

# ZÁKLADY PRVNÍ POMOCI

OFFICE

## 1. ZHODNOTIT SITUACI

Prohlédněte celé místo, zhodnoťte situaci a další možná rizika. Odhadněte druh a závažnost zranění, a také jak k nehodě došlo.



## 2. VLASTNÍ BEZPEČÍ

Především dbejte na zachování vlastního bezpečí. Vyhněte se možným rizikům a eliminujte vzhledem k dalším (nákaza, zranění, požár, plyn, autonehoda, atd.)



## 3. ZAVOLAT POMOC

Volejte 112, nebo 155!

Dle situace volejte na krizovou linku 112, 155 nebo 158.

Dispečer vás povede krok za krokem, jak správně jednat.



## 4. POSKYTNOUT PRVNÍ POMOC

Ošetřete a stabilizujte zraněného, nebo jinak poskytněte první pomoc, až do příjezdu záchranářů.

