

Trauma v divočině a odlehlých oblastech

Spolek Praktiků Taktické a Terénní Medicíny



Česká republika, 2023

Obsah

Traumatická zranění a kde začít	3
Tři ABC	3
A1 (Assess the Scene).....	3
A2 (Airway)	4
A3 (Alert others).....	4
B1 (Barriers).....	4
B2 (Bleeding)	5
B3 (Begin CPR).....	5
C1 (Complete secondary survey)	5
C2 (Cervical spine protection).....	6
C3 (Cover and protect victim).....	6

Traumatická zranění a kde začít

Tři ABC

Devět bezprostředních priorit první pomoci je součástí medicíny v odlehlých oblastech, bez ohledu na zranění. Tři ABC jsou užitečná mantra pro připomenutí devíti priorit v pořadí, v jakém jsou prováděny. Tři ABC vymezují rychlé vyhodnocení místa a pacienta, u kterého jsou rozpoznány život ohrožující stavy, jako obstrukce dýchacích cest, těžké krvácení nebo zástava srdce.

Mantra:

A1 – Assess the Scene (vyhodnoťte bezpečnost prostředí)

A2 – Airway (zajistěte v jakém stavu jsou dýchací cesty)

A3 – Alert others (upozorněte ostatní)

B1 – Barriers (ochrana rukavicemi, brýlemi a maskou)

B2 – Bleeding (zastavení krvácení)

B3 – Begin CPR (pokud je to indikováno, zahajte KPR)

C1 – Complete secondary survey (dokončete sekundární vyšetření a ošetření pacienta)

C2 – Cervical spine protection (ochrana krční páteře)

C3 – Cover and protect victim (kryjte a chraňte zraněného)

A1 (Assess the Scene)

Posuďte, zda na scéně nehrozí další nebezpečí pro vás nebo pro oběť, jako je pád kamenů, lavina nebo nebezpečná zvířata, před samotným poskytnutím první pomoci. Nejhorší, co se může stát, je přivodit si další zranění nebo kdyby se jím záchránce stal sám. Vyhněte se přiblížování oběti přímo ze shora, pokud existuje riziko sesuvu kamene nebo sněhu. Nedovolte, aby váš pocit „pomáhat druhým“ proměnil nehodu v riskantní a pošetilý pokus o záchranu.

A2 (Airway)

Ujistěte se, že postižený dýchá a nemá obstrukci dýchacích cest. Když se k pacientovi přibližujete, mluvte nahlas. Odpověď pacienta ukazuje, že pacient dýchá a má puls. U kojenců a dětí zavolejte jejich jméno a jemně jim poklepejte na ruce a nohy. Pokud dítě nereaguje, okamžitě zjistěte, zda dýchá. Pokud je obličejem dolů, přetočte ho na záda tak, aby se hlava, ramena a trup pohybovaly jako jeden celek bez kroucení.

Přiložte ucho a tvář blízko k ústům a nosu oběti, abyste detekovali pohyb vzduchu a zároveň sledovali pohyb hrudníku a břicha. V chladném počasí hledejte unikající páru z úst a vnímejte pohyb teplého vzduchu.

Pokud pacient nedýchá nebo má hlučné dýchání, otevřete dýchací cesty. Nejčastějším důvodem obstrukce dýchacích cest u kritického pacienta v bezvědomí je uvolnění svalů jazyka a hrdla, což umožňuje jazyku spadnout a zablokovat dýchací cesty. Při podezření na trauma použijte techniku předsunutí čelisti k otevření dýchacích cest. Minimalizuje pohyb krku, který je potenciálně nebezpečný, pokud má pacient poranění páteře. Předsunutí čelisti se provádí tak, že si kleknete za hlavu pacienta, položíte ruce na obě strany čelisti oběti a vytáhnete základnu čelisti nahoru a dopředu. Pokud po otevření dýchacích cest nezjistíte dýchání nebo pozorujete jen občasné lapání po dechu, předpokládejte, že pacient má zástavu srdce, okamžitě upozorněte ostatní a rychle zahajte KPR.

A3 (Alert others)

Než se více zapojíte do resuscitace a péče o pacienta v kritickém stavu, který je komplikovaný a komplexní, věnujte několik sekund zavolání nebo odeslání někoho pro pomoc a upozornění ostatních ohledně celé situace.

B1 (Barriers)

Kdykoli je na pacientovi přítomna krev nebo tělesné tekutiny, je důležité se chránit před krví, močí a slinami přenášenými bakteriemi, jako je hepatitida a HIV. Při resuscitačním dýchání z úst do úst si chraňte ruce rukavicemi odolnými proti virům a používejte bariérové pomůcky. Dokonce i nitrilové rukavice mohou prosakovat, takže si po sundání rukavic umyjte ruce nebo je otřete antimikrobiálním ručníkem.

Mnoho lidí je alergických na latex. Alergie na latex může způsobit vyrážky, těžké anafylaktické reakce a smrt. Pokud máte podezření, že byste mohli mít alergii na latex, použijte nitrilové rukavice bez pudru.

B2 (Bleeding)

Zkontrolujte, zda pacient silně nekrváčí. Rukou v rukavici prohmatejte veškeré oblečení a zkontrolujte pod pacientem známky krváčení. K zastavení krváčení použijte vlastní ruku a zatlačte přímo na ránu. Pokud nelze krváčení z končetiny zastavit přímým tlakem a postiženému hrozí vykrvácení, přiložte turniket. Uvědomte si, že pokud je turniket ponechán déle než 4 hodiny, paže nebo noha za turniketem může odumřít a vyžadovat amputaci. Poškození paže nebo nohy je vzácné, pokud je turniket ponechán na končetině méně než 2 hodiny. Tváří v tvář masivnímu krváčení do končetin je lepší přijmout riziko poškození končetiny než nechat oběť vykrvácet.

B3 (Begin CPR)

Rozpoznání zástavy srdce není pro netréované zdravotníky vždy jednoduchou záležitostí. Pokud pacient po otevření dýchacích cest nereaguje a nedýchá nebo nedýchá normálně (gasping), okamžitě zahajte KPR. Včasná KPR může zvýšit pravděpodobnost přežití, zvláště pokud je následována rychlou defibrilací pomocí automatizovaného externího defibrilátoru (AED).

Vyškoleným zdravotníkům by kontrola pulsu neměla trvat déle než 10 sekund. Umístěte svůj ukazováček a prostředníček na hrdlo oběti přes Adamovo jablko, poté posuňte prsty po straně krku oběti do prostoru mezi Adamovo jablkem a krčním svalem, abyste cítili tep karotidy. Pokud puls nezjistíte, zahajte KPR.

Pokud pacient po zajištění průchodnosti dýchacích cest spontánně nedýchá, začněte záchranné vdechy z úst do úst.

C1 (Complete secondary survey)

Jakmile se ujistíte, že nejsou přítomny žádné život ohrožující problémy, proveďte důkladné vyšetření pacienta od hlavy až k patě a vyhledejte další viditelné zranění či jakékoliv jiné viditelné známky onemocnění či jiného stavu. Jemně zatlačte na každou část pacienta a zhodnoťte bolest, otok nebo deformaci.

C2 (Cervical spine protection)

Mícha je životně důležitá. Prochází krčními obratli v krku. Poškození míchy může způsobit trvalou paralýzu nebo smrt. Je nutné znehybnit hlavu, krk a trup po nehodě, která by mohla pacientovi zlomit vaz, jako je pád, poranění hlavy nebo poranění při potápění, a pokud je přítomna některá z následujících situací:

- Pacient je v bezvědomí.
- Pacient si stěžuje na bolesti krku nebo zad.
- Při dotyku je v zadní části krku nebo horní části zad citlivost.
- V končetinách je necitlivost, brnění nebo změněná citlivost.
- Pacient se nemůže hýbat nebo má slabost v ruce nebo noze, která není způsobena přímým poraněním této části.
- Pacient má změněnou úroveň vědomí nebo je pod vlivem drog či alkoholu.
- Pacient má jiné velmi bolestivé poranění, které ho může odvést od bolesti krku, jako je zlomenina stehna nebo pánve, vykloubené rameno nebo zlomenina žebra.

V případě podezření na poranění krční páteře by měl záchránce znehybnit hlavu a krk pacienta a zabránit jakémukoli pohybu trupu.

C3 (Cover and protect victim)

Pokud je chladno, umístěte pod a přes pacienta izolační oděvy nebo příkrývky, abyste byl chráněn před podchlazením. Odstraňte a vyměňte veškeré mokré oblečení. Pokud je horko, uvolněte pacientovi oblečení a vytvořte stín. Pokud se pacient nachází v nebezpečné oblasti, přemístěte ho na bezpečnější místo a v případě potřeby zajistěte imobilizaci páteře.

Zdroje:

- DUFF, Jim a Ross ANDERSON. *Pocket First Aid And Wilderness Medicine.: Essential For Expeditions*. 11th ed. Oxenholme Road, Kendal: Cicerone, 2012. ISBN 978-1-85284-913-9.
- WEISS, Eric A. *Wilderness & Travel Medicine.: A Comprehensive Guide*. 4th ed. Seattle: The Mountaineers Books, 2012. ISBN 978-1-59485-658-7.