



## TRAUMATOLOGICKÝ PLÁN ŠKOLY

Zabezpečení první pomoci se týká všech stavů ohrožujících zdraví a život člověka. Ustanovení tohoto traumatologického plánu nařizuje zaměstnancům dodržování zásad správného a včasného poskytnutí první pomoci, které může omezit následky úrazu, nebo zabránit ohrožení života. Zaměstnanci jsou povinni znát rozmístění zdravotnických prostředků na pracovišti, jejich správné použití a možnosti přivolání odborné lékařské pomoci.

### I.

#### Priority při poskytování první pomoci

1. Zabránit dalšímu poranění zachraňované i vlastní osoby.
2. Zajistit první pomoc (odsunutí zraněného na bezpečné místo, odstranění překážek apod.)
3. Prohlédnout postiženou osobu a zjistit jde-li o:
  - život ohrožující krvácení;
  - bezvědomí;
  - zástavu dýchání;
  - zástavu krevního oběhu;
  - další poranění.
4. První pomoc poskytovat v pořadí:
  - zastavit krvácení;
  - obnovit a udržet dýchání a činnost srdce (umělé dýchání, masáž srdce);
  - provést protišoková opatření;
  - ošetřit rány a popáleniny;
  - fixovat zlomeniny.
5. Vhodně uložit zraněného, zajistit převoz do zdravotnického zařízení.

Platí zásada, že první pomoc poskytujeme, pokud možno, na místě nehody. K dalšímu ošetření se zraněný posílá podle závažnosti poranění okamžitě do zdravotnického zařízení.

### II.

#### Organizace první pomoci

V případě jakéhokoli úrazu poskytne první pomoc vyučující, zaměstnanec školy, nebo kterýkoli přítomný zaměstnanec a žák, který prošel kurzem první pomoci.

1. V případě těžkého, smrtelného nebo hromadného úrazu:
  - okamžitě nahlásit událost na sekretariát školy prostřednictvím jiného zaměstnance, dospělé osoby nebo žáka;
  - zaměstnanci sekretariátu neprodleně vyrozumí o úrazu ředitele školy nebo zástupce ředitele školy;
  - zaměstnanci sekretariátu školy okamžitě vyrozumí, podle závažnosti poranění, zdravotnické zařízení;
  - pokud to vážnost zranění dovolí, vedení školy zajistí přepravu postiženého k lékařskému ošetření;
  - není-li možné zraněného dopravit k odbornému ošetření, přivolá se vedení školy a lékařská pomoc na místo úrazu.

## 2. V případě lehčího úrazu:

- postižený (zaměstnanec nebo žák) nahlásí úraz vyučujícímu;
- v případě pracovního úrazu svému nadřízenému (dle organizační směrnice);
- vyučující nebo nadřízený nahlásí tuto událost na sekretariátu školy, který informuje vedení školy;
- při zranění žáka se o události okamžitě vyrozumí jeho zákonní zástupci (popř. osoby s vyživovací povinností);
- nemohou-li zákonní zástupci (popř. osoby s vyživovací povinností) zajistit doprovod žáka k lékaři, přebírá tuto odpovědnost škola
- žák je odveden do klidové místnosti a zde pod dohledem vyčká dalšího postupu

O každém školním úrazu nebo pracovním úrazu se provede záznam do Knihy úrazů. Drobné úrazy se neregistrují. Poskytne se jen ošetření prostředky z lékárničky.

Pověřenými osobami pro realizaci předlékařské první pomoci jsou:

Mgr. Ivana Šádová - zdravotník pro ZŠ (kancelář č. 109 hlavní budovy, tel. 604 941 101)

Mgr. Tereza Švadlenová - zdravotník pro GYM (kancelář č. 302 hlavní budovy, tel. 721 856 307)

### III.

#### Důležitá telefonní čísla

Záchranná služba:	155
Policie České republiky:	158
Hasičský záchranný sbor:	150
Linka tísňového volání:	112

Závodní lékařka: 607 769 578 (MUDr. Jana Kadeřávková)

Chirurgická ambulance: 381 233 030 (MUDr. Josef Balík)

### IV.

#### Ohlašovna poruch

Každá závažnější porucha (voda, elektřina) je bezodkladně oznámena na sekretariátu školy. Zaměstnanci sekretariátu neprodleně vyrozumí o poruše ředitelku školy nebo zástupce ředitele školy.

Telefonní čísla havarijních služeb:	voda	800 120 112
	elektřina	800 810 820

### V.

#### Ohlašovna požáru

Každý požár je bezodkladně oznámen na sekretariátu školy. Zaměstnanci sekretariátu neprodleně vyrozumí o požáru velitele požární hlídky, ředitelku školy nebo zástupce ředitelky školy.

### VI.

#### Lékárničky

Seznam doporučeného obsahu je umístěn přímo v lékárničkách. Pravidelnou kontrolu spojenou s kontrolou použitelnosti léků a materiálu zajišťuje 2x ročně vedení školy. Současně je obsah lékárničky překontrolován vždy po větším úrazu ve škole.

Umístění lékárníček: sekretariát školy (kancelář č. 107 hlavní budovy)  
laboratoř školy (kancelář č. 213 přístavby)  
kancelář zdravotníka pro ZŠ (kancelář č. 109 hlavní budovy)  
zdravotník pro GYM (kancelář č. 302 hlavní budovy)

## VII. První pomoc

### 1. První pomoc při zásahu elektrickým proudem

- a) bezpečnost záchranáře
  - stát na nevodivé podložce, nedotýkat se kovových předmětů, nedotýkat se mokrých věcí
- b) technická opatření
  - vypnout elektrický proud příslušným vypínačem, vytáhnout zástrčky ze zásuvky, odstranit elektrické vodiče suchým nevodivým materiálem (dřevo, guma apod.)
- c) první pomoc
  - soustředit se na krvácení z tepny (přiložit stlačující obvaz);
  - okamžitě zahájit masáž srdce, není-li hmatný tep;
  - v případě zástavy dechu zahájit umělé dýchání;
  - ošetřit běžná poranění (zlomeniny, popáleniny);
  - jakmile začne zraněný sám dýchat, uložit jej do stabilizované polohy.
- d) organizační opatření
  - přivolat ihned lékaře;
  - co nejdříve uvědomit vedoucího organizace;
  - do příchodu lékaře setrvat u zraněného a kontrolovat jeho životní funkce.

### 2. První pomoc při popálení

- zachovat čistotu a nedotýkat se rány;
- neodstraňovat zbytky oděvu nebo jiné předměty;
- popáleniny menšího rozsahu chladit čistou proudící vodou;
- popáleniny překrýt sterilní rouškou;
- zajistit protišoková opatření;
- zajistit odvoz či doprovod k lékaři.

### 3. První pomoc při krvácení

- okamžitě stlačit krvácející cévu přímo v ráně;
- přiložit tlakový obvaz nebo zaškrcovadlo;
- podle možnosti znehybnit postiženou oblast;
- zajistit protišoková opatření;
- stále kontrolovat rány a celkový stav zraněného;
- zajistit odvoz nebo doprovod do zdravotnického zařízení;
- přiložit lístek, kdy bylo zaškrcovadlo přiloženo.

### 4. Umělé dýchání

- postiženého položit na záda (nikoliv při podezření na poranění páteře);
- otočit hlavu na stranu a otevřít ústní dutinu
- vyčistit ústní dutinu a odstranit nečistoty (včetně umělého chrupu);
- zaklonit hlavu, zvednout bradu, otevřít ústa a uvolnit zapadlý jazyk;
- zkontrolovat, jestli člověk nezačal sám dýchat;
- nadechnout se a široce otevřít svá ústa a přiložit je na ústa raněného tak, aby nikde neunikal vzduch ven;
- stisknout pevně nos a vydechnout vzduch do úst;
- přitom pozorovat hrudník postiženého;
- pokud se nadzdvihl, znamená to, že vzduch pronikl až do plic;

- pak oddálit ústa a nechat proběhnout samovolný výdech;
- pokles hrudníku ukazuje, že vzduch volně uniká z plic a není zde tedy překážka;
- opakovat úkon tempem přibližně 12 až 16 krát za minutu;
- u zraněného dítěte je frekvence přibližně 20 krát za minutu a objem vdechovaného vzduchu musí být menší;
- každý vdech by měl být plynulý a trvat asi 2 sekundy (při rychlejším vdechu bude odpor dýchacích cest větší a umělé dýchání bude méně účinné);
- po první sérii nos uvolnit a:
  - zkontrolovat, jestli zraněný sám dýchá;
  - pokud ne, vše opakovat a dodržovat frekvenci;
  - pokračovat až do obnovení dýchání nebo do příchodu lékařské pomoci;
- po určité době vždy kontrolovat, zda raněný dýchá sám či nikoli;
- během umělého dýchání kontrolovat také, zda postiženému tluče srdce;
- pokud ne, zahájit masáž srdce a pokračovat v umělém dýchání.

## 5. Masáž srdce

- srdeční činnost kontrolujeme nejčastěji na krční tepně nebo na zápěstí;
- nejjednodušší je přiložit ucho přímo na hrudník;
- neslyšíme-li pravidelný tlukot srdce, musíme se pokusit obnovit srdeční činnost;
- začneme úderem do oblasti srdeční krajiny;
- nezačne-li srdce pracovat, zahájíme nepřímou srdeční masáž;
- napřed vyhledáme tlakové místo na hrudní kosti (je to asi 3 až 5 cm nad dolním okrajem hrudní kosti);
- tam položíme zápěstí pravé ruky a přes ně ještě zápěstí ruky levé;
- hrudní kost musíme stlačovat do značné hloubky (asi 4 cm), proto se do hrudníku opíráme celou váhou těla;
- rytmicky stlačujeme hrudník asi 80 až 100 krát za minutu (včetně vdechů):
  - jsme-li dva, rozdělíme si práci (dva umělé dechy na 15 stlačení hrudní kosti);
  - je-li pouze jeden záchránce, střídá dva vdechy a 15 rychlých stlačení;
- krátký oddech mezi popsány úkony nastane ve chvílích, kdy kontrolujeme, zda se srdce již rozběhlo.

## 6. Protišoková opatření

- přivolat lékařskou pomoc;
- při ošetřování různých úrazů je nutné mít již od začátku na paměti, že se může dostavit šok, a je dobré tomu předejít;
- postiženého uklidňovat;
- pokud je to možné, odstranit nebo zmírnit bolestivé nebo rušivé podněty (např. znehybnit zlomenou končetinu, ošetřit rány);
- uložit do protišokové polohy (zdvižené dolní končetiny);
- uvolnit tísnící šaty (kravatu, košili atd.);
- dbát, aby byl postižený v teple (podložit bundou, zabalit do pokrývky);
- pokud si postižený stěžuje na palčivou žížeň, je možné zvlhčit mu rty studenou vodou;
- zajistit postiženému tiché prostředí, odstranit nepříjemný hluk.

Traumatologický plán byl projednán a schválen na pedagogické radě a poradě všech pracovníků školy dne 31.8.2023.

V Táboře dne 31. srpna 2023

.....  
PhDr. Markéta Švadlenová  
ředitelka školy