

Čo má obsahovať lekárnička na pracovisku ?

Je prirodzenou povinnosťou každého občana, aby podľa svojich možností poskytol prvú pomoc bez rozdielu každému, koho postihol úraz alebo náhle ochorenie. Poskytnutie prvej pomoci je nie len prirodzenou (morálnou) povinnosťou každého občana (zamestnanca), ale aj povinnosťou, ktorá vyplýva zo zákona o starostlivosti o zdravie ľudu. Prvá pomoc sa musí poskytovať pri všetkých úrazoch, otravách a náhlych ochoreniach.

Občan strávi v zamestnaní asi polovicu svojho života a v pracovnom (i mimopracovnom) prostredí je vystavený pôsobeniu mnohých faktorov.

Úlohou zamestnávateľov (aj spoločnosti) je vytvárať také pracovné (mimo pracovné) podmienky, ktoré umožnia vykonávať prácu (inú činnosť) bez poškodenia zdravia a práca bude pritom pozitívne vplývať na telesné a duševné schopnosti zamestnancov.

Ak sa pracovným podmienkam nevenuje dostatočná pozornosť: pribúdajú pracovné úrazy, choroby z povolania a iné poškodenia zdravia alebo ochorenia podmienené prácou, stúpa celková chorobnosť, čo v konečnom dôsledku negatívne ovplyvňuje ekonomiku a kvalitu života celej spoločnosti.

Prvá pomoc – je súbor jednoduchých a účelných opatrení, ktorými sa má pri náhlom ohrození alebo narušení hodnôt zabrániť rozvoju ďalšieho poškodenia a zmierniť následky poškodenia a zmierniť následky poškodenia na najmenšiu mieru. Prvú pomoc možno rozdeliť na technickú a zdravotnícku.

Technická prvá pomoc - jej podstatou je odstránenie vonkajších fyzikálnych a chemických príčin, ktoré spôsobili úraz, otravu alebo náhle ochorenie a ktoré neustále zhoršujú stav postihnutého, kým ich vplyv trvá.

Zdravotnícka prvá pomoc - je súbor opatrení, ktoré pri náhlom ohrození alebo postihnutí zdravia cieľavedome a účinne obmedzujú rozsah a dôsledky ohrozenia alebo postihnutia. Je ju možné rozdeliť na laickú a odbornú zdravotnícku prvú pomoc.

Všeobecné zásady poskytovania prvej pomoci:

Ako postupovať?

- + Bez ohrozenia vlastného života zistíte, čo sa stalo,
- + Ako prvého vždy ošetríte najviac postihnutého,
- + Zabezpečte privolanie lekára, sanitky, alebo dopravu zraneného do zdravotníckeho zariadenia.

Ako poskytnúť prvú pomoc?

- + Zastaviť život ohrozujúce krvácanie,
- + Pri bezvedomí - zaistíte voľnosť dýchacích ciest,
- + Pri zástave dýchania - poskytnite umelé dýchanie,
- + Pri zástave srdca - poskytnite nepriamu masáž srdca,
- + Venujte pozornosť protišokovým opatreniam.

P a m ä t a j t e !

- + Nepotrebuje osobitné vybavenie – improvizujte,
- + Nepreceňujte svoje sily, neohrozte samého seba,
- + Nehýbte s postihnutým viac, ako je nevyhnutné!

Vybavenie pracovísk prostriedkami prvej pomoci a zdravotníckym materiálom

NÁSTENNÁ LEKÁRNIČKA

Vybavenie lekárničiek prvej pomoci rieši Oborová norma 84 6635 má len doporučujúci charakter. Vybavenie lekárničiek určí zabezpečovateľ zdravotnej pracovnej služby (PZS) v Traumatologickom pláne organizácie. Minimálne vybavenie lekárničky na pracovisku podľa súdneho znalca v odbore zdravotníctva MUDr. Viliam BRŠIAK je:

Liečivá – Carbosorb tbl.	1 bal.
- Ophtal	1 ks
- Mezosept alebo Septonex (príp. iný dezinfekčný prípravok)	1 ks
- Peroxid vodíka (na čistenie rany)	2 dcl
Obväzový materiál	
- Gáza hydrofilná skladaná sterilná 7,5 x 7,5 cm á 5 ks	2 bal.
- Spofaplast 2,5 cm x 2 m	1 ks
- Obväz hotový sterilný č. 2	4 ks
- Ovínadlo hydrofilné sterilné 6 cm x 5 m	2 ks
- Ovínadlo škrtiace gumové dĺžka 70 cm	1 ks
- Ovínadlo hydrofilné sterilné 10 cm x 5 m	5 ks
- Šatka trojcípa	1 ks
- Vata obväzová skladaná 50 g	2 ks
Zdravotnícke pomôcky	
- Príručka „Prvá pomoc“ (Vydala KOZ SR v roku 2009)	1 ks
- Resuscitačná rúška	2 ks
- Zavierací špendlík	6 ks
- Polyetylénové rukavice prvého kontaktu	1 pár

Okrem uvedeného obsahu doporučuje, aby každá lekárnička prvej pomoci na pracovisku bola vybavená jedným kusom **izotermickej polyesterovej fólie naparovanej hliníkom**, ktorá slúži ako súčasť protišokovej terapie tým, že znižuje únik tepla z organizmu.

O lekárničku a jej náplň sa stará zamestnanec, ktorý je k tomuto účelu vyškolený. Tento zamestnanec poskytuje predlekársku prvú pomoc.

Liečivé prípravky určený zamestnanec pravidelne kontroluje a tie, ktoré sú preexpirované vyradí a zabezpečí dodanie nových.

V lekárničkách pre pracoviská nie sú zaradené analgetiká, nakoľko zamestnanec, ktorý pociťuje výraznú bolesť, by mal byť vyšetrený lekárom kvôli zisteniu diagnózy.

V prípade, že lekárnička obsahuje analgetiká, tak len také, ktoré neobsahujú zložky tlmiace vnímanie (vhodné sú napr.: paralen, paracetamol, acylpyrín).

Ak sa v prevádzke vyskytujú látky, ktoré môžu spôsobiť poškodenie, pri liečbe ktorého je pri poskytovaní predlekárskej prvej pomoci potrebné používať špeciálne prípravky, tieto prípravky musia byť k dispozícii.

OBSAH lekárničiek pre motorové a dráhové vozidla MHD

Obsah lekárničiek v zmysle prílohy č. 1 VYHLÁŠKY MZ SR č. 143/2009 Z. z.

A. 3. Zdravotnícke pomôcky a kozmetické výrobky, ktoré sú obsahom lekárničky pre kategóriu motorových vozidiel M₂, M₃

Modul č. 1 – Pomôcky, dezinfekcia a ochrana záchrancu	
Rúško resuscitačné s ventilom	3 ks
Izotermická fólia 220 x 140 cm alebo 200 x 150 cm	3 ks
6 párov vyšetrovacích rukavíc, minimálna veľkosť L	1
Utiěrky s čistiacim a antimikrobiálnym účinkom, samostatne zabalené	12 ks
Nožnice určené pre zdravotníctvo, celokovové, so zaoblenými hrotmi, minimálna dĺžka 15 cm	3 ks
Zatváracie špendlíky s minimálnou dĺžkou 4 cm	12 ks
Modul č. 2 – Malé rany, odreniny	
Náplast' s vankúšikom (rýchloobväz) 4 cm x 8 cm	30 ks
Tampóny s čistiacim a antimikrobiálnym účinkom alebo utiěrky s čistiacim a antimikrobiálnym účinkom na ošetrovanie drobných rán, samostatne zabalené	24 ks
Gázový krycí obväz sterilný – kompres (minimálne 7,5 x 7,5 cm)	6 bal. á 5 ks
náplast' hladká textilná, 2,5 cm x 5 m, lepivosť minimálne 7N/25 mm	3 ks
Modul č. 3 – Veľké rany, krvácanie, popáleniny	
Obväz hotový sterilný s kompresom, minimálna šírka obväzu 10 cm, minimálne rozmery kompresu 10 cm x 10 cm, minimálna dĺžka obväzu 120 cm, savosť kompresu minimálne 800 g/m ²	6 ks
Gázový krycí obväz sterilný – kompres (minimálne 10 x 10 cm)	6 bal. á 5 ks
Ovínadlový obväz hydrofilný, sterilný, 10 cm x 5 m	3 ks
Ovínadlový obväz hydrofilný, sterilný, 6 cm x 5 m	3 ks
Modul č. 4 – Zlomeniny, poranenia kĺbov	
Elastický obväz dlhoŕažný (určený na ľahkú až strednú kompresiu) 10 cm x 4 m	6 ks
Elastický obväz dlhoŕažný (určený na ľahkú až strednú kompresiu) 6 cm x 4 m	6 ks
Trojrohá šatka textilná, rozmery najmenej 96 x 96 x 136 cm	6 ks