**Dusiaci sa človek**

– ak mu zabehne kus jedla, vdýchne nejaký predmet

– nemôže sa nadýchnuť, rozprávať

– je červený, drží sa za hrdlo, máva rukami

– pri miernom dusení kašle

Prvá pomoc:

**Gordonov manéver** – postihnutého hlboko predkloniť a prudko udrieť dlaňou medzi lopatky 5x, skontrolovať, či sa prekážka uvoľnila

Ak údery nepomôžu **– Heimlichov manéver** – postaviť sa za postihnutého a rukou zovretou v päsť mu stlačiť hornú časť brucha pod rebrami smerom nahor.

Ak sa stále dusí, striedavo pokračujeme údermi do chrbta a stláčaním brucha.

HEIMLICHOV MANÉVER SA NEROBÍ U DETÍ !!!!!!!

Po urobení Heimlichovho chmatu MUSÍ ZRANENÉHO PREHLIADNUŤ LEKÁR!!!

**Prvá pomoc človeku, ktorý je v bezvedomí a nedýcha:**

1. Zakričím o pomoc, zistím vedomie – hlasno ho oslovím, uštipnem na uchu

2. Postihnutého uložím na zem na chrbát

3. SPRIECHODNÍM MU DÝCHACIE CESTY – tak, že mu hlavu dám opatrne do záklonu – jednu ruku dám na jeho čelo a druhou mu podopriem bradu

4. Zisťujem či dýcha – zrakom, sluchom, hmatom – skloním sa nad jeho ústa a nos a sledujem.

5. Ak nedýcha zavolám záchranku 112, 155

6. Začnem s oživovaním MASŽOU SRDCA – kľaknem si vedľa zraneného, zápästnú časť dlane položím na stred hrudnej kosti, druhú dlaň položím na ňu a 30x stláčam hrudník do hĺbky 4-5cm. Dlane mám stále položené na hrudníku, len stláčam a uvoľňujem.

7. Po 30 stlačeniach nasleduje UMELÉ DÝCHANIE – dám hlavu zraneného do záklonu, prstami mu stlačím nos, pery priložím na ústa zraneného a 2x rázne vdýchnem do jeho úst po dobu asi 1sekundy.

8. **Striedam masáž srdca a umelé dýchanie v pomere 30:2**, kým sa nepreberie, kým ma niekto nevystrieda, kým neprídu záchranári, do vyčerpania síl.

Pri umelom dýchaní je potrebné použiť resuscitačné rúško, ktoré sa nachádza v lekárničkách, aby sme neprišli do kontaktu s krvou a slinami zraneného.

**U detí do 8 rokov** pred telefonovaním na záchrannú linku – **najprv 5x vdýchnem** do úst dieťaťa, ak sa nepreberie pokračujem ako u dospelého, volám záchranku a **oživuje v pomere 30:2.**

U detí majú byť vdychy a stláčanie hrudníka slabšie ako u dospelého, nakoľko deti majú menšie pľúca a srdiečko.

**Dusiaci sa človek**

– ak mu zabehne kus jedla, vdýchne nejaký predmet

– nemôže sa nadýchnuť, rozprávať

– je červený, drží sa za hrdlo, máva rukami

– pri miernom dusení kašle

Prvá pomoc:

**Gordonov manéver** – postihnutého hlboko predkloniť a prudko udrieť dlaňou medzi lopatky 5x, skontrolovať, či sa prekážka uvoľnila

Ak údery nepomôžu **– Heimlichov manéver** – postaviť sa za postihnutého a rukou zovretou v päsť mu stlačiť hornú časť brucha pod rebrami smerom nahor.

Ak sa stále dusí, striedavo pokračujeme údermi do chrbta a stláčaním brucha.

HEIMLICHOV MANÉVER SA NEROBÍ U DETÍ !!!!!!!

Po urobení Heimlichovho chmatu MUSÍ ZRANENÉHO PREHLIADNUŤ LEKÁR!!!

**Prvá pomoc človeku, ktorý je v bezvedomí a nedýcha:**

1. Zakričím o pomoc, zistím vedomie – hlasno ho oslovím, uštipnem na uchu

2. Postihnutého uložím na zem na chrbát

3. SPRIECHODNÍM MU DÝCHACIE CESTY – tak, že mu hlavu dám opatrne do záklonu – jednu ruku dám na jeho čelo a druhou mu podopriem bradu

4. Zisťujem či dýcha – zrakom, sluchom, hmatom – skloním sa nad jeho ústa a nos a sledujem.

5. Ak nedýcha zavolám záchranku 112, 155

6. Začnem s oživovaním MASŽOU SRDCA – kľaknem si vedľa zraneného, zápästnú časť dlane položím na stred hrudnej kosti, druhú dlaň položím na ňu a 30x stláčam hrudník do hĺbky 4-5cm. Dlane mám stále položené na hrudníku, len stláčam a uvoľňujem.

7. Po 30 stlačeniach nasleduje UMELÉ DÝCHANIE – dám hlavu zraneného do záklonu, prstami mu stlačím nos, pery priložím na ústa zraneného a 2x rázne vdýchnem do jeho úst po dobu asi 1sekundy.

8. **Striedam masáž srdca a umelé dýchanie v pomere 30:2**, kým sa nepreberie, kým ma niekto nevystrieda, kým neprídu záchranári, do vyčerpania síl.

Pri umelom dýchaní je potrebné použiť resuscitačné rúško, ktoré sa nachádza v lekárničkách, aby sme neprišli do kontaktu s krvou a slinami zraneného.

**U detí do 8 rokov** pred telefonovaním na záchrannú linku – **najprv 5x vdýchnem** do úst dieťaťa, ak sa nepreberie pokračujem ako u dospelého, volám záchranku a **oživuje v pomere 30:2.**

U detí majú byť vdychy a stláčanie hrudníka slabšie ako u dospelého, nakoľko deti majú menšie pľúca a srdiečko.