

# RESUSCITACE KOJENCE

*Milí rodiče,*

když je vaše dítě v nesnázích, každá sekunda se počítá. Tento průvodce je tu pro vás, abyste věděli přesně, co dělat:



# 1

## REAKCE DÍTĚTE

**Zkontrolujte reakci dítěte.**

Jemně poklepejte na nožičku a hlasitě ho oslovte.

# 155

# 2

## VOLEJTE 155

**Pokud dítě nereaguje, ihned volejte 155 (nebo použijte aplikaci „Záchranka“).**

Pokud jste dva, jeden ihned volá 155, druhý zahajuje resuscitaci.



# 3

## DÝCHACÍ CESTY

**Dítě položte zády na pevnou podložku. Uvolněte dýchací cesty.** Jemně zakloňte hlavičku dítěte a zvedněte jeho bradu, aby se otevřely dýchací cesty (do neutrální polohy hlavičky).



# 4

## KONTROLA DÝCHÁNÍ

Dýchání kontrolujte sledováním pohybů hrudníku, který by se měl **za 10 vteřin alespoň 2x zvednout.**

Zároveň poslouchejte dech.



# 5

## UMĚLÉ DÝCHÁNÍ

Zakryjte ústa a nos dítěte svými ústy a proveďte 5 jemných vdechů. **Sledujte, zda se hrudník dítěte při vdechu viditelně zvedá a při výdechu klesá.**



# 6

## KOMPRESNÍ MASÁŽ HRUDNÍKU

**Stlačujte hrudní kost v její dolní části do hloubky asi 1/3 hrudníku.** Použijte techniku dvou palců s obejmutím hrudníku dítěte.

**Frekvence:** 100–120 stlačení za minutu.

Střídějte 30 stlačení hrudníku s 2 vdechy.



# 7

## POKRAČUJTE V RESUSCITACI

**Nezastavujte až do příjezdu záchranářů nebo obnovení dýchání.**

Tento postup slouží jako základní průvodce pro laickou veřejnost. Důrazně doporučujeme absolvovat kurz první pomoci zaměřený na děti.

V souladu s doporučenými postupy České resuscitační rady.

Více informací včetně výukového videa zde:



[www.nadacekrizovatka.cz](http://www.nadacekrizovatka.cz)