

# PRAVIDLÁ PRE KARDIOPULMONÁLNU RESUSCITÁCIU

- **Zisťovanie vedomia** sa vykoná jednoduchým spôsobom.

Postihnutého

- a) chytíme za plecia
- b) jemne ním zatrasíme
- c) hlasno sa spýtame: „Ste v poriadku?“

- **Zisťovanie dýchania**

Presvedčíme sa, či má postihnutý priechodné dýchacie cesty. Vykonáme mierny záklon hlavy, pridvihneme bradu a vyčistíme ústnu dutinu, ak je to potrebné.

Zistíme, či postihnutý dýcha

- a) pozeráme - očami pozorujeme pohyby hrudníka
- b) počúvame - sluchom počúvame prúdenie vzduchu
- c) cítime - na tvári cítime pohyb vydychovaného vzduchu

Je dôležité nezamieňať si iné zvuky za dýchanie. Postihnutý môže po zastavení srdca ešte niekoľko minút „dýchať“ inak ako zvyčajne, t.j. chrčí, vydáva rôzne zvuky a pod. Pokiaľ máme pochybnosti, či je dýchanie normálne, postupujeme tak, akoby postihnutý nedýchal.

- **Zisťovanie krvného obehu**

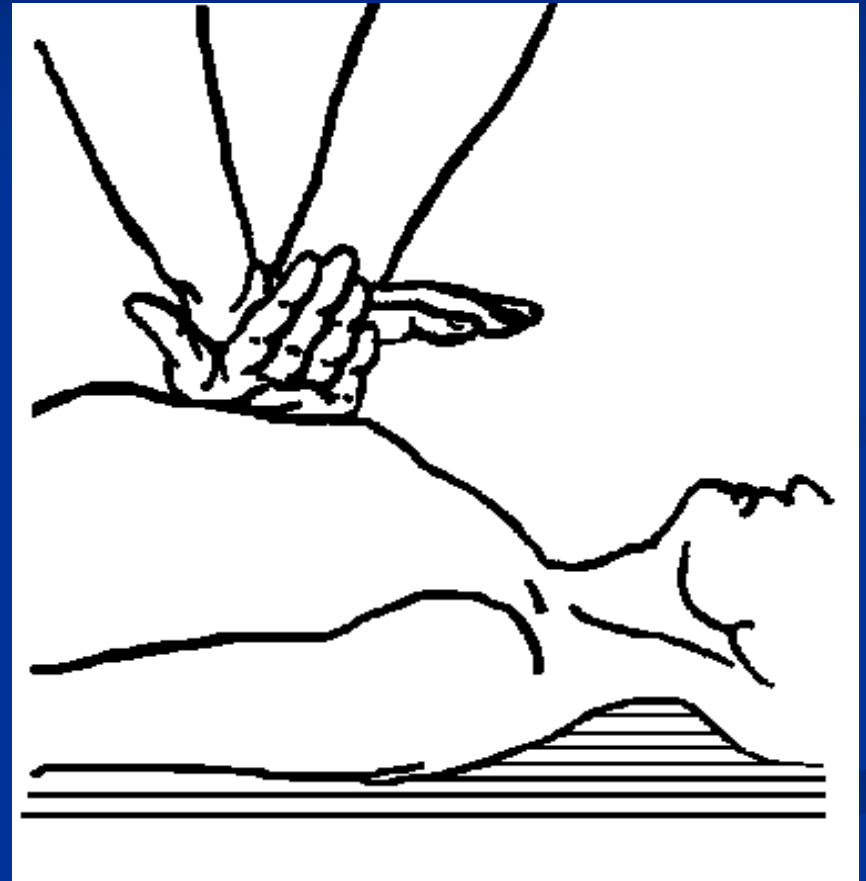
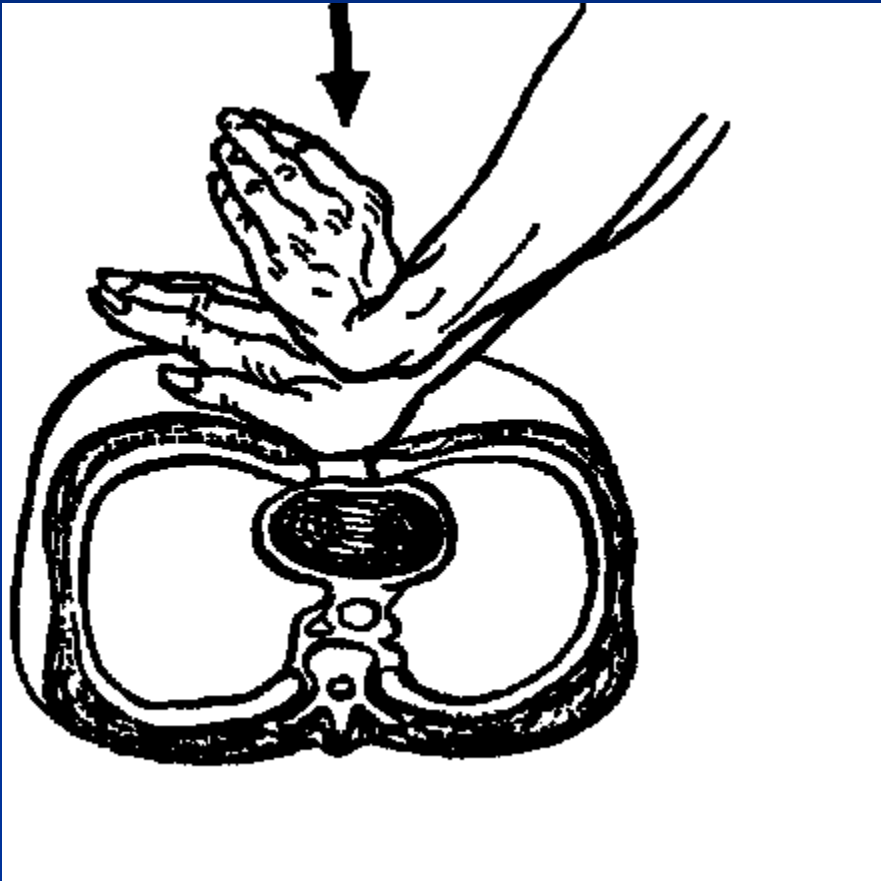
Pozn. laici už nezisťujú prítomnosť krvného obehu, t.j. nehmatajú pulz, ale sa orientujú podľa nepriamych známkov funkčnosti obehu: pohybov, vedomia a dýchania.

# Masáž srdca

Postup pri masáži srdca je nasledovný:

- kľakneme si vedľa postihnutého
- bez meškania položíme ruku na stred hrudníka postihnutého (orientačne, presná poloha sa nezisťuje)
- priložíme druhú ruku spodnou časťou dlane na našu prvú ruku
- nakloníme sa nad hrudník a vystretými rukami ho začneme stláčať do hĺbky približne 4-5 cm
- spodná ruka sa stále dotýka hrudníka len spodnou časťou dlane
- po každom stlačení hrudník uvoľníme, ale ruky ponecháme položené na hrudi
- frekvencia masáže je 100/min, t.j. necelé dve stlačenia za sekundu
- musíme si uvedomiť, že za minútu nestihneme vykonať celých 100 stlačení, lebo medzi jednotlivými stlačeniami hrudníka je nevyhnutné podávať ešte umelé dýchanie – v skutočnosti sa za minútu vykoná približne 64 stlačení
- doba stlačenia a uvoľnenia hrudníka by mala trvať rovnaký čas.

# Masáž srdca

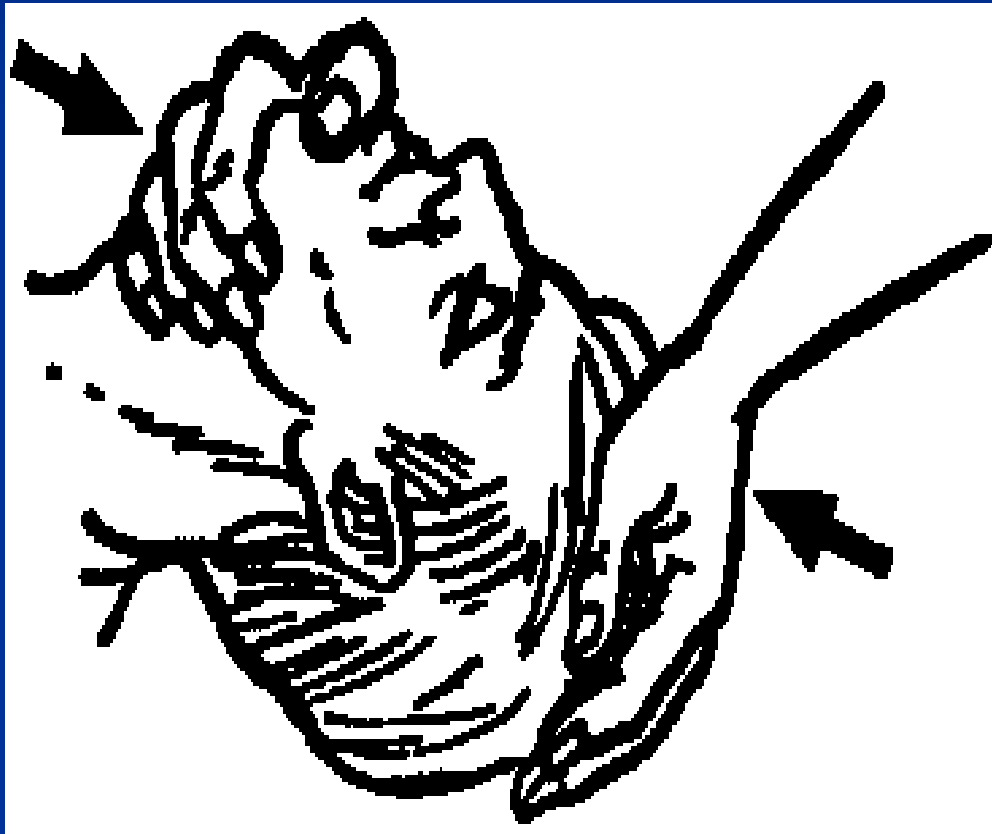


# Umelé dýchanie

Postup pri umelom dýchaní je nasledovný:

- uvoľníme dýchacie cesty súčasným zákonom hlavy a pridvihnutím brady
- palcom a ukazovákom ruky, ktorá je položená na čele pacienta, stlačíme mäkkú časť nosa
- stále pridržujeme bradu tak, aby sme umožnili ústam pacienta otvoriť sa
- normálne sa nadýchneme a perami nepriedušne obopneme ústa postihnutého
- neprerušovane vdýchneme do úst postihnutého, pričom sledujeme, či sa mu dvíha hrudník (objem vdychovaného vzduchu má byť 500 až 600 ml)
- vdych z úst do úst trvá približne 1s
- udržujeme hlavu v záklone aj pridvihnutú bradu, zdvihneme sa a sledujeme, či hrudník klesá a postihnutý vydýchne
- znovu sa normálne nadýchneme a zopakujeme umelý vdych.

# Umelé dýchanie



# Obštrukcia dýchacích ciest

- Obštrukcia dýchacích ciest je závažný život ohrozujúci stav. Ak sa účinne nerieši, vedie v krátkej dobe k zastaveniu krvného obehu a smrti postihnutého.
- Najčastejšou príčinou nepriechodnosti dýchacích ciest je cudzie teleso. Je potrebné diferencovať, či ide o miernu (kašeľ je účinný) alebo závažnú obštrukciu (neúčinný kašeľ).
- Postup pri závažnej obštrukcii.

Údery do chrbta robíme hranou dlane medzi lopatky postihnutého, ktorý je v miernom predklone silnými údermi 5 krát za sebou (Gordonov manéver). Ak pretrváva obštrukcia, vykonáme 5 stlačení hornej časti brucha (Heimlichov manéver). Postihnutého v bezvedomí uložíme na chrbát na rovnú podložku a začneme kompresie hrudníka bez ohľadu na prípadnú prítomnosť pulzu. Tento postup platí pre dospelých a deti nad 1 rok. U malých detí nerobíme Heimlichov manéver z dôvodu možného poranenia brušných orgánov.

# Postup pri základnej KPR

- Pred zahájením resuscitácie je potrebné pacienta otočiť na chrbát a umiestniť na tvrdú podložku.
  - resuscitáciu dospelých zahajujeme masážou srdca
  - nasledujú umelé vdychy v pomere 30:2
  - obnovenie obehu sa nezisťuje, spozná sa podľa zlepšenia vedomia, pohybov alebo spontánneho dýchania
- V resuscitácii pokračujeme až pokiaľ:
  - nepríde kvalifikovaná pomoc a neprevezme resuscitáciu
  - postihnutý nezačne spontánne dýchať
  - nie sme úplne vyčerpaní a nevládzeme už ďalej resuscitovať

# Pamätaj !

**Ak vieš ako na to, môžeš zachrániť  
život nielen sebe ale aj svojim  
najbližším.**

