤ	TECHNICKÝ POPIS
<p><b>KOMBINUJTE ZÁCHRANNÉ VDYCHY SO STLÁČANÍM HRUDNÍKA</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ak ste trébovaný</b>, po 30 stlačeniach znovu spriechodnite dýchacie cesty použitím záklonu hlavy</li><li>• Pomocou palca a ukazováka stlačte ranenej osobe nosné dierky</li><li>• Ústa ranenej osoby nechajte otvorené a hlavu jej udržiavajte v záklone</li><li>• Normálne sa nadýchnite a svoje pery položte na ústa ranenej osoby tak, aby pri výdychu neunikal vzduch</li><li>• Stabilne vydýchnite do úst ranenej osoby a pozorujte, či sa jej do 1 sekundy dvihne hrud'. Takto vyzerá účinný záchranný vdych</li><li>• Udržiavajúc záklon hlavy ranenej osoby odkloňte svoju hlavu a sledujte pokles hrudníka pri vychádzaní vzduchu</li><li>• Znovu sa normálne nadýchnite a ešte raz vydýchnite vzduch do úst ranenej osoby, aby ste dosiahli 2 záchranné vdychy</li><li>• Neprerušujte stláčanie hrudníka na viac ako 10 sekúnd kvôli dvom vdychom, aj keby jeden z nich nebol efektívny</li><li>• Po vykonaní vdychov sa bezodkladne vráťte do pozície a znova 30-krát stláčajte hrudník</li><li>• Pokračujte v stláčaní hrudníka a záchranných vdychoch v pomere 30:2</li></ul>
<p><b>KPR LEN SO STLÁČANÍM HRUDNÍKA</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ak nie ste trébovaný alebo nie ste schopný vykonať záchranné vdychy</b>, realizujte iba kardiopulmonálnu resuscitáciu (sústavné stláčanie hrudníka v tempe 100 až 120 stlačení za minútu)</li></ul>
<p><b>KEĎ DORAZÍ AED</b> Zapnite AED a pripevnite elektródy</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Akonáhle je k dispozícii AED, zapnite ho a pripevnite elektródy na nezahalený hrudník ranenej osoby</li><li>• Ak je na mieste viac ako jeden záchranca, KPR by mala byť vykonávaná aj počas pripevňovania elektród na telo ranenej osoby</li></ul>
<p><b>RIADŤE SA POKYNNI AED</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Riadťe sa hovorenými a vizuálnymi pokynmi vychádzajúcimi z AED</li><li>• <b>Ak AED avizuje výboj</b>, ubezpečte sa, že sa nikto nedotýka ranenej osoby</li><li>• Stlačte gombík výboja na základe inštrukcie AED</li><li>• Potom <b>okamžite</b> pokračujte v KPR podľa ďalších pokynov AED</li></ul>

# ZÁKLADNÁ KARDIOPULMONÁLNA RESUSCITÁCIA (KPR)

ČINNOSŤ	TECHNICKÝ POPIS
<p><b>AK SA VÝBOJ NEODPORÚČA</b> Pokračujte v KPR</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ak sa výboj neodporúča</b>, okamžite pokračujte v KPR podľa pokynov AED</li></ul>
<p><b>AK NIE JE AED K DISPOZÍCII</b> Pokračujte v KPR</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ak nie je AED k dispozícii <b>ALEBO</b> kým čakáte na jeho prinesenie, pokračujte v KPR</li><li>• Resuscitáciu neprerušujte, kým:<ul style="list-style-type: none"><li>• Vám na to nedá pokyn zdravotnícky profesionál <b>ALEBO</b></li><li>• Ranená osoba sa s určitosťou preberá, hýbe sa, otvára oči a normálne dýcha <b>ALEBO</b></li><li>• Nie ste na pokraji vlastných síl</li></ul></li><li>• Nie je bežné, aby sa srdcová činnosť obnovila iba vďaka KPR. Kým si nie ste úplne istý, že ranená osoba je oživená, pokračujte v KPR</li><li>• Znaky oživenia ranenej osoby:<ul style="list-style-type: none"><li>• Preberá sa</li><li>• Hýbe sa</li><li>• Otvára oči</li><li>• Dýcha normálne</li></ul></li></ul>
<p><b>KEĎ NEREAGUJE, ALE DÝCHA NORMÁLNE</b> Uložte osobu do stabilizovanej polohy</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ak ste si úplne istý, že ranená osoba dýcha normálne, no napriek tomu nereaguje, umiestnite ju do stabilizovanej polohy</li><li>• Buďte pripravený bezokladne začať KPR v prípade, že osoba prestane reagovať, prestane dýchať normálne alebo úplne</li></ul>