ALGORITMUS PRVNÍ POMOCI PŘI TONUTÍ

ČRR

GUIDELINES 2025
EUROPEAN RESUSCITATION COUNCIL©

Prevence tonutí

- Mějte děti na dosah ruky, pokud jsou ve vodě nebo v její blízkosti
- Plavte v místech, kde je voda bezpečná nebo kde jsou plavčíci
- Při používání plavidel (např. člun, kajak atd.) noste vždy záchrannou vestu
- Absolvujte kurzy plavání a bezpečnosti ve vodě

Včas rozpoznejte tonutí

- Pamatujte, že tonutí může být tiché
- Pamatujte, že k tonutí může dojít také v mělké vodě
- Pátrejte po osobách ve vodě, které se nepohybují
- Pátrejte po osobách, které se pohupují nahoru a dolů
- Pátrejte po plavcích s hlavou zakloněnou nízko nad hladinou, s otevřenými ústy nebo lapajícími po dechu

Úvodní kroky

- Zavolejte ZZS
- Nevstupujte do vody, pokud nejste vyškoleni v záchraně z vody
- Sledujte osobu nebo místo na hladině, kde byla naposledy viděna

Použijte plovoucí pomůcku a osobu vytáhněte z vody

- Použijte házecí pytlík, záchranný kruh, záchranný pás nebo jiné záchranné vybavení
- Udržujte hlavu postiženého nad vodou
- Jakmile to bude bezpečné, vytáhněte osobu na břeh nebo do záchranného člunu

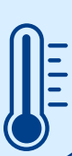
Poskytněte první pomoc podle potřeby

Pokud postižený nereaguje a nedýchá:

postupujte podle "Algoritmu KPR po tonutí".

Pokud dýchá normálně:

- Použijte zotavovací polohu
- Udržujte osobu v teple
- V případě jakýchkoli pochybností vyhledejte odbornou pomoc



KPR – kardiopulmonální resuscitace; ZZS – zdravotnická záchranná služba