

Letní úrazy a první pomoc: jak správně reagovat

25.7.2024 - | Nemocnice Pardubického kraje

V letních měsících úrazů přibývá, třeba jen za první červencový pátek ošetřili zdravotníci z oddělení urgentního příjmu Pardubické nemocnice 240 pacientů. Nárůst souvisí hlavně s tím, že lidé jsou častěji venku, a to nejen na dovolených.

Letní úrazy na urgentním příjmu

V letních měsících úrazů přibývá, třeba jen za první červencový pátek ošetřili zdravotníci z oddělení urgentního příjmu Pardubické nemocnice 240 pacientů. Nárůst souvisí hlavně s tím, že lidé jsou častěji venku, a to nejen na dovolených. Potvrzuje to **zástupce primáře urgentního příjmu**

Vojtěch Hermann: „V létě se setkáváme s úrazy, které jsou spojené s prací na zahradě, jako je sekání trávy, kácení stromů nebo řezání dřeva. A pak samozřejmě letní aktivity, hodně úrazů se stává při jízdě na kole nebo kolečkových bruslích, ošetřujeme děti po pádu ze stromu nebo po nevydařeném skoku do vody.“

Poskytování první pomoci: Umíme to?

Primář oddělení urgentního příjmu Ondřej Rennét to vidí pozitivně: „Lidé jsou schopní i ochotní pomáhat a dělají to správně i díky náповědě dispečinků záchranných služeb.“ Odborně se to jmenuje telefonicky asistovaná první pomoc nebo telefonicky asistovaná neodkladná resuscitace a jak dodává lékař, funguje to v podstatě bezchybně: „Tento systém výrazně zvyšuje šance na přežití pacientů postižených třeba náhlou zástavou oběhu.“

Nainstalujte si aplikaci Záchranka

Aplikace Záchranka v mobilním telefonu vám může zachránit život: „Je to skvělý nástroj, protože umožňuje vidět polohu volajícího a zjednodušuje komunikaci s dispečinkem,“ potvrzuje Vojtěch Hermann. Tato aplikace může výrazně usnadnit a urychlit pomoc v kritických situacích.

INFOBOX: Aplikace Záchranka je přímo napojená na systémy záchranných služeb v celé České republice. Po stisknutí nouzového tlačítka vytáčí číslo 155 a zároveň odesílá záchranářům nouzovou zprávu s vaší polohou a dalšími informacemi. Pokud jste na horách, aplikace Záchranka to podle GPS signálu sama rozezná a odešle nouzovou zprávu i horské službě v dané oblasti, obdobně v blízkosti vodních ploch automaticky alarmuje i Vodní záchrannou službu. Aplikace Záchranka je plně kompatibilní se všemi ostatními způsoby lokalizace mobilních telefonů při tísňovém volání.

Kdy volat záchranku?

Rozpoznat, kdy je nutné volat záchranku, může být obtížné. Ondřej Rennét vysvětluje: „Každý člověk má jiný práh bolesti a vnímání závažnosti stavu. Objektivní kritéria neexistují, takže lidé volají záchranku k různým událostem, někdy i ve stresu a v obavách třeba o člena rodiny.“ V každém případě je lepší záchranku zavolat než riskovat zdravím. „Laik často nerozpozná závažnost zranění nebo zdravotního problému. Od toho je dispečer zdravotní záchranné služby, aby volajícímu poradil a případně pomoc poslal. Rozhodně se nikdo nebude hněvat, když za záchrannou službu zavoláte,“ zdůrazňuje.

Prevence letních úrazů

Podstatné je správně vyhodnotit své schopnosti a síly a nepodcenit vliv počasí nebo terénu. „*Lidé často své síly přecení, a to může vést k úrazům. A pokud třeba jdete na horskou túru nebo plánujete dlouho trasu na kole, je nutné se přizpůsobit nejslabšímu členu skupiny,*“ připomíná Vojtěch Hermann. Ondřej Rennét na závěr dodává, že nejde předejít všem úrazům, ale opatrnost a uvědomění si vlastních limitů můžou riziko snížit.

INFOBOX: Chcete vědět víc? Poslechněte si celý rozhovor v novém podcastu

Rozhovor s lékaři z oddělení urgentního příjmu Pardubické nemocnice je zároveň dalším z dílů nového podcastu Nemocnice Pardubického kraje nazvaného **V oranžovém křesle**. Do křesla ve studiu v atriu nového pavilonu urgentního příjmu a chirurgických oborů usednou postupem času i další osobnosti Nemocnice Pardubického kraje.

Podcast je dostupný v **podcastových aplikacích** Spotify [zde](#), Apple Podcasts [zde](#) a České podcasty.

<https://www.nempk.cz/novinky/letni-urazy-a-prvni-pomoc-jak-spravne-reagovat>