

# AKO POSTUPOVAŤ PRI AUTONEHODE

V prípade prvej pomoci pri autonehode platí, že záchranca musí dbať v prvom rade na svoju bezpečnosť, aby sa z neho nestal ďalší zranený.

- Zastavte 10 - 15 m pred miestom nehody.
- Zapnite varovné osvetlenie vlastného automobilu.
- Oblečte si reflexnú vestu.
- V priestore nehody nefajčite.
- Vytiahnite kľúč zapaľovania v havarovanom vozidle.
- Zistite poranenie osôb, aby ste vedeli informovať záchrannú službu dostupnú na čísle 112.
- Zaistite auto proti pohybu a prevráteniu (ručná brzda, podloženie).
- Umiestnite výstražný trojuholník a riadte premávku (len ak je k dispozícii viac záchrancov, nikdy nezapájajte ľudí z havarovaného vozidla).

**Až po zaistení vlastnej bezpečnosti začnite s poskytovaním prvej pomoci:**

## KARTA PRVEJ POMOCI

<p><b>Čo robiť v prípade nehody.</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li><b>1 Zisti, čo sa stalo.</b></li><li><b>2 Zavolaj pomoc.</b></li><li><b>3 Dbaj na vlastnú bezpečnosť.</b></li></ol>	<p><b>ZASTAV KRVÁCANIE</b></p> 	<p><b>UVOĽNI DÝCHACIE CESTY</b></p> 
<p><b>ZÁCHRANNÉ DYCHY</b> stlačení hrude dychy <b>30:2</b> za 1 min.</p> 	<p><b>UROB VONKAJŠIU MASÁŽ SRDCA</b></p> 	<p><b>POSTIHNUTÉHO DAJ DO STABILIZOVANEJ POLOHY</b></p> 

POLÍCIA | SOS |    112

### Krvácanie

Ranu zakryte sterilnou gázou a pevne obviažte obvazom. Ak obvaz rýchlo presakuje, stlačte rukou, končatinu nadvihnite. Pri krvácaní z nosa tlačte dvomi prstami na celú šírku nosových krídel proti sebe. Na miesto tlačte bez prerušenia najmenej desať minút. Zranený by mal sedieť s otvorenými ústami a v miernom predklone. Pri krvácaní z úst dajte hlavu do polohy na boku.

### Bezvedomie

Zistite, či zranený dýcha. Ak nedýcha, uvoľnite mu dýchacie cesty a začnite s nepriamou masážou srdca (pozrite obrázok) v pomere 30:2. U detí sa začína piatimi záchrannými dychmi, následne ako u dospelých. Ak osoba dýcha a nie je podozrenie na poranenie chrbtice a iné vážne poranenia, dajte raneného do stabilizovanej polohy.

### Podozrenie na poranenie chrbtice

Ranenému znehybnite hlavu, a ak to nie je nevyhnutné, viac ním nehýbte.

### Poranenie hrudníka a brucha

Poranenie zakryte sterilnou gázou. Zabodnuté predmety nevyťahujte. Zraneného prikryte. Nepodávajte mu jesť a piť!

### Zlomeniny

Končatinu nenapravate. Znehybnite ju pevným materiálom (kĺb nad a pod zlomeninou). Otvorenú zlomeninu prekryte sterilnou gázou.

### Popáleniny

Popálených miest sa nikdy nedotýkajte! Prilepené šatstvo z rany neodstraňujte! Postihnuté miesta sterilne prekryte.