



PRVNÍ POMOC

poškození chladem

Mgr. Zdeňka Kubíková
Bc. Barbora Zuchová a kol.

Poškození

- **Lokální** – omrzliny
- **Celkové** – podchlazení

Lokální omrzliny

- vznikají působením velmi chladného okolí na nechráněnou **část** těla (nejčastěji prsty, nos, brada, uši) nebo dotekem velmi studeného předmětu
- tekutý dusík, led přímo na kůži, syntetický led



Lokální omrzliny

- postižené tkáně nejprve **bledé, voskově bílé**, postupně se mohou rozvinout **modré skvrny, zčernání**, mohou být **puchýře**
- **nejprve pálení** a bodavá bolest, **poté ztráta citlivosti**, bílá necitlivá kůže

Lokální omrzliny

PRVNÍ POMOC – v terénu

- nahradit oděv
- teplý nápoj
- zahřívat tělesným teplem (netřít)

Návrat citlivosti do 10 min?

ANO – pokračovat v tůře **NE** – jdi do nejbližšího úkrytu

Lokální omrzliny

PRVNÍ POMOC – v místnosti

- sundat prsteny!!!
- postižené části obnažit, pokud to lze
- **ohřívat – lázeň 40 °C + Betadine nebo Jodisol**
- dostatek tekutin
- dle rozsahu volat ZZS 155
- **sledování základních životních funkcí**

www.horosvaz.cz – doporučujeme!!!

Omrzliny



www.perun.cz

Celkové podchlazení

postupný pokles teploty tělesného jádra pod 35 °C

- vzniká působením velmi chladného okolí na organismus; *vítr účinek násobí!*
- postupný pokles tělesné teploty vede ke zpomalení životních funkcí až smrti
- častá příčina vzniku: *úraz a následné podchlazení !*

V zimním období – bezdomovci (nejvíce ohrožená skupina lidí), horolezci, osoby pod vlivem alkoholu

Tonoucí – v létě i zimě

Celkové podchlazení

Fáze:

1.nejprve má postižený svalový třes, studená, bledá, suchá kůže. Postižený se choulí do klubíčka...

2.poté svalový třes končí, nastupuje nepřiměřené chování, pomalé, apatické ... bezvědomí

3.konečná fáze: zpomalení tepové a dechové frekvence... srdeční zástava

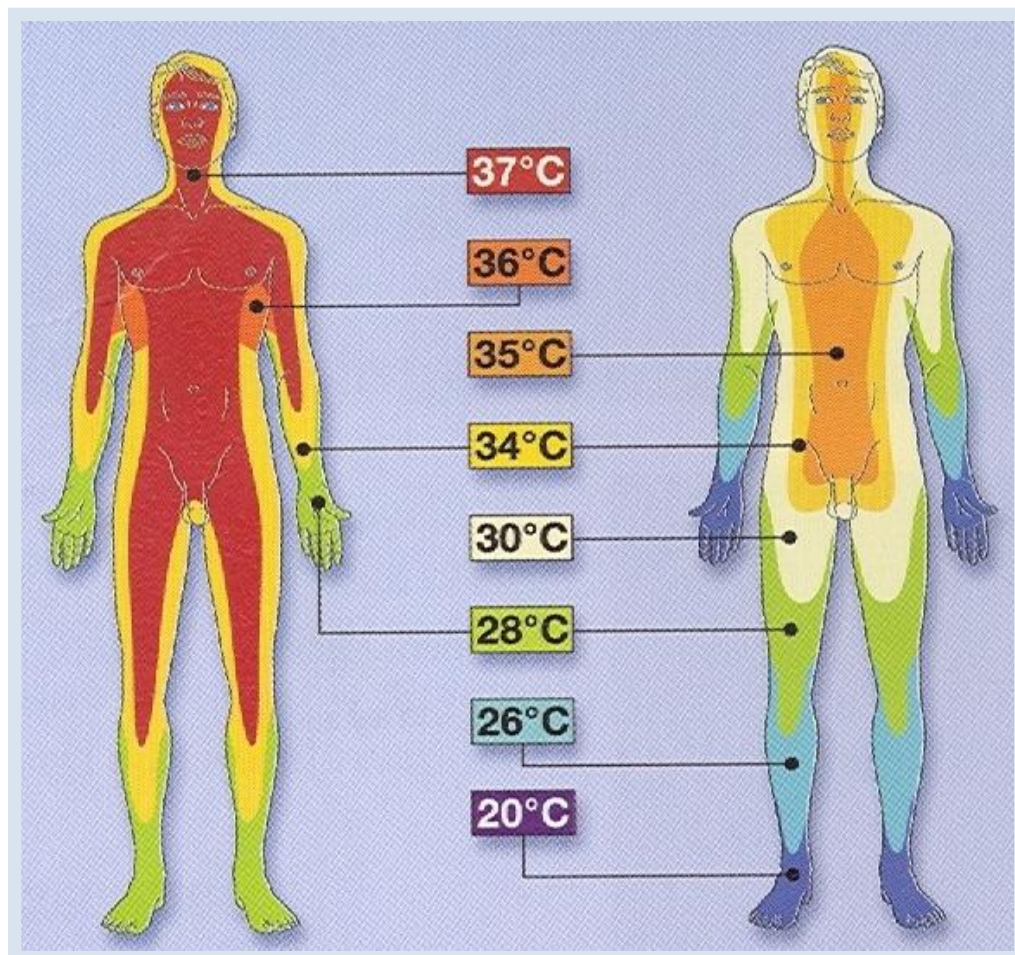
Celkové podchlazení 2. a 3.fáze

obrázek

Obranný mechanismus

snaha udržet max. teplotu
tělesného jádra

Keggenhoff, 2006



Celkové podchlazení

- **v první fázi** - podle stavu vědomí podat teplý nápoj, čokoládu, zajistit náhradní oděv, pečovat o tepelný komfort a psychickou podporu.
Upraví – li se zdravotní stav, je možné pokračovat v činnosti
- **v druhé fázi a dále** - nastupuje-li nepřiměřené, apatické chování, s pacientem **nehýbeme!**
- volání **ZZS 155**
- sledování základních životních funkcí
- **pacienta šetrně izolovat od země + přikrýt nebo zahřát tělesným teplem zachránce**