

## PORANĚNÍ HRUDNÍKU

Úrazy hrudníku zahrnují zlomeniny hrudní kosti a žeber, poranění nitrohruďných orgánů, krvácení do dutiny hrudní.

Typické příznaky jsou bolest na hrudi, rány na hrudníku, dušnost, promodráání kůže a sliznic.

Zraněného zklidněte a **ULOŽTE HO DO POLOHY VPOLOSEDĚ** se zapřenýma rukama, pokud postiženému tato poloha vyhovuje.

Při závažném poranění, dušnosti či krvácení přivolejte zdravotnickou záchrannou službu.

Zabezpečte **TEPELNÝ KOMFORT** zraněného, zraněného přikryjte příkrývkou nebo izotermickou fólií a zajistěte jeho izolaci od země.

Sledujte nadále stav postiženého a reagujte na jeho případné zhoršení.

**STRACH O SEBE MÁ KAŽDÝ Z NÁS, ALE ZDÁ-LI SE VÁM VÁŠ STRACH NĚJAK NEPŘIMĚŘENÝ, PROMLUVTE SI O NĚM S NĚKÝM Z PŘÍBUZNÝCH ČI VYHLEDEJTE ODBORNOU POMOC.**

Obráťte se na policii, intervenční centrum, nebo zavolejte na anonymní bezplatnou linku důvěry, krizová centra, sociální pracovníky, psychology, městský úřad,...

**KONTAKTNÍ MÍSTO PRO SENIORY U ŠEDÉHO VLKA** (Nemocniční 204, Prachatice, tel. 724 367 840)

**SENIOR POINT**  
(Zlatá stezka 145, Prachatice, tel. 723 826 073, 388 424 196)

**SPOLEČNOST SV. ZDISLAVY Z LEMBERKA** (terénní služba, Vlachovo Březí, tel.č. 603 105 891)

**PEČOVATELSKÁ SLUŽBA** (terénní služba, 731 402 992, 388 385 330)

**JIHOČESKÉ CENTRUM PRO ZP A SENIORY** (SNP 559, Prachatice, tel.č. 721 001 422, 388 316 009)

## Domácí násilí a trestná činnost na seniorech PRVNÍ POMOC PŘI FYZICKÉM NAPADENÍ



Projekt „VRBA – práce s domácím násilím a trestnou činností na seniorech na Prachaticku“ je podpořen z prostředků Ministerstva vnitra.

Pokud jste se stali obětí či svědky domácího násilí:

Podějte oznámení osobně nebo telefonicky, pokud se jedná o závažnou činnost, volejte ihned **POLICII ČR (158), MĚSTSKOU POLICII (156), HASIČE (150), ZDRAVOTNICKOU ZÁCHRANNOU SLUŽBU (155).**

## ZÁVAŽNÁ PORANĚNÍ A POSKYTNUTÍ PRVNÍ POMOCI PŘI FYZICKÉM NAPADENÍ

Oběť fyzického násilí může zažít bolestivé útoky, které sebou nesou riziko poškození zdraví, a v extrémních případech může toto násilí vyústit v přímé ohrožení života.

Senior může při napadení v soukromí či na veřejnosti utrpět různá poranění, jakými jsou např. drobné oděrky, krvácení na obličeji, některá závažnější poranění jako jsou zlomeniny končetin, poranění břicha a poranění hrudníku.

## RÁNY A DROBNÉ KRVÁCENÍ

Typické příznaky jsou porušení celistvosti kůže, krvácení a bolest.

Rizikové rány jsou rány silně krvácející, rozsáhlé nebo s velkým poškozením tkání, spojené se zlomeninami, silně znečištěné.

**VYHNĚTE SE PŘÍMÉMU KONTAKTU S KRVÍ**, použijte ochranné rukavice, mechanicky **VYČISTĚTE RÁNU PROUDEM ČISTÉ VODY DO ÚPLNÉHO VYPLÁCHNUTÍ VŠECH NEČISTOT.**

Přiložte sterilní krytí odpovídajícího rozsahu rány (náplast, gáza, obvaz).

## PORANĚNÍ BŘICHA

Násilí působící na břicho (stlačení, úder, kopnutí) může vést k poranění břišní stěny a nitrobřišních orgánů (trávicí trakt, játra, slezina, ledviny, močový měchýř).

Často je spojeno s **VNITŘNÍM KRVÁCENÍM.**

Typické příznaky jsou bolest břicha, podlitiny nebo otevřené rány, pocit na zvracení a zvracení, ztuhlost břišních svalů, bledost, pocení, případně známky šoku

Zasažený člověk je ohrožen vnitřním krvácením s velkou krevní ztrátou, infekcí a zánětem pobřišnice při otevřených poraněních.

Zraněného uklidněte a uložte na podložku, umožněte mu **ZAUMOUT POLOHU, KTERÁ MU VYHOVUJE.** Přivolejte ZZS.

Zabezpečte **TEPELNÝ KOMFORT ZRANĚNÉHO** a zabraňte podchlazení (zraněného přikryjte a zajistěte jeho izolaci od země).

**V KAŽDÉM PŘÍPADĚ SLEDUJTE STAV ZRANĚNÉHO – VĚDOMÍ, TEP, DÝCHÁNÍ ... KAŽDÁ ZMĚNA MŮŽE BÝT PŘÍZNAKEM VÁŽNĚJŠÍHO PORANĚNÍ.**

## PORANĚNÍ KONČETIN

Úrazy končetin zahrnují **zlomeniny** kostí, **poškození kloubů**, pohmoždění **svalů** a poranění šlach.

Obecné příznaky jsou bolestivý otok, krevní výron, omezení pohybu.

Může nastat **OHROŽENÍ ZTRÁTOU KRVĚ** - možnost rozvoje šoku při zlomeninách dlouhých kostí, poranění cév a nervů, infekcí otevřených zlomenin.

**ZASTAVTE VIDITELNÉ ZEVNÍ KRVÁCENÍ** pokud možno pomocí sterilního materiálu, **ZKONTROLUJTE STAV** končetiny (prokrvení, hybnost, citlivost), v případě závažných příznaků (prasknutí při úrazu, deformita, abnormální pohyb mimo kloub), přivolejte zdravotnickou záchrannou službu.

## PORANĚNÍ HLAVY

Zraněného člověka nejvíce ohrožuje porucha vědomí s rizikem selhání životních funkcí. Zlomenina spodiny lebeční se může projevit i **KRVÁCENÍM Z UCHA!** Krvácení nezastavujeme, naopak necháme krev volně odtékat.