



OBEC Horná Lehota, 027 41 Oravský Podzámok

Integrovaný záchranný systém

Príprava obyvateľstva na sebaobranu a vzájomnú pomoc

2024

Integrovaný záchranný systém (IZS) poskytuje koordinovaný postup záchranných zložiek pri zabezpečovaní a výkone činností a opatrení súvisiacich s poskytovaním pomoci v tiesni.

Tieseň ako stav, pri ktorom je bezprostredne ohrozený život, zdravie, majetok alebo životné prostredie a postihnutý je odkázaný na poskytnutie pomoci.

Organizácia IZS

- Ministerstvo vnútra
- Ministerstvo zdravotníctva
- okresné úrady v sídle kraja
- záchranné zložky:
 - základné záchranné zložky
 - ostatné záchranné zložky
 - útvary PZ

Čísla tiesňového volania



112 Koordinačné stredisko IZS



150 Hasičský a záchranný zbor



155 Záchranná zdravotná služba



158 Štátna polícia



159 Mestská polícia



18 300 Horská záchranná služba

Neblokuj pre zábavu linku 112, možno niekto iný v tej chvíli naozaj potrebuje pomoc!

Ak voláte na číslo tiesňového volania uveďte:

- meno a priezvisko
- čo sa stalo (druh udalosti, aké sily a prostriedky majú byť vyslané)
- kde sa stalo (obec, objekt, lokalita, obvod, kraj)
- komu sa stalo (postihnutí, poškodenie majetku, ohrozenie životného prostredia)
- kedy sa stalo (dátum a čas)
- poskytnite ďalšie doplnkové informácie (kto volá, je nablízku dospelá osoba, telefónne číslo pre spätné volanie...)

Zásady prvej pomoci

- bezpečnosť pri poskytovaní prvej pomoci
- zhodnotenie situácie
- zhodnotenie úrazu alebo ochorenia
- volanie odbornej pomoci
- poskytnutie prvej pomoci
- odovzdanie postihnutého odbornej pomoci

Vyšetrenie postihnutého

- vedomie - reakcia na oslovenie, zatrasenie alebo uštipnutie
- dýchanie – naklonenie sa nad postihnutého či je alebo nie je počuť, cítiť dýchanie a či sú vidieť dýchacie pohyby (ak nie ide o zastavenie dýchania)
- krvný obeh, ak nie je prítomné dýchanie ide o zástavu srdca (krvného obehu), treba začať resuscitovať

Život zachraňujúce úkony

- uvoľnenie, spriechodnenie dýchacích ciest (záklon hlavy - Manéver „prst - brada“)
- záchranné dýchanie (z pľúc do pľúc) - nemusí sa vykonávať v prípade možnosti ohrozenia záchrancu
- stláčanie hrudníka - masáž srdca:
 - miesto u dospelého: stred hrudnej kosti /úroveň prsných bradaviek
 - miesto u dieťaťa - spojnica medzi prsnými bradavkami a 1cm pod (dolná tretina hrudnej kosti)
 - používajú sa 2 prsty, dlaň jednej ruky alebo dlane oboch rúk
 - frekvencia stláčania 100 - 120 min, hĺbka 5 - 6 cm
 - 30 (stlačení) : 2(vdychy)
 - u dieťaťa - začína sa 5 úvodnými vdychmi
- zastavenie závažného krvácania
- aj samotná masáž srdca bez dýchania je život zachraňujúci úkon

KARTA PRVEJ POMOCI

Čo robiť v prípade nehody.

- 1 Zisti, čo sa stalo.
- 2 Zavolaj pomoc.
- 3 Dbaj na vlastnú bezpečnosť.

**ZASTAV
KRVÁCANIE**



**UVOĽNI
DÝCHACIE
CESTY**



ZÁCHRANNÉ DYCHY
stlačení hrude dychy

30:2 za 1 min.



**UROB
VONKAJŠIU
MASÁŽ
SRDCA**



**POSTIHNUTÉHO
DAJ DO
STABILIZOVANEJ
POLOHY**



POLÍCIA | SOS |   ➔ 112