










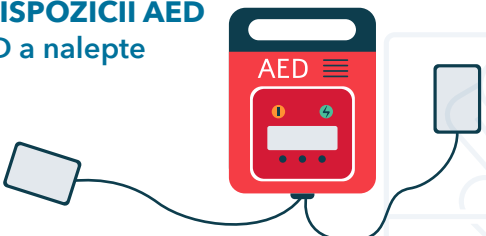
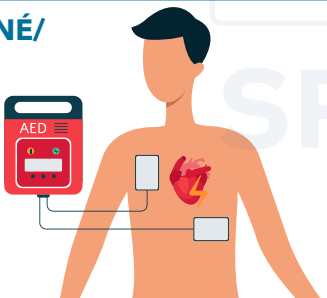
# ZÁKLADNÁ RESUSCITÁCIA

## KROK ZA KROKOM

POSTUPNOSŤ/ČINNOSŤ	TECHNICKÝ OPIS
<b>BEZPEČNOSŤ</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Uistite sa, že vy, obeť aj všetci okolostojaci sú v bezpečí</li> </ul>
<b>REAKCIE</b> Skontrolujte, či reaguje 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Zľahka potraсте obeťou za plecia a nahlas sa opýtajte: <i>"Ste v poriadku?"</i></li> </ul>
<b>DÝCHACIE CESTY</b> Spriechodnite dýchacie cesty 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ak nereaguje, uložte obeť na chrbát</li> <li>Jednou rukou na čele a dvomi prstami pod bradou, jemne zakloňte hlavu obeť, zdvihnite bradu, aby ste spriechodnili dýchacie cesty</li> </ul>
<b>DÝCHANIE</b> Pozerajte, počúvajte a cíťte dýchanie 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pozerajte, počúvajte a cíťte dýchanie <b>nie viac</b> ako 10 sekúnd</li> <li>Obeť, ktorá ledva dýcha, alebo nepravidelne, pomaly a hlasno lapá po dychu, <b>nedýcha normálne</b></li> </ul>
<b>NEDÝCHA ALEBO NEDÝCHA NORMÁLNE</b> Zavolajte tiesňovú linku 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ak je dýchanie neprítomné alebo abnormálne, požiadajte niekoho, aby zavolať záchranú službu alebo ju zavolajte vy</li> <li>Zostaňte pri obeti, ak je to možné</li> <li>Aktivujte funkciu hlasného odposluchu alebo hands-free voľbu na telefóne, aby ste mohli začať KPR kým sa rozprávate s operátorom tiesňovej linky</li> </ul>
<b>POŠLITE PRE AED</b> Pošlite niekoho, aby doniesol AED 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pošlite niekoho, aby našiel a priniesol AED, ak je dostupné</li> <li>Ak ste sám, <b>NEOPÚŠŤAJTE</b> obeť, začnite KPR</li> </ul>
<b>KRVNÝ OBEH</b> Začnite stláčať hrudník 	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kľaknite si vedľa obeť</li> <li>Položte päť jednej ruky na stred hrudníka obeť - to je dolná polovica hrudnej kosti (sterna) obeť</li> <li>Položte päť druhej ruky na chrbát prvej ruky a prepleťte si prsty</li> <li>Držte lakty vystreté</li> <li>Majte svoje ramená kolmo (vertikálne) na hrudník obeť a stláčajte hrudnú kosť aspoň o 5 cm (ale nie viac ako 6 cm)</li> <li>Po každom stlačení, uvoľnite úplne tlak na hrudník bez straty kontaktu vašich rúk a hrudnej kosti obeť</li> <li>Opakujte rýchlosťou 100-120/min</li> </ul>


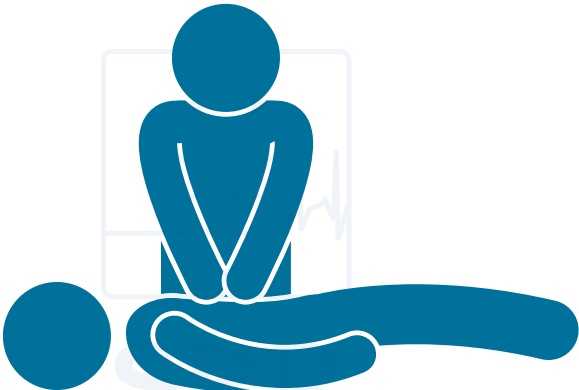

# ZÁKLADNÁ RESUSCITÁCIA

## KROK ZA KROKOM

POSTUPNOSŤ/ČINNOSŤ	TECHNICKÝ OPIS
<p><b>KOMBINUJTE ZÁCHRANNÉ VDYCHY SO STLÁČANÍM HRUDNÍKA</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ak ste na to vycvičený</b>, po 30 stlačeniach znovu spriechodnite dýchacie cesty záklonom hlavy a zdvihnutím brady</li><li>• <b>Palcom a ukazovákom</b> vašej ruky, ktorá je na čele obeť, stlačte mäkkú časť nosa</li><li>• Otvorte ústa obeť tak, aby brada zostala zdvihnutá</li><li>• Normálne sa nadýchnite a položte svoje pery okolo úst obeť, aby ste mali vzduchotesné spojenie</li><li>• Vydychujte do úst obeť približne 1 sekundu ako pri normálnom dýchaní, pričom sledujte, či sa obeť zdvíha hrudník. Toto je účinný záchranný vdych</li><li>• Držiac hlavu zaklonenú a bradu zdvihnutú, oddiaľte svoje ústa od obeť a sledujte ako hrudník klesá, keď vzduch vychádza von</li><li>• Opäť sa normálne nadýchnite a fúknite do úst obeť ešte raz, aby ste urobili dva účinné záchranné vdychy</li><li>• Kvôli vykonaniu dvoch účinných vdychov, neprerušujte stláčanie hrudníka na viac ako 10 sekúnd, aj keby boli jeden alebo oba vdychy neefektívne</li><li>• Potom bez zdržania vráťte svoje ruky do správnej polohy na hrudnej kosti a vykonajte ďalších 30 stlačení hrudníka</li><li>• Pokračujte so stláčaním hrudníka a záchrannými vdychmi v pomere 30:2</li></ul>
<p><b>KPR IBA STLÁČANÍM HRUDNÍKA</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ak nie ste vycvičený, alebo nie ste schopný vykonať záchranné vdychy</b>, vykonávajte KPR iba stláčaním hrudníka (neprerušované stláčanie hrudníka rýchlosťou 100-120/min)</li></ul>
<p><b>KEĎ JE K DISPOZÍCIÍ AED</b> Zapnite AED a nalepte elektródy</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ihneď, ako je k dispozícii AED, zapnite ho a nalepte elektródy na obnažený hrudník obeť</li><li>• Ak je prítomný viac ako jeden záchranca, KPR by mala pokračovať počas nalepovania elektród na hrudník</li></ul>
<p><b>NASLEDUJTE HOVORENÉ/ VIZUÁLNE POKYNY</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nasledujte hovorené a vizuálne pokyny, ktoré vám dáva AED</li><li>• <b>Ak je odporúčaný výboj</b>, uistite sa, že ani vy ani nikto iný sa nedotýka obeť</li><li>• Stlačte tlačidlo výboja podľa pokynov</li><li>• Potom <b>okamžite</b> pokračujte v KPR a riadte sa pokynmi AED</li></ul>

# ZÁKLADNÁ RESUSCITÁCIA

## KROK ZA KROKOM

POSTUPNOSŤ/ČINNOSŤ	TECHNICKÝ OPIS
<p><b>AK VÝBOJ NIE JE ODPORUČENÝ</b> Pokračujte v KPR</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ak výboj nie je odporučený</b>, okamžite pokračujte v KPR a riadte sa pokynmi AED</li></ul>
<p><b>AK AED NIE JE K DISPOZÍCII</b> Pokračujte v KPR</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ak AED nie je k dispozícii, <b>ALEBO</b> pokiaľ čakáte, kým dorazí, pokračujte v KPR</li><li>• Neprerušujte resuscitáciu pokiaľ:<ul style="list-style-type: none"><li>• zdravotnícky pracovník nepovie, aby ste prestali <b>ALEBO</b></li><li>• obeť sa s určitou prebúdzou, hýbe sa, otvára oči a dýcha normálne <b>ALEBO</b></li><li>• ste vyčerpaný</li></ul></li><li>• Je zriedkavé, aby samotná KPR obnovila činnosť srdca. Pokiaľ si nie ste istý, že sa obeť zotavila, pokračujte v KPR</li><li>• Znaky, že sa obeť zotavila:<ul style="list-style-type: none"><li>• prebúdzanie</li><li>• pohyb</li><li>• otváranie očí</li><li>• normálne dýchanie</li></ul></li></ul>
<p><b>NEREAGUJE ALE DÝCHA NORMÁLNE</b> Uložte obeť do stabilizovanej polohy</p> 	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ak ste si istý, že obeť dýcha normálne ale stále nereaguje, uložte obeť do stabilizovanej polohy <b>VIĎ KAPITOLA PRVÁ POMOC</b></li><li>• Budte pripravený znovu okamžite začať KPR, ak nereagujúca obeť prestane dýchať alebo nebude dýchať normálne</li></ul>