

PRVÁ POMOC PRI TOPENÍ SA ALGORITMUS

Predchádzajte topeniu sa

- Keď je dieťa vo vode alebo pri vode, majte ho na dosah ruky
- Plávajte v zabezpečených vodných plochách, kde sú plavčíci
- Pri používaní plavidla (napr. loď, kajak atď.) vždy noste záchrannú vestu
- Zapojte sa do kurzov plávania a bezpečnosti vo vode



Rozpoznajte včasné topenie sa

- Uvedomte si, že topenie sa môže byť tiché
- Uvedomte si, že v plytkej vode môže dôjsť k topeniu sa
- Všimnite si plavcov, ktorí sa nehýbu žiadnym smerom
- Všimnite si plavcov, ktorí sa zvislo pohupujú z hladiny a pod hladinu
- Všimnite si plavcov, ktorí majú hlavu zaklonenú vo vode, otvorené ústa a lapajú po dychu

Úvodné kroky

- Privolajte záchrannú zdravotnú službu
- Nevstupujte do vody, ak nie ste trénovaný na vodnú záchranu
- Nespúšťajte z dohľadu osobu alebo oblasť, kde ste osobu naposledy videli



Poskytnite plávajúcu pomôcku a vytiahnite z vody

- Poskytnite plávajúcu pomôcku, záchranný kruh, záchrannú trubicu alebo iné záchranné vybavenie
- Udržujte hlavu osoby mimo vody
- Vytiahnite osobu na breh alebo do záchranného člna, ihneď ako je to bezpečné



Poskytnite prvú pomoc podľa potreby

Ak je v bezvedomí a nedýcha:
postupujte podľa algoritmu
„KPR po topení sa“



Ak dýcha:

- Použite stabilizovanú polohu
- Udržujte osobu v teple
- V prípade akýchkoľvek obáv vyhľadajte odbornú pomoc

