



## Úžeh

1. Přesunout do stínu
2. Ochladit (ventilátor, průvan, sprcha, obklady)
3. Podat tekutiny

## Bodnutí hmyzem

1. Odstranit žihadlo
2. Zjistit, jestli je dotýčný alergický, pokud ano:  
dle stavu volat Zdravotnickou záchrannou službu  
(155) nebo podat lék
3. Pokud ne: chladit

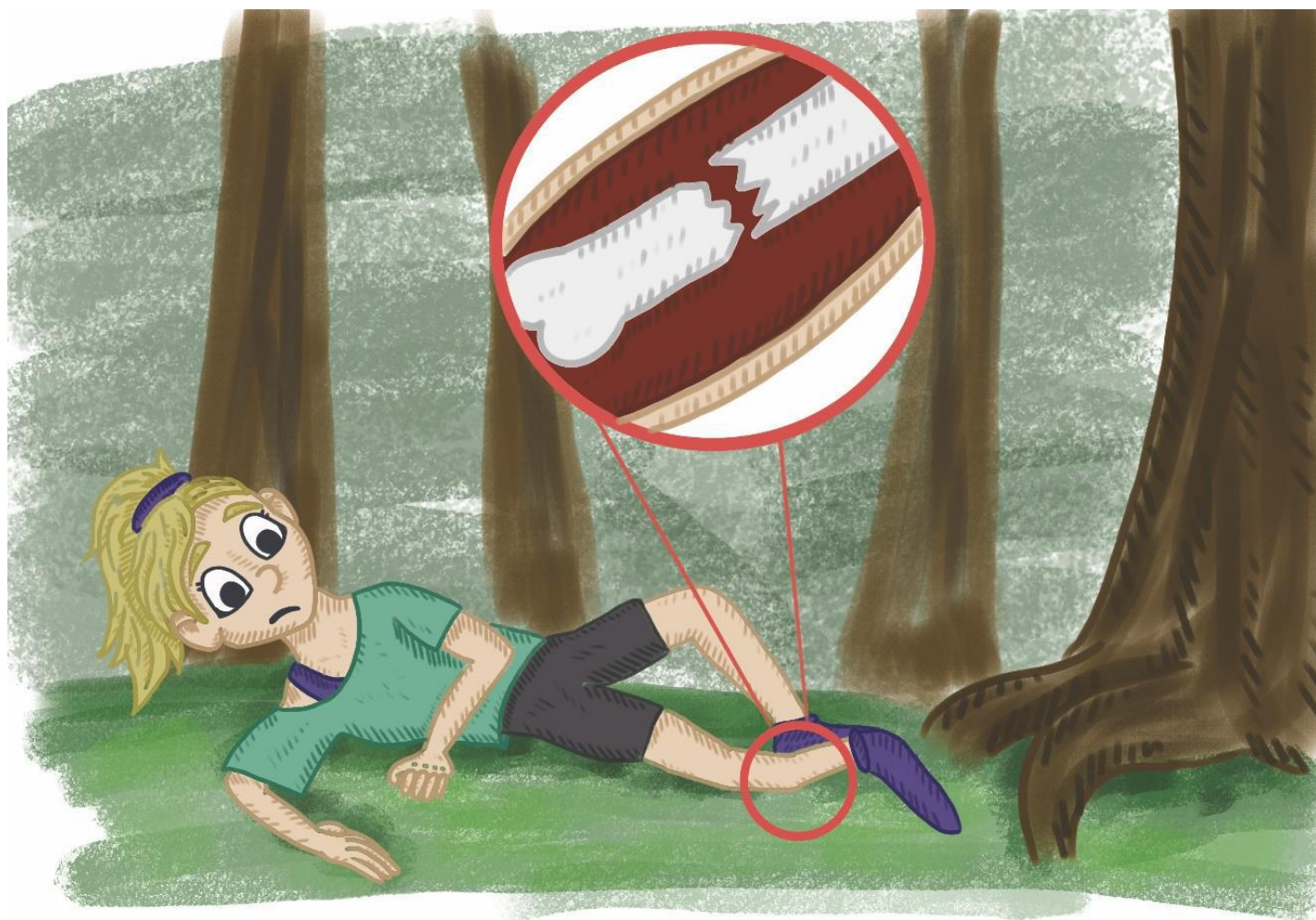


### **Popáleniny**

1. Sundat spálený oděv a šperky, je-li to možné (nestrhávat, nervat, ...)
2. Chladit studenou vodou
3. Navštívit lékaře nebo volat Zdravotnickou záchrannou službu (155) – podle rozsahu

### **Omrzliny**

1. Přesunout do tepla
2. Zahřát omrzliny ve vlažné vodě
3. Netřít a nesusít třením
4. Překrýt sterilním krytím nebo obvazem
5. Navštívit lékaře



# **Základy první pomoci**

**Starší hlídky MH**

## Zlomenina končetiny

1. Nezatěžovat poraněnou končetinu
  2. Postižený zaujme polohu, která mu nejvíce vyhovuje (úlevová poloha), s končetinou nehýbat.
  3. Chladit
  4. Uklidňovat
  5. Podle závažnosti volat Zdravotnickou záchrannou službu (155)
-