



## SVĚTOVÝ DEN ZÁCHRANY ŽIVOTA

Tisková zpráva, Hradec Králové, 16. října 2020

**Světový den záchrany života si každoročně připomínáme 16. října za účelem zvýšení povědomí laické veřejnosti o příznacích srdeční zástavy a významu dvou jednoduchých kroků nezbytných pro záchranu lidského života: přivolání zdravotnické záchranné služby prostřednictvím tísňové linky 155 a zahájení srdeční masáže.**

Srdeční zástava postihuje v Evropě přibližně půl miliónu lidí ročně. Nejčastější příčinou je onemocnění srdce, například akutní infarkt srdečního svalu. Vlivem genetických predispozic, změn životního stylu, stresu, kouření a dalších rizikových faktorů v posledních letech narůstá výskyt srdečních zástav u mladých osob, včetně sportovců. Srdeční zástava vzniká obvykle neočekávaně, často z plného zdraví a bez varovných příznaků. Nikdo z nás neví, zda se v příštích minutách nestane svědkem takové příhody nebo nebude pomoc potřebovat sám.

Poskytnutí pomoci je přitom velmi jednoduché. Zavolání na linku 155 pomocí mobilního telefonu nebo mobilní aplikace Záchranka a provádění srdeční masáže. Simulační studie prokázaly, že už děti od 12 let dokáží stlačovat hrudník postiženého do dostatečné hloubky a přivolání pomoci zvládnou děti od první třídy základní školy. Operátoři tísňové linky 155 vždy po telefonu poradí, co dělat do příjezdu posádky záchranné služby. Resuscitace zahájená svědky náhlého kolapsu až trojnásobně zvyšuje šanci postiženého na přežití! V různých zemích světa se míra provádění resuscitace před příjezdem zdravotnické záchranné služby pohybuje v širokém rozmezí od 13 do 82 procent s evropským průměrem přibližně 56 %.

Česká republika se v počtu resuscitací prováděných před příjezdem záchranné služby (80 %) umístila v letos publikované mezinárodní studii EURECA TWO na vynikajícím druhém místě. Rovněž výsledky přežití mimonemocniční srdeční zástavy nás řadí mezi světovou špičku. Ve skupině pacientů se zástavou krevního oběhu z interní příčiny, kolapsem v přítomnosti svědků a úvodním defibrilovatelným rytmem se Česká republika umístila ve výsledcích kvalitního přežití (45 %) na třetím místě z celkem 28 států Evropy, v těsném závěsu za vybranými městskými regiony Dánska a Nizozemí.

Aplikace Záchranka v letošním roce představila novinku, jejíž testování bylo od června 2020 zahájeno v reálném provozu. Ve vybraných případech může operátor linky 155 odeslat na mobilní telefon volajícího nebo dalšího svědka v místě srdeční zástavy odkaz, po jehož otevření se zapne zadní kamera chytrého telefonu a zahájí videopřenos z místa události na zdravotnické operační středisko. Nová technologie videopřenosu doplní standardní proces telefonického volání zdravotnické záchranné služby. Díky nové dimenzi interakce mezi operátorem a volajícím očekáváme do budoucna zvýšení kvality telefonicky asistovaných resuscitací. Operátoři linky 155 dokáží zkontrolovat správnou polohu rukou na hrudníku při srdeční masáži, hloubku a frekvenci stlačování hrudníku nebo správnou obsluhu automatizovaného externího defibrilátoru (AED).

Srdeční zástava se projevuje náhlou ztrátou vědomí s pádem postiženého na zem. Většina lidí po vzniku srdeční zástavy nepřestane dýchat úplně, ale po dobu několika dalších minut se lapavě nadechuje („jako kapr“). Tento stav vyžaduje okamžité přivolání záchranné služby a neprodlené zahájení resuscitace. Častou příčinou neposkytnutí pomoci bývá nerozpoznání srdeční zástavy nebo obava z vlastního selhání. Pro záchranu postiženého je nejdůležitější srdeční masáž. Střed hrudníku musí být stlačován do hloubky 5 až 6 centimetrů frekvencí 100 až 120krát za minutu. Rytickým stlačováním hrudníku lze rozpohybovat krev transportující kyslík do mozku. Pro přežití dospělých osob se spatřenou srdeční zástavou doma, v práci nebo kdekoliv na veřejnosti je i samotná srdeční masáž velmi efektivní a lze ji provádět i bez předchozího nácviku.

V době pandemie onemocnění Covid-19 byly dočasně modifikovány některé postupy první pomoci, aby nedošlo k ohrožení zdraví zachránců. Hodnocení normálního dýchání je v rámci základní resuscitace prováděno u neznámých osob pouze pohledem z větší vzdálenosti. Není doporučeno přibližovat obličej zachránce k ústům a nosu postiženého. Při volání na tísňovou linku 155 svědek navíc oznámí případné příznaky akutního respiračního onemocnění, horečky, případně pozitivní testování na Covid-19, pokud jsou takové informace známy. Pokud je to možné, měl by si zachránce před zahájením resuscitace nasadit roušku nebo jinak zakrýt svoje ústa a nos. Pokud měl roušku v době kolapsu postižený, ponechte mu ji na obličeji. Srdeční masáž a použití AED je prováděno standardním způsobem. S výjimkou resuscitace dětí však není v době pandemie prováděno umělé dýchání z úst do úst, dýchání s resuscitační rouškou nebo resuscitační maskou, ani v případě vyškolených zachránců. V místě probíhající resuscitace by se neměly shromažďovat další osoby, které neposkytují pomoc. Po předání postiženého záchranné službě si zachránci umyjí ruce vodou a mýdlem nebo provedou dezinfekci rukou alkoholovými prostředky, které vám poskytne zdravotnická záchranná služba. Více než 70 % srdečních zástav však vzniká v domácím prostředí, kde první pomoc obvykle poskytují členové rodiny. V těchto případech se žádné postupy nemění.

Evropský den záchrany života byl schválen usnesením Evropského parlamentu v červnu 2012. Všechny členské státy dostaly za úkol tento osvětový den 16. října zavést a využít jej ke zvyšování znalostí laické veřejnosti, ale i lékařů a dalších zdravotnických pracovníků, jak správně poskytnout první pomoc při srdeční zástavě. V roce 2018 se podařilo kampaň rozšířit mimo Evropu a její celosvětový význam vedl k přejmenování na Světový den záchrany života. Podtitul letošní kampaně "Každý člověk na světě může zachránit život!" pouze potvrzuje, že resuscitace je natolik jednoduchým výkonem, že jej zvládne opravdu kdokoliv. Nebojte se zachránit život! Nikdy nevíte, kdy budete pomoc potřebovat sami.

**#WorldRestartAHeart | @CRR\_resus | @ERC\_resus | @Ilcor\_org | @Zachranka\_App**

#### **Česká resuscitační rada, z. s. (ČRR)**

Fakultní nemocnice Hradec Králové  
Klinika anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny  
Sokolská 581  
500 05 Hradec Králové  
MUDr. Anatolij Truhlář, Ph.D., FERC  
E-mail: truhlaran@zzskhk.cz  
Tel.: +420 606 816 818  
Website: [www.resuscitace.cz](http://www.resuscitace.cz)

#### **Sekretariát ČRR**

HANZO Production, s.r.o.  
Piletická 486  
503 41 Hradec Králové  
Jan Lapeš, MBA  
E-mail: [info@resuscitace.cz](mailto:info@resuscitace.cz)  
Tel.: +420 493 814 037  
+420 734 338 328  
Website: [www.hanzo.cz](http://www.hanzo.cz)