



ZŠ a MŠ Proseč

## Základní škola a mateřská škola Proseč

Rybenská 260, 539 44 Proseč u Skutče, IČO: 75018772  
tel.: 469321291, [www.zsprosec.cz](http://www.zsprosec.cz), email: [skola@zsprosec.cz](mailto:skola@zsprosec.cz)

---

# TRAUMATOLOGICKÝ PLÁN

## 2015 / 2016

---

# OBSAH

<b>1. OBECNÁ USTANOVENÍ .....</b>	<b>3</b>
<b>2. POVINNOSTI ZAMĚŠTNANCŮ .....</b>	<b>3</b>
<b>3. POSKYTNUTÍ A PŘIVOLÁNÍ POMOCI .....</b>	<b>3</b>
I. ZÁSADY PRO POSKYTNUTÍ PRVNÍ POMOCI PO ZÁSAHU ELEKTRICKÝM PROUDEM .....	5
II. ZÁSADY POSKYTNUTÍ PRVNÍ POMOCI PŘI POPÁLENÍ .....	6
III. ZÁSADY POSKYTNUTÍ PRVNÍ POMOCI PŘI KRVÁCENÍ .....	7
IV. ZÁSADY POSKYTNUTÍ PRVNÍ POMOCI PŘI OTRAVÁCH JEDY NEBO ZASAŽENÍ CHEMICKOU LÁTKOU .....	7
V. PORANĚNÍ KONČETIN .....	8
<b>4. LÉKÁRNIČKY .....</b>	<b>9</b>
<b>5. TELEFONNÍ ČÍSLA .....</b>	<b>9</b>
<b>ZÁVĚREČNÁ USTANOVENÍ .....</b>	<b>9</b>
<i>Příloha 1: Prezenční listina školení první pomoci .....</i>	<i>10</i>
<i>Příloha 1: Prezenční listina školení první pomoci .....</i>	<i>11</i>

## 1. Obecná ustanovení

- Traumatologický plán je zpracován na základě § 102 odst. 6 Zákoníku práce.
- Poskytnutí první pomoci je jednou ze základních povinností každého občana a je podmínkou záchrany života a omezení následků, které zraněné osobě při vzniku úrazu nastávají.

## 2. Povinnosti zaměstnanců

- Všichni zaměstnanci jsou povinni znát rozmístění zdravotnických prostředků na pracovišti, jejich správné užití a možnost přivolání odborné lékařské pomoci.
- Povinností ŘŠ je zajistit **seznámení všech zaměstnanců s traumatologickým plánem nejméně jedenkrát ročně.**
- Povinností ŘŠ je zajistit odborné **proškolení všech zaměstnanců školy, které se týká první pomoci, nejméně jednou za dva roky.**
- Učitel zapíše každý úraz do knihy úrazů, která umístěna v ředitelně školy. Evidované úrazy zapíše do příslušného formuláře v systému InspIS České školní inspekce ZŘŠ. Za evidenci úrazů zodpovídá ZŘŠ. Zajistí také odeslání záznamu na příslušná místa.
- V MŠ plní roli ZŘŠ vedoucí učitelka mateřské školy.

## 3. Poskytnutí a přivolání pomoci

- Každý ze zaměstnanců má povinnost zajistit oddělení dítěte nebo mladistvého, který vykazuje známky akutního onemocnění, od ostatních dětí a mladistvých, zajistit nad ním dohled zletilé fyzické osoby a neprodleně oznámit tuto skutečnost nadřízeným vedoucím zaměstnancům.
- Každý pracovník, který je přítomen vzniku úrazu nebo jiné zdravotní příhody, je povinen poskytnout zraněnému první pomoc podle běžných zdravotnických zásad. V případě nutnosti okamžitě telefonicky ohlásí událost příslušnému závodnímu lékaři (MUDr. Nováková, tel. 469 321 203).
- Zaměstnanec, který zajistil přivolání lékařské pomoci, oznámí tuto skutečnost řediteli školy.
- Přehled důležitých telefonních čísel při volání první pomoci:
  - **závodní lékař MUDr. Nováková** **469 321 203**
  - **záchranná zdravotnická služba** **155**
  - **dětská lékařka MUDr. Vylíčilová** **469 321 133**
- Za vybavení lékárníček a jejich udržování ve způsobilém stavu zodpovídá Mgr. Karla Nováková.
- Lékárníčky jsou umístěny na těchto místech:
  - **ZŠ**
    - **sborovna 1. stupeň**
    - **sborovna 2. stupeň**
    - **tělocvična**
    - **školní dílna**
    - **kuchyň**
    - **pracoviště školníka (kotelna)**
  - **MŠ**
    - **sborovna**
    - **učitelská šatna**
    - **kuchyň**

Včasné, rozsahem i kvalitou správné poskytnutí první pomoci může pak nejenom omezit následky úrazu, ale i zabránit bezprostřednímu ohrožení života. K tomuto účelu slouží tento plán, jehož ustanovení nařizuje všem pedagogickým pracovníkům a zaměstnancům dodržovat a plnit následující zásady:

### V NEBEZPEČNÝCH SITUACÍCH – TECHNICKÁ PRVNÍ POMOC

- před zahájením poskytování první pomoci odstraníme příčinu (kouř, vodu, chlad, teplo, dav lidí atd.) nebo postiženého přemístíme
- záchránce nesmí ohrozit sám sebe

### DŮLEŽITÉ OTÁZKY:

- Co se stalo? Co vás bolí? Berete nějaké léky? Léčíte se na něco (cukrovka, astma...)?  
Dýchá se vám dobře? Je tu s vámi někdo?

### OBECNÝ POSTUP PŘI VYŠETŘOVÁNÍ

- posouzení stavu životních funkcí – dech a stav vědomí
- vyšetření té části těla, kde postižený udává obtíže či bolest
- celková kontrola v pořadí: hlava, krk, páteř (leží-li na břichu), hrudník, břicho, horní končetiny, dolní končetiny – zvláště pečlivě u zraněných v šoku, po požití alkoholu, při mozkolebečním poranění a poranění páteře

### VYŠETŘUJEME

- pohledem (barva obličeje, poloha těla a končetin)
- poslechem (dýchání, komunikace)
- pohmatem (zlomeniny, teplo, dýchání)

### PŘIVOLÁNÍ ODBORNÉ POMOCI – 155, 112

- uvedeme své jméno
- co a kde se stalo a počet postižených
- charakter zranění nebo stavu postiženého
- věk postiženého (orientačně: dítě, dospělý...) eventuálně jeho jméno
- ve velkém objektu nebo na sídlišti navrhne místo, kde bude někdo čekat
- nikdy nepokládáme telefon první, protože dispečer může potřebovat další informace – druh bolesti, stav vědomí, zda se zraněný léčí nebo bere nějaké léky, přesný popis místa...
- v případě potřeby vám dispečer poradí

### VŠEOBECNÉ ZÁSADY

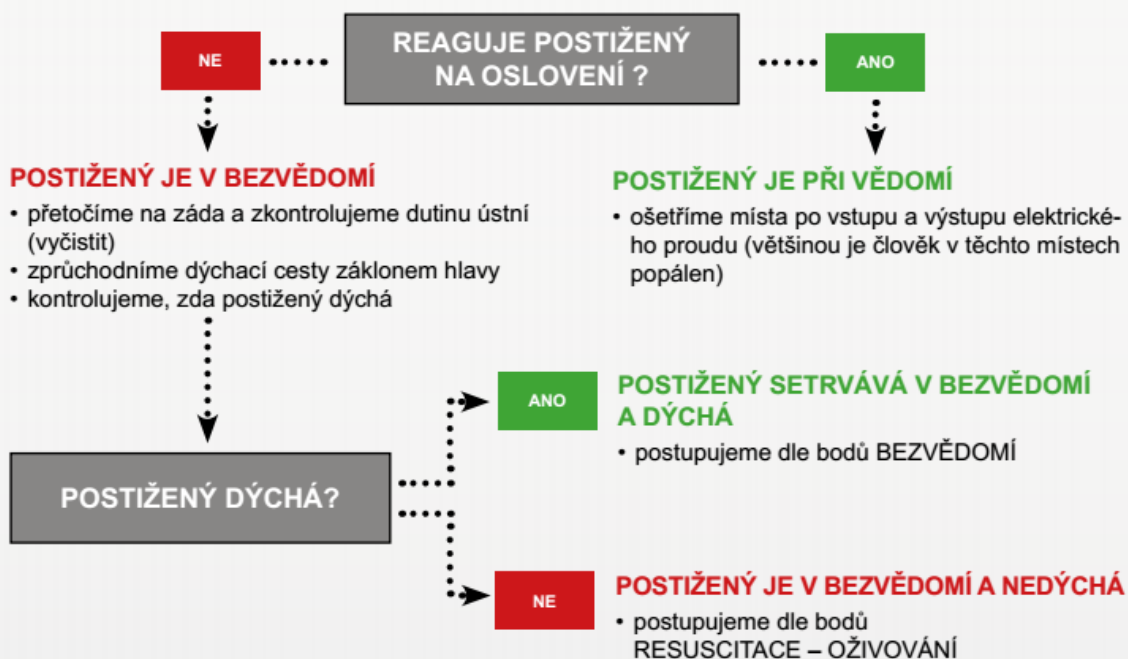
- kdo mluví, křičí = je při vědomí a dýchá
- jako první ošetřujeme vždy masivní krvácení, dále zástavy životních funkcí (postižený nedýchá), bezvědomí, šokové stavy a poranění hrudníku



## I. Zásady pro poskytnutí první pomoci po zásahu elektrickým proudem

### TECHNICKÁ PRVNÍ POMOC

- použijeme vhodnou a co nejjednodušší metodu odpojení či odstranění zdroje elektrického proudu (vypneme jistič, vypneme vypínač, odsuneme nevodivým předmětem – např. dřevo či plast – část těla nebo spotřebič)
- zajistíme vodič (el. spotřebič) tak, aby neohrozil postiženého ani zachránce
- při ohrožení proudem z drátů vysokého napětí se nepřibližujeme a voláme ihned záchrannou službu či hasičský záchranný sbor



### PŘÍZNAKY BEZVĚDOMÍ

- povelení svalového napětí (pozor na zapadnutý jazyk)
- není reakce na oslovení či dotyk

### OŠETŘENÍ ZRANĚNÉHO V BEZVĚDOMÍ

- přetočíme na záda
- kontrolujeme dutinu ústní, zprůchodníme dýchací cesty záklonem hlavy
- kontrolujeme dýchání (poslechem před ústy postiženého a pohledem na hrudník)



### Základní postup oživování:

položíme ruce na střed hrudníku a frekvencí 100 stlačení/min. stlačujeme hrudník do hloubky cca 5 cm



### ROZŠÍŘENÁ RESUSCITACE PRO POUČENÉ ZACHRÁNCE

- 30 stlačení hrudníku střídáme s 2 umělými vdechy

### U dětí (do puberty):

- zahajujeme 5 vdechy a zdravotnickou záchrannou službu voláme po jedné minutě pokusu o oživování
- dle velikosti dítěte omezíme hloubku stlačení hrudníku

## II. Zásady poskytnutí první pomoci při popálení



### PRVNÍ POMOC PŘI POPÁLENÍ

- zamezíme dalšímu působení tepla
- v co nejkratším čase začneme popálenou plochu chladit, nejlépe tekoucí vodou (pozor na popáleniny v obličeji, abychom tekoucí vodou postiženého nedusili)
- při chlazení z popálené plochy a okolí odstraníme (pokud jde jednoduše sundat) prstýnky, náramky, hodinky, náušnice apod., dříve než tkáň oteče

### POPÁLENINU NEPODCEŇUJ

- k opařeným dětem, popáleninám obličeje a genitálií voláme vždy zdravotnickou záchrannou službu



### III. Zásady poskytnutí první pomoci při krvácení

#### STLAČIT PRSTY PŘÍMO V RÁNĚ (U PORANĚNÍ NA KRKU JEDINÁ MOŽNOST)

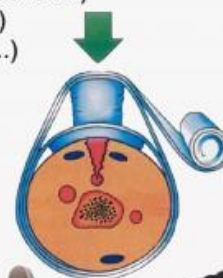
- stlačení rány nepovolujeme do příjezdu odborné pomoci nebo do přiložení tlakového obvazu či zaškrcovadla

#### PŘILOŽIT TLAKOVÝ OBVAZ (NAPŘ. HOTOVÝ OBVAZ V AUTOLÉKÁRNIČCE)

- na ránu přiložíme první krycí vrstvu a přes ni vrstvu tlakovou (kapesník, obvaz...)
- prosakuje-li obvaz, přiložíme další tlakovou vrstvu (max. 3 tlakové vrstvy)
- každou tlakovou vrstvu pořádně stáhneme (obvazem, šátkem, kravatou...)

#### PŘILOŽIT ZAŠKRCOVADLO (VE VÝJIMEČNÝCH PŘÍPÁDECH)

- nefunguje-li tlakový obvaz nebo jej nelze použít (např. amputace apod.)
- zaškrcovadlo široké min. 6 cm přiložíme nad ránu blíže k srdci
- zapíšeme čas zaškrčení a končetinu chladíme
- zaškrcovadlo se **nepovoluje**, **nepřikládá** na krk a klouby



### IV. Zásady poskytnutí první pomoci při otravách jedy nebo zasažení chemickou látkou

REAGUJE POSTIŽENÝ  
NA OSLOVENÍ ?

ANO

NE

#### POSTIŽENÝ JE PŘI VĚDOMÍ

- zjistíme, CO postižený požil, V JAKÉM MNOŽSTVÍ a KDY
- stále kontrolujeme stav vědomí – komunikujeme s postiženým
- při požití léků, hub – vyvoláme zvracení (krabičku od léků, zvratky uschovat)
- u žíravých látek (kyseliny, louhy) – **ne**vyvoláváme zvracení
- neprodleně voláme zdravotnickou záchrannou službu – 155, 112

#### POSTIŽENÝ JE V BEZVĚDOMÍ

- přetočíme na záda
- kontrolujeme dutinu ústní – ústa zbavíme cizích těles (pozor na chemické látky – použijeme rukavice)
- zprůchodníme dýchací cesty záklonem hlavy
- kontrolujeme, zda postižený dýchá



## V. Poranění končetin

**UZAVŘENÉ PORANĚNÍ**

- zlomenina, vykloubenina apod. – necháme polohu na postiženém
- při dostupnosti zdravotnické záchranné služby končetiny **ne**fixujeme

**OTEVŘENÉ PORANĚNÍ**

- u masivního krvácení postupujeme dle bodů ZÁSTAVA MASIVNÍHO KRVÁCENÍ
- drobné krvácející rány ošetříme překrytím (obvaz, čistý kapesník, šátek...)
- kosti, stěpy a další tělesa **ne**vytahujeme a **ne**zamačkáváme, obvaz přiložíme po okolí tohoto tělesa



## 4. Lékárničky

### Doporučený obsah lékárničky:

KS	MATERIÁL	KS	MATERIÁL
1x	Carbosorb tal.	1x	obinadlo škrťící pryžové 70 cm
1x	Ophthal	1x	obinadlo hydrofilní sterilní 10 cm x 5m
1x	Septonex	1x	šátek trojcípý
1x	Spofaplast 2,5cm x 2 m	2x	rouška resuscitační
1x	Spofaplast rychloobvaz 6cm x 1 m	1x	Chirurgické rukavice
1x	obinadlo hydrofilní sterilní 6cm x 5 m	1x	Teploměr lékařský
1x	Sterilní čtverce malý	1x	Nůžky
1x	Kompresy z gázy	1x	Sterilux kompresy velký a malý

## 5. Telefonní čísla

Nejdůležitější telefonní čísla	
Tísňová volání, lze volat i z mobilních telefonů:	
Záchranná služba	<b>155</b>
Policie - tísňové volání	<b>158</b>
Hasiči	<b>150</b>
Místní hasiči – pan R. Nekvinda	<b>603 377 032</b>
Jednotný integrovaný záchranný systém	<b>112</b>
PORUCHY	
Voda (pan Schmied)	603 899 861
Plyn	840 113 355      1239(poruchy)
Elektrika	840 840 840
ZAMĚSTNANCI	
Ředitel školy – Mgr. Josef Roušar	733 127 257
Bezpečnostní technik – Dušan Barcuch	777 196 552

## Závěrečná ustanovení

- Tento dokument je platný od 11. listopadu 2015
- Proškolení zaměstnanců – první pomoc – viz příloha
- 
- 
- Zdravotník ZŠ Mgr. Karla Nováková .....
- 
- Zdravotník MŠ Pavla Černá.....

.....  
Mgr. Josef Roušar  
ředitel ZŠ a MŠ Proseč

**Příloha: Prezenční listina školení první pomoci**

<b>Termín školení:</b>		<b>Podpis:</b>
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		
26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		
33		.....
34		
35		
36		.....
37		
38		

**Proškoliil:**

.....  
.....

**Příloha: Prezenční listina školení první pomoci**

<b>Termín školení:</b>		<b>Podpis:</b>
1	Burianová Lenka	
2	Jeřábková Jitka	
3	Jílková Kateřina	
4	Košnar Petr	
5	Kovářová Šárka	
6	Kvapilová Lenka	
7	Kynclová Marie	
8	Lacmanová Hana	
9	Marešová Iveta	
10	Marinjuková Julie	
11	Michálková Jarmila	
12	Mikulecký Václav	
13	Mrkosová Hana	
14	Nováková Karla	
15	Nováková Klára	
16	Novotná Iva	
17	Novotná Katka	
18	Ondráčková Jana	
19	Ondráčková Vítka	
20	Pavlovič Mirek	
21	Pavlovičová Jana	
22	Pecina Zdeněk	
23	Pospíšilová Jaromíra	
24	Procházková Marie	
25	Ročňáková Eva	
26	Roušar Josef	
27	Schejbalová Zuzana	
28	Smělá Dagmar	
29	Stodola Jan	
30	Stodola Pavel	
31	Stodolová Blanka	
32	Stoklasová Věra	
33	Sudková Alena	
34	Svobodová Lucie	
35	Škorpíková Monika	
36	Šplíchalová Pavlína	
37	Tobiášová Milena	
38	Zvárová Alena	

**Proškoli:**

.....  
.....