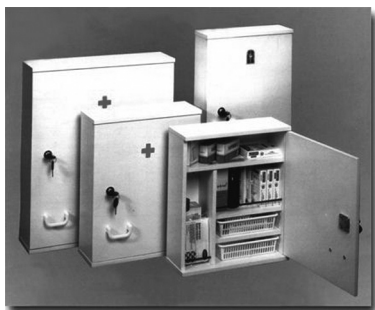


DOPORUČENÉ VYBAVENÍ LÉKÁRNIČKY NA PRACOVIŠTI

Lékárnička první pomoci by měla být samozřejmou součástí vybavení každého pracoviště. Její obsah a rozsah se může lišit v závislosti na charakteru pracovní činnosti podniku a aktivitě technika BOZP ve spolupráci se závodním lékařem. Lékárnička musí být zřetelně označená a snadno přístupná. Lékárnička se musí uchovávat na suchém místě, musí být pravidelně kontrolována a doplňována, aby vše potřebné bylo po ruce. V některých podnicích může mít lékárnička podobu přenosné tašky či kufru. Minimální doporučené vybavení lékárničky na pracovišti si můžeme rozdělit do několika skupin: 1. léky, 2. náplasti, 3. obvazy, 4. dlahy a 5. další užitečné pomůcky.



Léky

Z léků můžeme s klidným svědomím doporučit ty označené jako analgetika. Jedná se o léky tišící bolest, doporučujeme podávat 1 až 2 tablety ústy a nechat zapít douškem vody. Podáváme zásadně u postižených při vědomí, aby nedošlo k vdechnutí tablety nebo tekutiny s následným dušením. Další léky do minimálního vybavení lékárničky pro poskytování první pomoci na pracovišti nedoporučujeme. Samozřejmě je možné lékárničku rozšířit o další volně prodejné léky podle konkrétních podmínek toho kterého pracoviště. Doporučujeme, aby se tak stalo vždy po dohodě se závodním lékařem. K výplachu očí zasažených chemikálií doporučujeme přednostně užít tekoucí vody z vodovodního řádu. Pokud má postižený u sebe své léky, které pravidelně bere, poradíme mu, aby je užil podle doporučení svého lékaře.

Doporučené vybavení lékárničky na pracovišti

Dezinfekční prostředky

Z dezinfekčních roztoků doporučujeme užít do ran 3% roztok peroxidu vodíku (lidově zvaného „kysličník“), nejlépe v plastovém obalu. Na dezinfekci okolí ran je možné užít jodových či alkoholových přípravků, nejlépe ve spreji.

Náplasti

Náplasti jsou určeny pro ošetření drobných ran a odřenin. Vyrábí se z textilií, nebo vodě odolného plastu. Náplast na cívce slouží k uchycení obvazů. Náplast s polštářkem můžeme s výhodou užít přímo na malé rány.

Obvazy

Obvazy sestávají z krycího polštářku uchyceného na obinadle, jsou uzavřeny v ochranném obalu, aby zůstaly sterilní (proste choroboplodných zárodků). Ideální pro první pomoc jsou tzv. hotové obvazy, které se snadno přikládají. Existují v různých velikostech.

Obinadlo

Obinadla se užívají k omezení pohybu poraněných kloubů, vazů či svalů. Dále k upevnění a přitlačování krycího obvazového materiálu. Správně přiložené přispívají k omezení otoku poraněné končetiny. Ideální jsou tzv. kohezivní elastická obinadla, kdy jednotlivé otáčky dobře drží na sobě bez posun, není třeba je uchycovat spínacími špendlíky či svorkami.

Šátky

Trojčipé šátky jsou vyrobeny z textilie. Můžeme je použít jako závěsy, nebo i obvazy. Jsou-li sterilní, lze je užít i ke krytí velkých ran či popálenin.

Dlahy

Dlahy se užívají k omezení hybnosti zlomenin, ale rovněž je můžeme s výhodou užít u poraněných kloubů či pohmožděnin, je-li to třeba.

Další pomůcky

Mezi užitečné pomůcky, které můžeme využít při poskytování první pomoci na pracovišti, řadíme: gumové rukavice k ochraně vlastních rukou, nůžky, dezinfekční ubrousky, dýchací roušku nebo dýchací masku

Příklad*) minimálního vybavení lékárníčky první pomoci na pracovišti:

1. Aspirin – 1 balení s 10 tabletami 500 mg
2. Peroxid vodíku 3% – k dezinfekci ran, 1 ks 200 ml plastová láhev
3. CUTISEPT F® – k dezinfekci okolní kůže, nikoliv přímo do ran, 1 ks sprej X ml
4. STERILLIUM® – dezinfekční kapesníčky k dezinfekci rukou zachránce, 10 ks
5. TEX – náplast na cívce, 1 ks 2,5 cm × 5 m, 1 ks 5 cm × 5 m
6. SOFT 1 – adhezivní obvaz, 5 cm × 1 m
7. X – náplast s polštářkem, X kusů různých velikostí
8. BLISTOBAN – náplast na puchýře, 3 ks
9. Hotový obvaz sterilní č. 1 1 ks
10. Hotový obvaz sterilní č. 2 1 ks
11. Hotový obvaz sterilní č. 3 2 ks
12. Hotový obvaz sterilní č. 4 2 ks
13. Šátek trojčipý 1ks
14. Obinadlo elastické kohezivní 1 ks 4 cm × 5 m, 1 ks 8 cm × 5 m
15. Obinadlo škrťací gumové 1 ks
16. Rouška popáleninová sterilní 1 ks 20 × 30 cm
17. Tampony hotové sterilní 10 ks
18. SAM Splint – dlaha pro dospělé, 11 cm × X cm, 2ks
19. SAM Splint Finger – dlaha na prsty, X × X cm, 2 ks
20. WATER JEL – chladič gel na popáleniny, 1 ks 125 ml
21. Gumové rukavice nesterilní 2páry vel. M, 2 páry vel L
22. Nůžky rovné 1 ks
23. Resuscitační rouška 1 ks
24. Seznam lékárníčky
25. Kniha ošetřených
26. Propisovací tužka

*) Seznam léků i množství zdravotnického materiálu pro konkrétní pracoviště určí a sestaví příslušný smluvní lékař.