

## Nová doporučení pro resuscitaci ERC 2015

Jenom v Evropě může být každoročně zachráněno více než 100 000 životů navíc!

Srdeční zástava postihuje v Evropě přibližně 500 000 lidí ročně. Poskytnutí pomoci těm, kteří jsou na umření ještě příliš mladí, je přitom velmi jednoduché. Při provádění kardiopulmonální resuscitace (KPR) laickými záchránci se šance na přežití srdeční zástavy zvyšuje asi 2 až 3krát. V celé Evropě je ale v současné době poskytována laická resuscitace jenom u jednoho z pěti případů srdeční zástavy. Zvýšením počtu zahájených resuscitací můžeme v Evropě zachránit dalších 100 000 životů ročně navíc. Nové doporučené postupy pro resuscitaci vydávané Evropskou resuscitační radou (ERC) mají za úkol tohoto výsledku dosáhnout.

Dne 15. října 2015 budou zveřejněna nová doporučení pro resuscitaci ERC 2015, která jsou založená na nových vědeckých důkazech publikovaných od poslední revize doporučení v roce 2010. Pro laické záchránce zůstává klíčová myšlenka velmi jednoduchá. Prof. Maaret Castrén, předsedkyně ERC, říká:

**„Okamžitě stlačte hrudník do dostatečné hloubky a rychle! Neztrácejte drahocenný čas! Pokud postižený nereaguje a nedýchá normálně, stlačte střed hrudníku do hloubky minimálně 5 cm frekvencí 100 až 120 stlačení za minutu.“**

Stlačování hrudníku je v rámci resuscitace vůbec nejdůležitější činností. Zvládne to každý, dokonce i děti.

Tento jednoduchý postup je bezpečný a velmi zvyšuje šanci na přežití. Laici, kteří jsou vyškoleni a mohou provádět umělé dýchání, střídají stlačování hrudníku s umělými vdechy v poměru 30 : 2. I v případech, kdy není umělé dýchání prováděno, je srdeční masáž nejdůležitější činností. Bez stlačování hrudníku dochází během 5 minut od kolapsu k nevratnému poškození mozkových buněk.

Při tvorbě nových doporučení pro resuscitaci bylo v roce 2015 zrevidováno mnoho studií, které se zabývaly účinností různých resuscitačních procesů. Všechny studie, které poskytly přesvědčivé vědecké důkazy nebo potvrdily možnost léčbu zjednodušit, byly do nových doporučení použity. Kromě kvalitní srdeční masáže a zvyšování dostupnosti automatizovaných externích defibrilátorů (AED), které dnes najdeme na řadě veřejně přístupných míst, je kladen důraz na kvalitní výcvik v základní neodkladné resuscitaci s případným použitím AED nebo bez něj. **Nová doporučení ERC 2015 kladou velký důraz na používání AED**, jehož obsluha je jednoduchá a díky hlasové nápovědě přístroj provede záchránce celým postupem až k dodání defibrilačního výboje, který je v časně fázi resuscitace velmi důležitý a mnoha lidem může zachránit život.

Doporučení pro resuscitaci ERC 2015 potvrzují význam dalších úkonů během resuscitace, které zajišťují profesionální záchránce. Mezi tyto postupy patří správné zajištění dýchacích cest, farmakologická léčba nebo terapeutická hypotermie po obnovení krevního oběhu. Cílená regulace tělesné teploty po dobu minimálně 24 hodin po obnovení spontánního oběhu značně zvyšuje šance na úplné zotavení mozkových funkcí.

Okamžitě zahájené a dostatečně hluboké komprese hrudníku, včasná defibrilace, zajištění dýchacích cest a cílená regulace tělesné teploty po resuscitaci mají v doporučených postupech pro resuscitaci 2015 svoje nezastupitelné místo. Prof. Castrén dodává:

**„Pokud by všichni laici i zdravotníci absolvovali správnou přípravu a dokázali používat získané znalosti a dovednosti v praxi, mohli bychom v Evropě zachránit navíc dalších 100 000 životů ročně.“**

Další informace, originální znění doporučených postupů a léčebné algoritmy pro laické i profesionální záchránce budou k dispozici zdarma na [www.resuscitace.cz](http://www.resuscitace.cz) nebo [www.erc.edu](http://www.erc.edu).