

V létě jsme zasahovali už u více jak stovky případů kvůli horku. Zásadní je dostat člověka do stínu a chladu

14.7.2023 - | Zdravotnická záchranná služba hl. m. Prahy

Od začátku léta vyjížděli pražští záchranáři k více jak stovce pacientů v kolapsových stavech, které nastaly velmi pravděpodobně v důsledku vysokých venkovních teplot.

Horké počasí může rovněž vést ke zhoršení zdravotního stavu u chronicky nemocných pacientů. Nejohroženějšími skupinami obyvatel jsou děti a senioři. Při poskytování první pomoci je zásadní dostat člověka z přímého slunce, nenechávat ho o samotě a podávat mu dostatek tekutin.

Vysoké teploty, přílišný pobyt na slunci a nedostatek tekutin se mohou projevat od celkového pocitu slabosti a malátnosti, přes bolesti či motání hlavy, pocitu na zvracení a zvracení, pocitu bušení srdce až po krátkodobou ztrátu vědomí – tedy kolaps.

Letos už vyjížděly posádky pražské záchranky k více jak stovce pacientům v přímé souvislosti s horkým počasím. Tomu lze částečně přičítat i zhoršení stavu u některých chronicky nemocných starších pacientů, nejčastěji s onemocněním dýchacího aparátu a/nebo srdce, kterým se v těchto dnech může přitížit.

Právě starší, zejména nemocní lidé jsou vedle dětí při tropických teplotách nejohroženější skupinou obyvatel. Je to mimo jiné proto, že jejich tělo nemá tak dobře fungující termoregulační mechanismy, prostřednictvím kterých dokáže s vysokými teplotami „bojovat“. Tyto dvě skupiny mají navíc posunutý práh žízně, hrozí u nich tak větší riziko dehydratace. Je tedy nutné pití neustále nabízet a připomínat.

Při poskytování první pomoci je vždy nejdůležitější nejprve dostat člověka z přímého slunce/horké místnosti do stínu a chladu. Nenechávat jej o samotě, hlídat ho a podávat tekutiny – nejlépe čistou vodu nebo minerálku. Stav by se měl začít poměrně rychle zlepšovat. Pokud by ke zlepšení nedocházelo, případně se stav naopak začal horšit (člověk by ztratil vědomí, dostal křeče nebo začal špatně dýchat), je na místě kontaktování záchranné služby na čísle 155.

Pitný režim, stín a klid - ideální prevence

<https://www.zzshmp.cz/aktuality/v-lete-jsme-zasahovali-uz-u-vice-jak-stovky-pripadu-kvuli-horku-zasadi-je-dostat-cloveka-do-stinu-a-chladu>