



11.

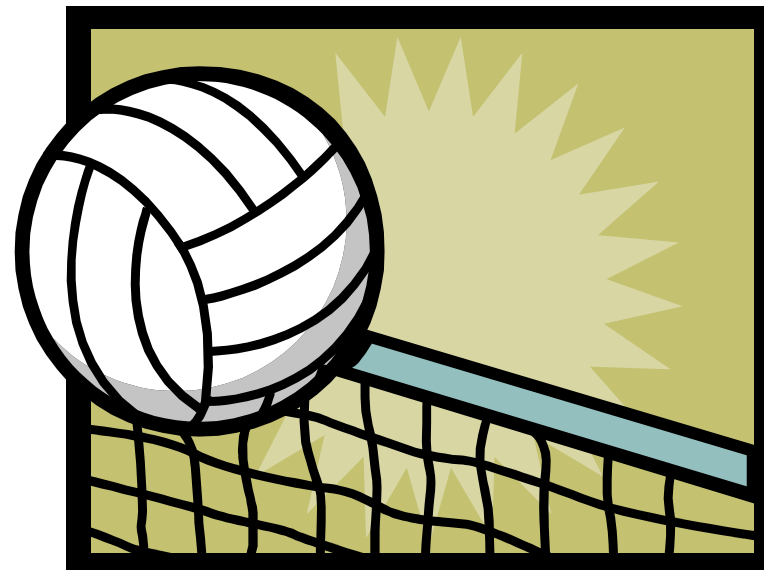
První pomoc

- poranění pohybového aparátu

Mgr. Zdeňka Kubíková 11/2007

KONTUZE -zhmoždění

- chlazení – **zásady chlazení !**
- fixace
- u rozsáhlých zhmožděnin počítat s větší ztrátou krve!



Distorze - *podvrtnutí*

- **nerozcházet**
- **zvednout končetinu**
- **chladit**



Obrázek: ISBN 0-7360-3786-1

Luxace - vykloubení

- **zajistit ve vynucené poloze**
- **nenapravovat !**
- **volat RZP 155**



RTG

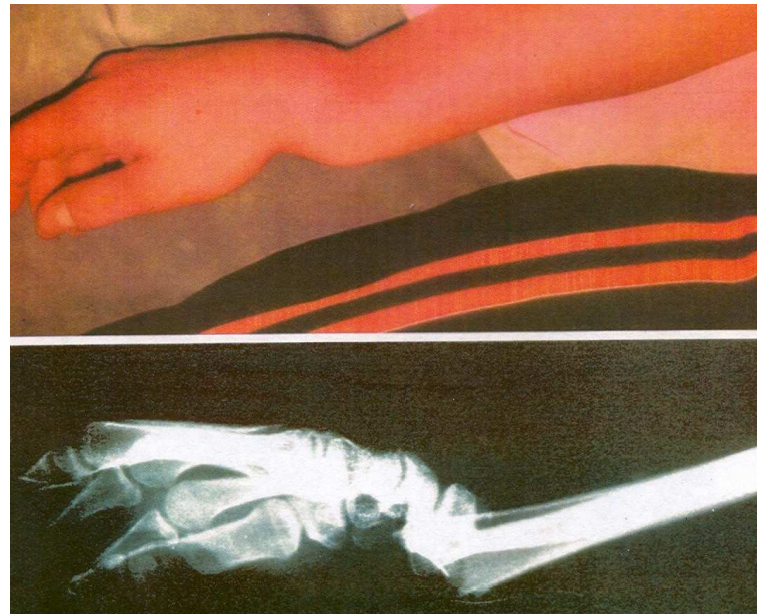
Mechanismus úrazu - luxace



Obrázek: ISBN 0-7360-3786-1

Fraktury - zlomeniny

- znehybnit, nenapravovat
- chladit *s výjimkou zlomenin, při kterých hrozí šok*
- volat RZP
- u dlouhých kostí – protišoková opatření



Obrázek: Collesova zlomenina, :Deutsches Rotes Kreuz

Fraktury - zlomeniny

Fixace horní končetiny

Šátkový závěs



Obrázek: Deutches Rotes Kreuz

Fraktury - zlomeniny

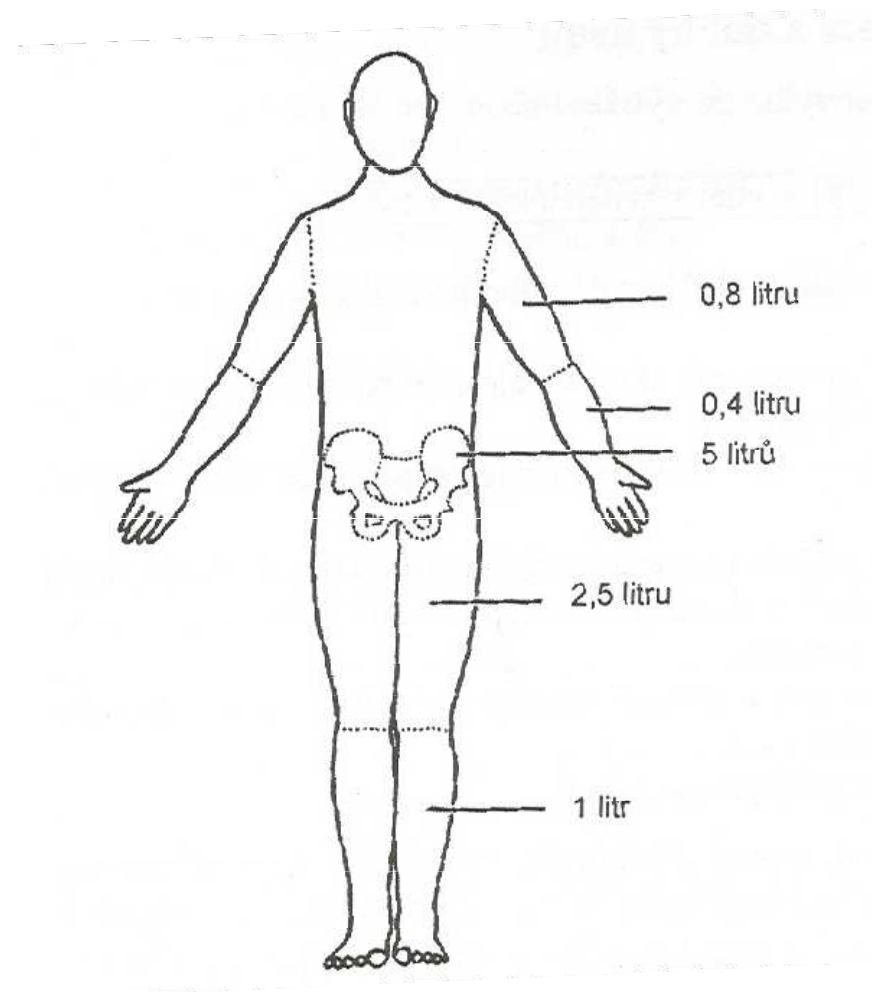
Fixace dolní končetiny - nenapravovat, volat ZZS 155 !

*Dlahy použijeme **pouze** v případě nutnosti transportu laikem!*



Foto: Petr Žalmánek

Krevní ztráty u zlomenin



Hrozí šok

Obrázek: ISBN 80-86073-99-8

Literatura:

Kolektiv autorů, Lidské tělo, Bratislava, Gemini 1992

Kolektiv autorů, Školitel Českého červeného kříže, Úřad ČČK, Praha
2003

Hasík, J., Kardiopulmonální resuscitace v první pomoci, Úřad ČČK,
Praha 2006

Elektronické podklady: www.skolio.cz

Melinda J. Flegel : Sport First Aid - *Official text of the NFHS Coaches
Education Program, Third Edition*