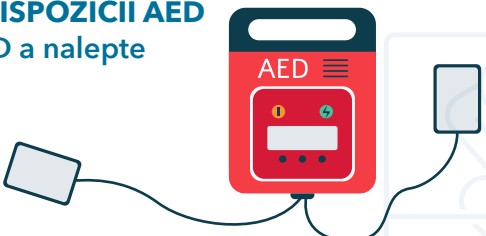
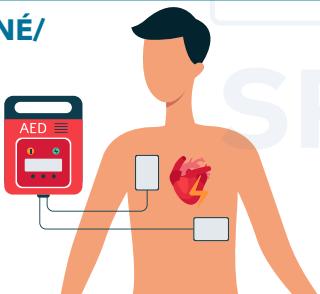


ZÁKLADNÁ RESUSCITÁCIA KROK ZA KROKOM

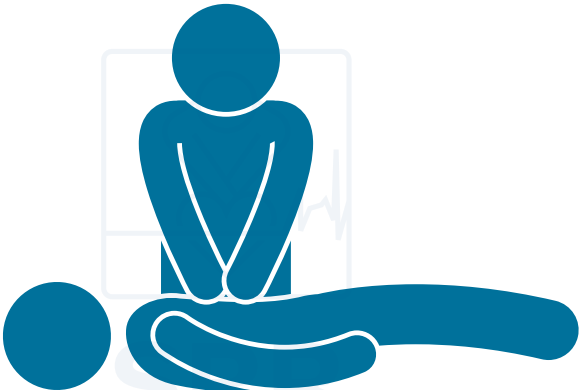
POSTUPNOSŤ/ČINNOSŤ	TECHNICKÝ OPIS
BEZPEČNOSŤ 	Uistite sa, že vy, obeť aj všetci okolostojaci sú v bezpečí
REAKCIE Skontrolujte, či reaguje 	Zľahka potraсте obeť za plecia a nahlas sa opýtajte: <i>"Ste v poriadku?"</i>
DÝCHACIE CESTY Spriechodnite dýchacie cesty 	- Ak nereaguje, uložte obeť na chrbát - Jednou rukou na čele a dvomi prstami pod bradou, jemne zakloňte hlavu obete, zdvihnite bradu, aby ste spriechodnili dýchacie cesty
DÝCHANIE Pozerajte, počúvajte a cíťte dýchanie 	- Pozerajte, počúvajte a cíťte dýchanie nie viac ako 10 sekúnd - Obeť, ktorá ledva dýcha, alebo nepravidelne, pomaly a hlasno lapá po dychu, nedýcha normálne
NEDÝCHA ALEBO NEDÝCHA NORMÁLNE Zavolajte tiesňovú linku 	- Ak je dýchanie neprítomné alebo abnormálne, požiadajte niekoho, aby zavolał záchranú službu alebo ju zavolajte vy - Zostaňte pri obeti, ak je to možné - Aktivujte funkciu hlasného odposluchu alebo hands-free voľbu na telefóne, aby ste mohli začať KPR kým sa rozprávate s operátorom tiesňovej linky
POŠLITE PRE AED Pošlite niekoho, aby doniesol AED 	- Pošlite niekoho, aby našiel a priniesol AED, ak je dostupné - Ak ste sám, NEOPÚŠŤAJTE obeť, začnite KPR
KRVNÝ OBEH Začnite stláčať hrudník 	- Kľaknite si vedľa obete - Položte päť jednej ruky na stred hrudníka obete - to je dolná polovica hrudnej kosti (sterna) obete - Položte päť druhej ruky na chrbát prvej ruky a prepleťte si prsty - Držte lakty vystreté - Majte svoje ramená kolmo (vertikálne) na hrudník obete a stláčajte hrudnú kosť aspoň o 5 cm (ale nie viac ako 6 cm) - Po každom stlačení, uvoľnite úplne tlak na hrudník bez straty kontaktu vašich rúk a hrudnej kosti obete - Opakujte rýchlosťou 100-120/min

ZÁKLADNÁ RESUSCITÁCIA KROK ZA KROKOM

POSTUPNOSŤ/ČINNOSŤ	TECHNICKÝ OPIS
KOMBINUJTE ZÁCHRANNÉ VDYCHY SO STLÁČANÍM HRUDNÍKA 	• Ak ste na to vycvičený, po 30 stlačeniach znovu spriechodnite dýchacie cesty záklonom hlavy a zdvihnutím brady • Palcom a ukazovákom vašej ruky, ktorá je na čele obeť, stlačte mäkkú časť nosa • Otvorte ústa obeť tak, aby brada zostala zdvihnutá • Normálne sa nadýchnite a položte svoje pery okolo úst obeť, aby ste mali vzdychotesné spojenie • Vydychujte do úst obeť približne 1 sekundu ako pri normálnom dýchaní, pričom sledujte, či sa obeť zdvíha hrudník. Toto je účinný záchranný vdych • Držiac hlavu zaklonenú a bradu zdvihnutú, oddialte svoje ústa od obeť a sledujte ako hrudník klesá, keď vzduch vychádza von • Opäť sa normálne nadýchnite a fúknite do úst obeť ešte raz, aby ste urobili dva účinné záchranné vdychy • Kvôli vykonaniu dvoch účinných vdychov, neprerušujte stláčanie hrudníka na viac ako 10 sekúnd, aj keby boli jeden alebo dva vdychy neefektívne • Potom bez zdržania vráťte svoje ruky do správnej polohy na hrudnej kosti a vykonajte ďalších 30 stlačení hrudníka • Pokračujte so stláčaním hrudníka a záchrannými vdychmi v pomere 30:2
KPR IBA STLÁČANÍM HRUDNÍKA 	• Ak nie ste vycvičený, alebo nie ste schopný vykonať záchranné vdychy, vykonávajte KPR iba stláčaním hrudníka (neprerušované stláčanie hrudníka rýchlosťou 100-120/min)
KEĎ JE K DISPOZÍCIÍ AED Zapnite AED a nalepte elektródy 	• Ihneď, ako je k dispozícii AED, zapnite ho a nalepte elektródy na obnažený hrudník obeť • Ak je prítomný viac ako jeden záchranca, KPR by mala pokračovať počas nalepovania elektród na hrudník
NASLEDUJTE HOVORENÉ/ VIZUÁLNE POKYNY 	• Nasledujte hovorené a vizuálne pokyny, ktoré vám dáva AED • Ak je odporúčaný výboj, uistite sa, že ani vy ani nikto iný sa nedotýka obeť • Stlačte tlačidlo výboja podľa pokynov • Potom okamžite pokračujte v KPR a riadte sa pokynmi AED

ZÁKLADNÁ RESUSCITÁCIA

KROK ZA KROKOM

POSTUPNOSŤ/ČINNOSŤ	TECHNICKÝ OPIS
AK VÝBOJ NIE JE ODPORUČENÝ Pokračujte v KPR 	• Ak výboj nie je odporučený, okamžite pokračujte v KPR a riadte sa pokynmi AED
AK AED NIE JE K DISPOZÍCII Pokračujte v KPR 	• Ak AED nie je k dispozícii, ALEBO pokiaľ čakáte, kým dorazí, pokračujte v KPR • Neprerušujte resuscitáciu pokiaľ: • zdravotnícky pracovník nepovie, aby ste prestali ALEBO • sa obeť s určitou neprebúdzá, nehýbe sa, neotvára oči a nedýcha normálne ALEBO • nie ste vyčerpaný • Je zriedkavé, aby samotná KPR obnovila činnosť srdca. Pokiaľ si nie ste istý, že sa obeť zotavila, pokračujte v KPR • Znaky, že sa obeť zotavila: • prebúdzanie • pohyb • otváranie očí • normálne dýchanie
NEREAGUJE ALE DÝCHA NORMÁLNE Uložte obeť do stabilizovanej polohy 	• Ak ste si istý, že obeť dýcha normálne ale stále nereaguje, uložte obeť do stabilizovanej polohy VIĎ KAPILOTA PRVÁ POMOC • Budte pripravený znovu okamžite začať KPR, ak nereagujúca obeť prestane dýchať alebo nebude dýchať normálne

5 NAJDÔLEŽITEJŠÍCH INFORMÁCIÍ



**1. ROZPOZNAJTE ZASTAVENIE
SRDCA A ZAČNITE KPR**

**2. UPOVEDOMTE ZÁCHRANNÚ
ZDRAVOTNÚ SLUŽBU**

3. ZAČNITE KOMPRESIE HRUDNÍKA

**4. POŠLITE PO AUTOMATICKÝ EXTERNÝ
DEFIBRILÁTOR (AED)**

5. NAUČTE SA AKO VYKONÁVAŤ KPR

ROZPOZNAJTE ZASTAVENIE SRDCA A ZAČNITE KPR

KĽÚČOVÉ DÔKAZY



Včasné rozpoznanie
zastavenia srdca
zlepšuje prežívanie



Diagnóza zastavenia
srdca je stanovená, ak
je osoba v bezvedomí
a nedýcha alebo
nedýcha normálne

Agonálne dýchanie
a kŕče sú bezprostredne
po zastavení srdca
bežné, čo môže viesť
k oneskoreniu KPR, ak
sú mylne považované
za prejavy života

KĽÚČOVÉ ODPORÚČANIA

Ak je v bezvedomí
a nedýcha
normálne -
začnite KPR



NIE, NECHOĎ

Pri vedomí - NIE;

Dýcha alebo dýcha normálne - NIE;

CHOĎ - začni KPR

UPOVEDOMTE ZÁCHRANNÚ ZDRAVOTNÚ SLUŽBU

KĽÚČOVÉ DÔKAZY



Stratégia „najprv KPR“ je spojená s lepším výsledkom v porovnaní so stratégiou „najprv volanie“, preto je skrátenie času do začatia KPR dôležité



Dostupnosť a použitie smartfónov s hlasitým odposluchom alebo voľbou hands-free umožňuje svedkom udalosti súčasne zavolať pomoc a začať KPR

KĽÚČOVÉ ODPORÚČANIA



Ak je osoba v bezvedomí a nedýcha/nedýcha normálne, okamžite upovedomte záchrannú zdravotnú službu (ZZS)



Ak ste sám, vytočte číslo ZZS, aktivujte hlasitý odposluch alebo voľbu handsfree a okamžite začnite KPR s asistenciou operátora tiesňovej linky

ZAČNITE KOMPRESIE HRUDNÍKA

KĽÚČOVÉ DÔKAZY



Vysoko kvalitné kompresie hrudníka (dostatočne rýchle a hlboké s minimálnymi prerušeniami) sú spojené s lepším prežívaním



Kompresie hrudníka sú bezpečné a existuje len veľmi málo hlásení o ublížení, keď bola KPR omylom poskytnutá osobám, ktoré nemali zastavenie srdca

KĽÚČOVÉ ODPORÚČANIA



Položte svoje ruky do stredu hrudníka



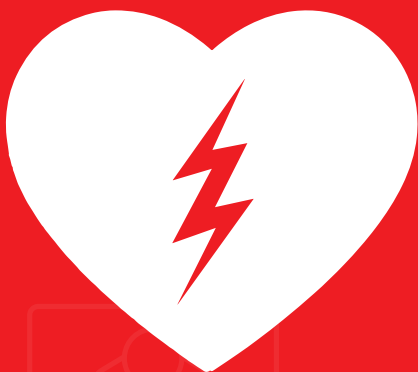
Kompresie vykonávajte rýchlosťou 100-120 za minútu do hĺbky 5-6 cm



Neprestávajte, pokiaľ nepríde pomoc alebo pokiaľ sa osoba nepreberie

POŠLITE PO AUTOMATICKÝ EXTERNÝ DEFIBRILÁTOR (AED)

KĽÚČOVÉ DÔKAZY



Prežitie dramaticky
klesá s každou minútou
oneskorenia defibrilácie



AED môžu byť
bezpečne použité
okoloidúcimi a prvými
záchrancami

KĽÚČOVÉ ODPORÚČANIA



Čo najskôr získajte AED,
zapnite ho a postupujte
podľa pokynov



Ak nie ste sami, pokúste sa
minimalizovať prerušenia
v KPR tak, že jedna osoba robí
kompresie hrudníka, zatiaľ čo
druhá osoba zapne a pripojí AED

NAUČTE SA AKO VYKONÁVAŤ KPR

KĽÚČOVÉ DÔKAZY



KPR poskytovaná okoloidúcim zlepšuje prežitie po zastavení srdca, takže naučiť sa, ako rozpoznať zastavenie srdca a začať KPR, môže zachrániť životy



Dôležitosť včasnej ventilácie počas zastavenia srdca zostáva nejasná, ale kompresie hrudníka by sa mali vždy začať čo najskôr

KĽÚČOVÉ ODPORÚČANIA



Kompresie hrudníka by mali byť poskytnuté každej osobe, ktorá nereaguje a nedýcha normálne



Ak ste vyškolení a schopní poskytovať dýchanie z úst do úst, mali by ste začať KPR v pomere 30:2

ZÁKLADNÁ KPR DOSPELÝCH

**Nereaguje a nedýcha
alebo nedýcha normálne**



**Zavolajte záchrannú
zdravotnú službu**



Urobte 30 kompresí hrudníka



Podajte 2 záchranné vdychy



**Pokračujte v KPR
v pomere 30:2**



**Ihneď, ako je k dispozícii AED -
zapnite ho a nasledujte inštrukcie**

PEDIATRICKÁ ZÁKLADNÁ RESUSCITÁCIA

BEZPEČNÉ? – ZAKRIČTE "POMOC"

Nereaguje?

DRUHÝ ZÁCHRANCA:

- Zavolajte ZZS / ALS tím (reproduktor)
- Zoberte & použite AED (ak dostupné)

Spriechodnite dýchacie cesty

Nedýcha alebo nedýcha
normálne

- Ak ste kvalifikovaný, použite ventiláciu vakom a maskou (2 osoby) s kyslíkom
- Ak nie ste schopný ventilovať, vykonávajte kontinuálne stláčanie hrudníka; pridajte záchranné vdychy akonáhle je to možné

5 záchranných vdychov

Pokiaľ nie sú jasné
znaky života

SAMOTNÝ ZÁCHRANCA:

- Zavolajte ZZS / ALS tím (reproduktor)
- Zoberte & použite AED v prípade náhleho spozorovaného kolapsu (ak je dostupné)

15 stlačení hrudníka

2 vdychy
ďalej striedajte
15 stlačení : 2 vdychy