

Světový den první pomoci

Vždy druhou sobotu v září si připomínáme Světový den první pomoci. Vyhláshuje jej každoročně Mezinárodní federace červeného kříže a Červeného půlměsíce. Cílem Světového dne první pomoci je zvýšení povědomí o první pomoci a její významné úloze v každodenním životě. Taktéž je to příležitost poděkovat lidem, kteří první pomoc již poskytli, nebo v ní hrají jinou důležitou roli. První pomoc a její výuka je jednou ze stěžejních aktivit všech národních společností.

Prvním problémem při poskytování první pomoci je začít. Druhým pak začít správně. Lidé často nevědí, co je nejdůležitější a co udělat jako první. Buď neudělají nic, nebo se vrhnou do záchranu bezhlavě a bez rozmyslu. Často ohroží sami sebe a postiženému nepomohou. Univerzální postup k poskytování první pomoci může mít pouze 3 kroky. Každý krok má svůj název – Rozhlédni se, Reaguj, Rozmýšlej. Nejdůležitější je však dodržet "postup" těchto kroků. Od prvního kroku ke třetímu. Žádný nesmíte vynechat, přeskočit.

1. krok – ROZHLÉDNI SE!

Zastav se, co nejvíc se uklidni a rozhlédni se, co se stalo. Nehrozí žádné nebezpečí? Co se vlastně stalo? Nemůže se mi to stát taky? Tady se zachraňují životy všech, co jsou dosud zdraví. Například u dopravní nehody se rozhlédneš, vezmeš si reflexní vestu a nejprve postavíš trojúhelník, aby do havarovaného auta nevrazilo další. Pokud je provoz příliš velký, zavoláš odbornou pomoc. První krok většinou trvá vteřiny. Nehrozí-li nebezpečí, můžeš přejít k druhému kroku.

2. krok – REAGUJ!

Tady řešíš stavy ohrožující život. Tento krok je třeba mít naprosto zautomatizovaný, není čas na přemýšlení a vzpomínání, jak to vlastně bylo. Patří sem přístup k člověku v bezvědomí, volání záchranky, resuscitace a zástava masivního krvácení. V případě, že postižený odpovídá a nekrvácí, můžeš přejít ke kroku číslo tři.

3. krok – ROZMÝŠLEJ!

Nehrozí žádná nebezpečí a postižený akutně neumírá – máš čas přemýšlet. Je čas vyptat se zraněného na důležité věci, pořádně si prohlédnout zranění a prohledat, jestli nemá ještě nějaké jiné. Pokud jsi zavolal záchranku, uvědom si, jak se k tobě nejrychleji dostane (ukazatel u cesty, otevřené dveře apod.).

V České republice akce na podporu tohoto významného dne tradičně organizují oblastní spolky ČČK ve spolupráci s dalšími partnery (Zdravotnická záchraná služba, Hasičský záchraný sbor, dobrovolní hasiči, Policie ČR, Městská policie, Vodní záchraná služba ČČK, Sdružení záchraných brigád kynologů, Horská služba aj.). Při této příležitosti se konají soutěže pro děti a ukázky poskytování první pomoci pro širokou veřejnost s možností vyzkoušet si kardiopulmonální resuscitaci na resuscitačních fantomech, měření krevního tlaku apod.

Ve Zlíně dne 9. září 2022
Zpracovala Ing. Hana Složilová

Zdroje:

https://cckpraha1.cz/nase-cinnost/clanek/84_9-svetovy-den-prvni-pomoci?page_type=post
<https://cckova.cz/2021/09/11/svetovy-den-prvni-pomoci/>
<http://www.cervenyriz.zlin.cz/akce.html>
<https://www.zachranny-kruh.cz/prvni-pomoc-krok-za-krokem.html>
<http://cervenyrizkm.cz/wp-content/uploads/cck.jpg>

