

# TANR v kostce aneb 10 Praktických Postřehů

Ondřej Franěk & Petra Sukupová, [www.zachrannaslužba.cz](http://www.zachrannaslužba.cz)

## 1. Poznej a potvrď zástavu!

Nečekaný KOLAPS nebo KŘEČE + žádné projevy života, nedýchá nebo dýchá „nenormálně“ (nepravidelné, ojedinelé dechy, nezvedá se hrudník, promodralá barva). Pokud není do 30 sekund jasno, považuj stav za zástavu!

## 2. Pojďme do toho!

JE POTŘEBA mu pomoci – budeme spolu oživovat. Nebojte se, poradíme vám.

## 3. Pomocníci

Jen jeden člověk na místě – zkuste sehnat někoho dalšího! Pokud to nejde, předej instrukce a ukonči hovor. Více lidí - telefon CO NEJBLÍŽ k pacientovi. Jeden komunikuje, další provádějí!

## 4. Příčina zástavy?

Co je pravděpodobná příčina náhlé příhody: selhání srdce, nebo dušení?

## 5. Předej instrukce!

<b>Příčina = náhlá srdeční arytmie</b> (typicky starší osoby, náhle vzniklé bezvědomí)	<b>Příčina = hypoxie</b> (typicky děti, úrazy, kritické dechové potíže předcházející bezvědomí)
- Položit pacienta na záda, nic pod hlavu - Uvolnit dýchací cesty - 1 zachránce: pouze masáž 100x/minutu - 2 a více zachránců: masáž:dýchání = 100 : 2	- Pokud je pravděpodobné cizí těleso, proveď vypuzovací manévr (u dětí je to vždy první krok!) - Položit pacienta na záda, nic pod hlavu - Uvolnit dýchací cesty, dále masáž:dýchání = 30:2

### Technika masáže:

Poloha dlaní: uprostřed hrudníku mezi prsy, natažené ruce propnuté v loktech  
Frekvence: 2x za sekundu (PětaDvacet), co nejméně přerušovat!  
Hloubka stlačení: cca 5-6 cm u dospělého

## 6. Přístup k pacientovi!

Je třeba zajistit bezproblémový přístup k pacientovi – otevřít dveře, přivolat výtah atd. – pověřte někoho volného!

## 7. Pokračuj až do příjezdu posádky!

Poslouchej, Pozoruj, Povzbuzuj, Pochval, Pomáhej, Počítej!

## 8. Poděkuj!

Když je posádka na místě a je čas, poděkuj zachráncům. Zaslouží si aspoň takové ocenění a navíc - možná příště pomůžou Tobě nebo Tvým blízkým...

## 9. Pozor na chyby!

Nejčastější chyby: *Nepoznaná zástava*: pacient zdánlivě „dýchá“, ale jde o lapavé dechy – TANR není zahájena. Obdobně při záchvatu křečí – je nutné zjistit stav poté, co křeče odezní (vydržet na lince, nebo zpětným voláním). *Technika resuscitace*: Příliš velké prodlevy a přerušování masáže (např. kvůli hmatání pulsu). Málo intenzivní masáž. Pokud se během masáže pacient „rozdýchá“, může jít opět o lapavé dechy, které svědčí o účinnosti masáže, ale ne o obnově spontánního oběhu. Zjišťování tepu na karotidách je neefektivní a zdržuje.

## 10. Pátřej po osudu pacienta!

Zajímej se o osud „svých“ pacientů. Přehřítí klinické smrti je malý zážrak, na kterém máš svůj podíl!

## TANR dospělého – kardiogenní stav

Doktor k vám vyjíždí, budou u vás asi za ... minut. Do té doby mu zkusíme pomoci spolu.

