



Zotavovací akce – Povinnosti zdravotníka – Zdravotnická dokumentace – Péče o nemocné – Běžné táborové nemoci – Lékárna na táboře – Hygiena na táboře – Obvazová technika – Záchrana tonoucího – Vybrané paragrafy ze zákona o ochraně veřejného zdraví – Vyhláška o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti

Obsah

Zotavovací akce	- 3 -
Povinnosti zdravotníka	- 3 -
Zdravotnická dokumentace	- 4 -
Péče o nemocné	- 5 -
Zdravotnická etika	- 5 -
Psychika nemocného dítěte	- 5 -
Teplota	- 5 -
Podávání léků	- 6 -
Běžná tábírová onemocnění a bolístky	- 7 -
Bolesti hlavy	- 7 -
Bolest břicha	- 7 -
Zvracení, pocit na zvracení	- 8 -
Průjem	- 8 -
Zácpa	- 8 -
Bolest v krku	- 9 -
Kašel	- 9 -
Chřipka	- 9 -
Klíště	- 10 -
Přehled běžných vyrážek	- 10 -
Lékárnička	- 14 -
Léčivé přípravky	- 14 -
Obvazový a jiný zdravotnický materiál	- 15 -
Různé	- 15 -
Hygiena na táboře	- 15 -
Hygiena společného stravování	- 15 -
Osobní hygiena	- 16 -
Denní režim	- 16 -
Opatření při hromadném výskytu infekčního onemocnění	- 16 -
Obvazová technika	- 16 -
Obvazový materiál	- 16 -
Základní zásady	- 17 -
Obvaz rovné části	- 17 -
Klasový obvaz	- 17 -
Obvaz kloubu – sbíhavý	- 17 -
Obvaz kloubu – rozbíhavý	- 18 -
Obvaz prstu	- 18 -
Náplastové obvazy	- 18 -
Vodní záchrana	- 19 -
Zásady bezpečnosti práce s dětmi	- 19 -
Desatero bezpečného pobytu u vody	- 19 -
Rozpoznání tonoucího	- 19 -
Tonutí	- 20 -
Stupně záchrany	- 20 -
Tažení tonoucího	- 20 -
Resuscitace a další ošetření tonoucího	- 20 -
ZÁKON 258/2000 Sb.	- 21 -
VYHLÁŠKA 106/2001 Sb. Ministerstva zdravotnictví	- 23 -

Zotavovací akce

Dle zákona 258/2000 Sb „**Zotavovací akcí** je organizovaný pobyt 30 a více dětí ve věku do 15 let na dobu delší než 5 dnů, jehož účelem je posílit zdraví dětí, zvýšit jejich tělesnou zdatnost, popřípadě i získat specifické znalosti nebo dovednosti.“

Pokud se akce účastní menší počet dětí nebo je kratší doba trvání akce, jedná se o „**jiné podobné akce**“. V tom případě musí pořadatel akce zajistit hygienicky nezávadný stav zařízení, zásobování akce pitnou vodou a povolit účast pracovníků, kteří pracují s dětmi i kteří pracují v kuchyni, pouze pokud jsou k tomu zdravotně způsobilí.

Pokud se akce účastní mladiství (15 – 18 let), jedná se o **výchovně rekreační tábor** a vztahují se na něj stejné podmínky jako na zotavovací akci.

Povinnosti zdravotníka

Před odjezdem na zotavovací akci

- seznam dětí + pracovníků, od dětí posudky lékaře
- lékárna - dovybavení
- zjistí, kde je pohotovost, nemocnice...
- podílí se na sestavování jídelníčku
- *oznámení orgánu ochrany veřejného zdraví (Hygienická stanice) - místo, čas, počet dětí, zásobování vodou, stravování – povinnost provozovatele akce*

Při odjezdu

- převezme doklady od dětí
- vybírá bezinfekčnosti od všech
- přebírá od rodičů důležité informace a léky dětí

Při příjezdu na místo

- zdravotnický filtr
- ošetřovna – prostor, kam přicházejí děti se zdravotními problémy, jsou vyšetřeni a případně ošetřeni, zde jsou uloženy léky
- izolace – prostor, kde je pacient izolován od ostatních dětí, zajišťuje mu klid, nejsou zde léky, nebydlí zde zdravotník
- vedoucí oddílů – upozornit na zdravotní problémy dětí

Během zotavovací akce

- kontroluje a koriguje denní režim
- vydává léky
- kontroluje hygienu (dětí i tábora)
- dohlíží na koupání
- dohlíží na stravování
- je k dispozici pro ošetření akutních věcí
- ordinační hodiny

Na konci a po zotavovací akci

- pořídí výpisy ze zdravotní dokumentace pro rodiče
- zajistí vrácení posudků od lékaře
- archivuje zdravotní dokumentaci – ½ roku

Zdravotnická dokumentace

Od dětí

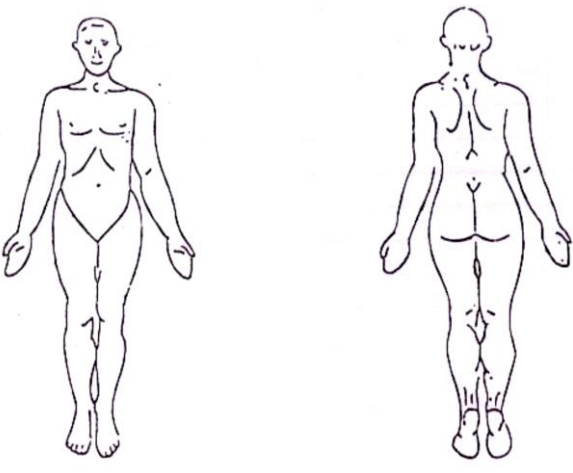
- potvrzení o zdravotní způsobilosti – ve vyhlášce
- Bezinfekčnost (zákon 258 § 9b,c)
- průkazy zdravotní pojišťovny

Od ostatních

- bezinfekčnosti
- potvrzení o zdravotní způsobilosti pro práci s dětmi
- potravinářské průkazy

Zdravotnický deník

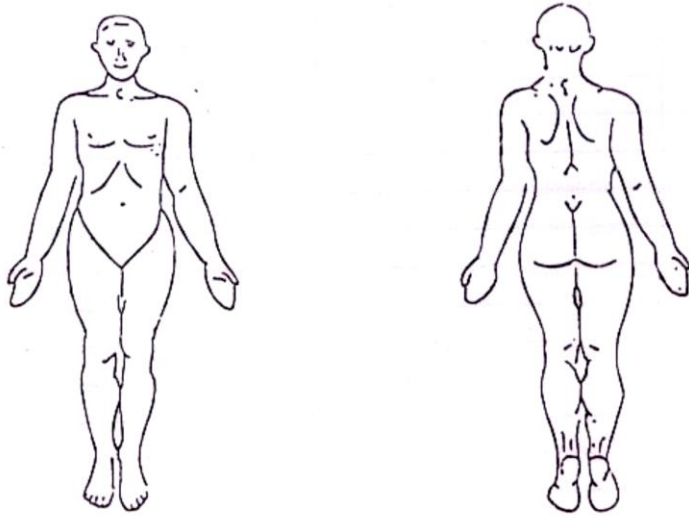
VZOR ZDRAVOTNÍHO DENÍKU

Jméno a příjmení					
Rodné číslo					
Základní informace o zdravotním stavu dítěte					
Pravidelně užívané léky					
Záznamy o úrazech a zdravotních obtížích					
Datum	Čas	Obtíže, příznaky	Přijatá opatření	Podpis	Poznámka

- každý záznam obsahuje: jméno dítěte, datum a čas, příznaky, provedené úkony a podpis zdravotníka
- z dokumentace musí být jasné, co bylo dítěti podáno, kdy a kolik – přesně
- lépe zapsat více než méně
- každé ošetření = nový řádek

Zprávy pro rodiče

VZOR VÝPISU ZE ZDRAVOTNÍ DOKUMENTACE

Jméno a příjmení		
		
Záznamy o úrazech a zdravotních obtížích		
Datum	Obtíže, příznaky	Přijatá opatření

Péče o nemocné

Zdravotnická etika

- zdravotník je vázán povinností mlčenlivosti

Psychika nemocného dítěte

- léčíme celého člověka, nejen tělo
- spousta onemocnění je psychického původu

Teplota

- jedna z důležitých informací
- měříme lihovým nebo digitálním teploměrem
- fyziologická teplota 36,5 - 37°C, ranní minimum 4-5 ráno, večerní maximum 16-18 večer

Teplota	Léky	Další opatření
37,0-37,9	x	Klid, v teple, ale nepřehřát, pitný režim
38,0-38,9	✓	Klid, v teple, ale nepřehřát, pitný režim
nad 39,0	✓	Klid, v teple, ale nepřehřát, pitný režim + ochlazovat
nad 40,0		Okamžité vyhledání lékařské pomoci, léky po poradě se ZZS

Podávání léků

- spolupráce pacienta
- volně prodejné nebo od lékaře
- pozor na záměny
- prostudovat leták
- nepřiměřené reakce (= zastavíme podávání léku)
 - svědění
 - vyrážka
 - otoky
 - slzení
 - dechové obtíže
 - anafylaktický šok

Podávání léků ústy

- nástup účinku do cca ½ hodiny
- předem připravit nápoj
- zkontrolovat požití
- potahované tablety - nepůlit
- antibiotika – intervaly podání, dobrat

Podávání léků konečníkem

- nástup účinku 15 min.

A) je schopen si zavést sám

B) zavádí zdravotník

Podávání léků do nosu

- kapky, spreje na rýmu
- předem se vysmrkat

Kloktání

- zvládají děti asi od 6 let
- Záklon hlavy

Podávání léků do oka

- kapky, masti
- výplach oka (Ophthalem nebo vodou od vnitřního koutku k vnějšímu)
- důležitá čistota, umýt ruce před i po, zakázat mnutí očí

Podávání léků do dýchacích cest

- účinek 2-3 min.
- vydechnout, se stlačením inhalátoru pomalý nádech, zadržet dech na 10 sec.

Aplikace léků na kůži

- ne holou rukou
- nevracet do masti

Teplo

- Rozšíření cév – uvolnění, analgetický účinek

Chlad

- Zúžení cév – snižuje otoky, místní znecitlivění, celková aplikace při horečce

Priesnitz

- Studená mokrá vrstva, igelit, teplá suchá vrstva

Běžná táborová onemocnění a bolístky

Dotazy:

- kde to bolí?
- jaká je bolest? (tupá, pulzující, při pohybu, v klidu...)
- kdy to začalo?
- už jsi tento stav někdy měl? (co s tím dělá maminka?) bylo to tehdy horší nebo lepší?

Když nevím, změřím teplotu a mezitím si vše rozmyslím.

Bolesti hlavy

Možné příčiny:

- úraz
- málo spánku
- málo pití
- horečka
- migréna
- příliš dlouho na sluníčku
- stres
- další onemocnění (zánět zubu, problémy s krční páteří...)

Léčba:

- pokusit se zjistit příčinu
- klid, spánek, šero
- tekutiny
- podání analgetik

Kdy je to nebezpečné??

- bolest hlavy + vysoká teplota + ztuhnutí šíje
- pokud bolest nepolevuje
- bolest hlavy po úrazu

Bolest břicha

Příčiny

- Úraz
- Stravovací chyba
- Otrava
- Záněty nitrobřišních orgánů
- Zaražené větry
- Psychika
- Menstruace

Léčba

- Zjistit příčinu
- Vyšetření břicha
- Klid, dieta
- Sledování stolice

Kdy je to nebezpečné??

- Silná bolest, napjatá břišní stěna
- Přetrvávající bolest
- Horečka, zvracení, průjem

Zvracení, pocit na zvracení

Příčiny

- dietní chyba
- úraz hlavy, břicha
- sluníčko
- nevolnost v dopravním prostředku
- viróza
- únava, stres
- kašel, zahlenění
- záněty (zánět slepého střeva)

Léčba

- Zjistit příčinu
- Nechat vyzvracet
- Kinedryl (prevence před cestou dopravním prostředkem), Anacid (při překyselení žaludku u dospělých)
- Cola po lžičkách
- Zajistit rehydrataci

Kdy je to nebezpečné??

- příznaky dehydratace
- zvrací a je apatický
- zvrací déle než 6 hodin
- navíc bolest břicha, průjem
- zvrací sraženou krev

Průjem

Příčiny

- dietní chyba
- infekce nebo otrava
- záněty
- psychika, stres

Léčba

- klid, doplňovat tekutiny
- dieta
- izolace
- Smecta, (Živočišné uhlí)
- Endiaron
- Immodium

Kdy je to nebezpečné??

- při příznacích dehydratace
- při teplotě
- intenzivní bolest břicha, křeče

Zácpa

Příčiny

- stravovací chyba
- nedostatek tekutin
- psychika

Léčba

- dostatek tekutin
- pohyb
- dieta
- glycerinové čípky

Kdy je to nebezpečné??

- intenzivní bolest břicha, zvracení, křeče
- stolice neodchází 5 dnů
- vysoká teplota

Bolest v krku

Léčba

- kloktadla – Stopangin, šalvěj
- spreje – Stopangin, Jox
- pastilky – Tantum Verde, Septolete, Septisan, Strepfen
- Priessnitzův zábal
- dostatek tekutin

Angína

- tvoří se čepy na mandlích
- nasazení antibiotik + izolace

Kdy je to nebezpečné??

- vysoká teplota
- vyrážka
- čepy na mandlích

Kašel

Suchý dráždivý kašel

- zastavit

Vlhký produktivní kašel

- podporovat, ředit hlen
- dostatek tekutin, ne mléko

Kdy je to nebezpečné??

- bez zlepšení 3 dny
- sípání, zelený hlen

Chřipka

Příznaky

- horečka
- zimnice
- bolest hlavy + těla
- únava
- rýma, kašel...

Léčba

- snížení teploty
- izolace
- klid, tekutiny

Kdy je to nebezpečné??

- změny vědomí, epileptický záchvat
- zhoršené dýchání

Klíště

- Vyviklat, vytočit, vytrhnout
- Dezinfekce
- Záznam
- Sledování místa po odstranění



Přehled běžných vyrážek

Plané neštovice (varicella)	Zpočátku vypadá jako hladká, zarudlá vyrážka a posléze se přemění na drobné uhříky a puchýřkovité léze, které se při hojení potáhnou stroupky. Jeden až dva dny před jejím výskytem se projevují charakteristické příznaky virové nákazy- horečka, bolesti hlavy, únava a celková malátnost. Ve většině případů se vyrážka vytvoří nejdříve na trupu a rozšiřuje se na končetiny. Velmi svědí. Léčba: na teplotu - paracetamol, na vyrážku tekutý pudr
--------------------------------	---



<http://tema.novinky.cz/plane-vestovice>

Zarděnky (Rubeolla)	Růžová nebo zarudlá vyrážka s drobnými, ostře ohraničenými lézemi, obvykle spojená s mírnými projevy virové infekce - otokem mizních uzlin a celkovou únavou. Vyrážka se obvykle projevuje nejdříve na hlavě a na krku a odtud se šíří na trup a na končetiny. Trvá asi tři dny, a jakmile průběh dosáhne vrcholu, vybledne. Léčba: na teplotu - paracetamol, na vyrážku tekutý pudr
------------------------	---



http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Rash_of_rubella_on_skin_of_child%27s_back.JPG

<http://nemoci.top99.cz/detail.aspx?ID=16&zardenky>

Alergie na potraviny nebo léky (kopřivka)	Růžové nebo zarudlé hladké nebo vystouplé léze. Pokožka může být oteklá a svědit. Obvykle ustoupí, když se zjistí, který lék nebo potraviny jsou příčinou alergie, a když je nemocný přestane konzumovat. Léčba: možno podat antihistaminika (Zodac, Zyrtec) Postižená místa možno potírat mastí Fenistil
--	---



http://www.ordinace-lekarny.cz/clanky/Koprivka_priznaky_a_lecba.html

Lymfská borelióza	Kulatá, vystouplá zarudlá léze, která bývá uprostřed obvykle bledší nebo bělavá. Vyskytuje se v místě kousnutí klíštětem, jež roznáší nákazu. Mohou, ale nemusí, jí provázet příznaky připomínající chřipku, (včetně bolestí hlavy, horečky a celkové únavy). Vyrážka se může během onemocnění střídavě objevovat a ztrácet. Léčba: antibiotiky
-------------------	--



<http://www.vitalia.cz/clanky/testy-na-boreliozu/>

Dermatomykóza, plíseň nohou	Tvorba shluků drobných puchýřků a šupinatých oparů na chodidlech, zejména mezi prsty. Svědí a pálí. Je možné ji vyléčit, ale jejich léčení bývá někdy zdlouhavé. Úplné vyléčení může trvat i celý měsíc. Nutno zabránit šíření. Léčba dle doporučení lékaře - Bactroban, Lamisil apod., koupele a preventivní desinfekce - hypermangan
-----------------------------	---



<http://doplnek.com/node/854>

http://www.myfootshop.com/images/medical/derm/onychomycosis_mod.jpg

Vyrážka na	Při zapaření pokožky v tříslech, na hýždích a v záhybech třísel vytvoří
------------	---

zapařené pokožce	zarudlé vyrážky. Pokožka může otéci, seschnout nebo vytvořit šupinky. Pokud je vyrážka způsobena plísněmi, připomíná velmi zarudlé, hladké hrbolky a pokožka vyhlíží jako bolestivá otevřená rána. Obvykle se ztratí během týdenní léčby. Léčba: Calcium pantothenicum, aviril baby mast
	
<p>http://www.cicatridina.info/kazuistiky-opruzeniny/</p>	
Ekzém	Vystouplá zarudlá vyrážka, která někdy bývá suchá a vytváří šupinky, nebo jí tvoří mokvající, tekutinou naplněné léze. Svědění může být velmi silné. Bývá způsobena obvykle alergickou reakcí. Její příznaky se zmírní, jakmile se podaří rozpoznat její příčinu a zamezit kontaktu s alergenem. Léčba: možno podat anthistaminika (Zodac, Zyrtec) Postižená suchá místa možno potírat emulzí Excipial U Lipolotio, nebo mastnou indulonou
	
<p>http://cs.medixa.org/nemoci/atopicky-ekzem</p>	
Herpetický virus	Malé puchýřky a vřídky buď podél úst, nebo v oblasti genitálií, jejichž

tvorbě předchází pocit svědění nebo pálení. Svědí a bolí. Vyrážka trvá obvykle 4-10 dní, ale může se vytvářet opakovaně.
Léčba: oparů krém Vectavir



[http://en.wikipedia.org/wiki/File:Herpes\(PHIL_1573_lores\).jpg](http://en.wikipedia.org/wiki/File:Herpes(PHIL_1573_lores).jpg)

Lékárnička

Léčivé přípravky

Prostředky proti bolestem a ke snížení teploty

- s paracetamolem - Paralen, Panadol, Coldrex
- s ibuprofenem - Ibalgin, Ibuprofen, Nurofen, Modafen
- s kyselinou acetylsalicylovou - Acylpyrin, Anopyrin (ne pro děti)

Tablety proti nevolnosti při jízdě dopravním prostředkem

Kinedryl

Na průjem

- živočišné uhlí nebo Smecta

Kapky, roztok (sirup) nebo tablety proti kašli

Suchý dráždivý kašel

Stoptussin, Robitussin, Ditustat, Sinecod

Vlhký produktivní kašel

Ambrobene, ACC, Bromhexin, Hedelix, Jitrocelový sirup, Mucosolvan, Mucoplant

- nepodávat před spaním

Kloktadlo pro dezinfekci dutiny ústní a při bolestech hltanu

Stopangin, šalvěj

Oční kapky nebo oční mast s dezinfekčním účinkem, oční voda na výplach očí

Ophthalmoseptonex, Visine

Mast nebo gel při poštipání hmyzem

Fenistil gel

Tablety při systémové alergické reakci

Zyrtec, Zodac, Xyzal

Přípravek k dezinfekci kůže a povrchových ran

Betadine, Jodisol

Inertní mast nebo vazelína

Obvazový a jiný zdravotnický materiál

- gáza hydrofilní skládaná kompresy sterilní, různé rozměry
- náplast na cívce, různé rozměry
- rychloobvaz na rány, různé rozměry
- obinadlo elastické, různé rozměry
- obvaz sterilní, různé rozměry
- obinadlo škrťací pryžové
- šátek trojcípý
- vata obvazová a buničitá
- teploměr lékařský
- rouška resuscitační
- pinzeta anatomická
- pinzeta chirurgická rovná
- lékařské rukavice pryžové
- rouška PVC 45 x 55 cm

Různé

- nůžky
- zavírací špendlíky, různé velikosti
- záznamník s tužkou
- svítilna/baterka včetně zdroje

Hygiena na táboře

Hygiena společného stravování

10 zlatých pravidel

- 1) vybírat při nákupu potraviny zdravotně nezávadné
- 2) zabezpečit dokonalé provaření a propečení potravin
- 3) zkonsumovat stravu bezodkladně po uvaření
- 4) uchovat potraviny, je – li to nutné, buď v teplém stavu (kolem 60°C) nebo ve studeném stavu (méně než 10°C)
- 5) důkladně ohřívat už jednou uvařenou potravinu před opakovanou konzumací.
- 6) zabránit styku mezi syrovými a již uvařenými potravinami
- 7) umývat si opakovaně ruce před začátkem přípravy potravin, při jakémkoliv přerušení kuchyňské práce (zvláště po použití WC)

- 8) udržovat všechno kuchyňské zařízení v bezvadné čistotě
- 9) ochraňovat potraviny před hmyzem, hlodavci a jinými zvířaty
- 10) používat při úpravě potravin pouze pitnou vodu

Osobní hygiena

Pozornost v oblasti osobní hygieny dětí na zotavovacích akcích je směřována především na tyto body:

- mytí rukou po použití záchodu a před jídlem
- mytí před spaním
- pravidelné čištění zubů nejméně ráno a večer
- koupání min. 1x/týden
- výměna spodního prádla a ponožek
- nošení suchého oblečení a obuvi
- větrání lůžkovin
- hygienické uložení osobních věcí
- dohlédnout, zda si děti neukládají ve stanech a v osobních zavazadlech jídlo, které snadno podléhá zkáze
- dostatečné mytí osobního jídelního nádobí před jídlem a po jídle.

Denní režim

Denní režim slouží k prostřídání jednotlivých denních činností, aby nedocházelo k dlouhodobému přetěžování dětí. Denní režim musí odpovídat věku, zdravotnímu stavu, možnostem a schopnostem dítěte. V týdenním biorytmu se každý třetí den snižuje výkonnost, proto je třetí den dnem odpočinkovým.

Po probuzení se kvůli rozhýbání těla a psychické stimulaci zařazuje rozcvička, poté ranní hygiena, úklid obydlí, snídaně, dopolední program rozdělený přesnídávkou, oběd, polední klid, odpolední program rozdělený svačinou na dvě části. Odpoledne je vhodné na koupání, sport a delší hry. Program musí být zajímavý a s dostatečným prostřídáním klidové a pohybové fáze. Po odpoledním programu je večere, večerní program, který by měl být kvůli následující večerce klidnějšího rázu.

V režimu dne musí být pevně stanovena doba pro osobní hygienu, stravování a spánek. Doba pro spánek musí být min. 9 hodin dlouhá, s výjimkou noci, kdy se pořádá noční hra. Čím je dítě menší, tím delší dobu pro spánek potřebuje. Na tábore s různými věkovými kategoriemi je vhodné večerku pro mladší a starší děti oddělit.

Koupání dětí v přírodě musí být přizpůsobeno počasí, fyzické kondici dětí a jejich plaveckým schopnostem. Děti se mohou koupat jen pod dozorem osoby činné při zotavovací akci, která je schopna poskytnout záchranu a první pomoc v případě tonutí. Děti se smějí koupat nejdříve 1 hodinu po hlavním jídle nebo intenzivním cvičení.

Osoby činné při zotavovací akci jako dozor kontrolují průběžně dětem oblečení, obuv a ložní prádlo, aby byly chráněny před provlhnutím, a dále kontrolují dodržování osobní hygieny dětí.

Opatření při hromadném výskytu infekčního onemocnění

- Prohlídka dětí (oddělit zdravé od nemocných, nemocné sestěhovat dohromady)
- Izolace nemocných (mytí, WC)
- Oddělit nádobí, dezinfikovat
- Informovat praktického lékaře
- Stravovací provoz – zda není zdroj nákazy zde

Obvazová technika

Obvazový materiál

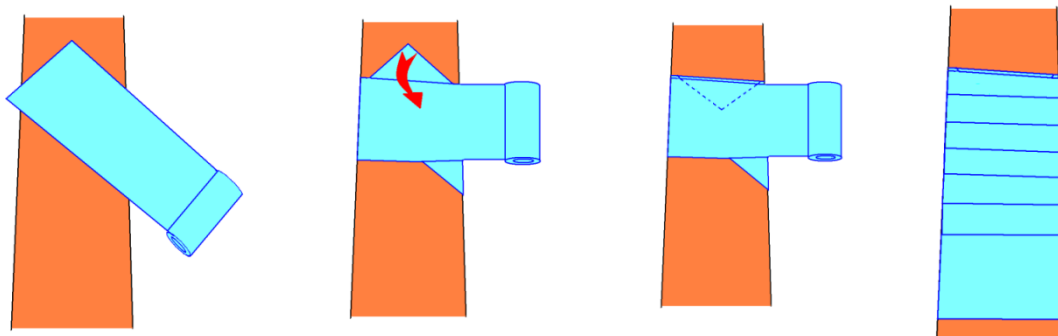
- Obinadlo – elastické, hydrofilní, pryžové

- Obvaz hotový
- Šátek
- Gáza
- Náplast

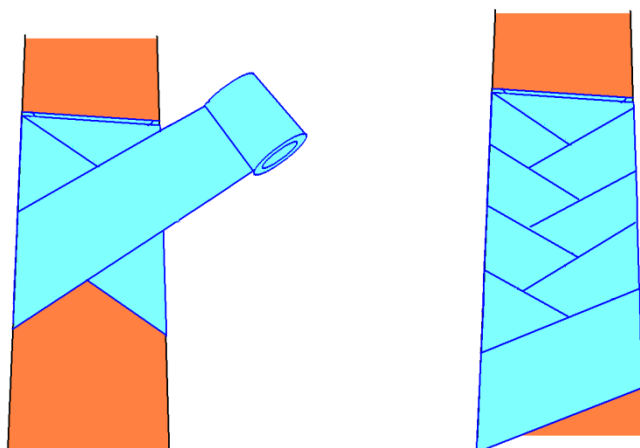
Základní zásady

- Čelem k poraněnému
- Čisté ruce
- Obvaz vždy sterilní
- Po přiložení sterilního krytí už s ním nepohybujeme
- Vždy překrývá ránu

Obvaz rovné části

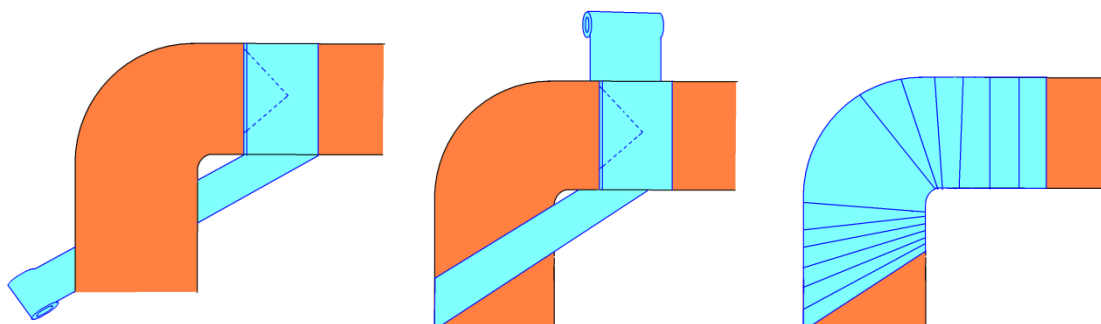


Klasový obvaz



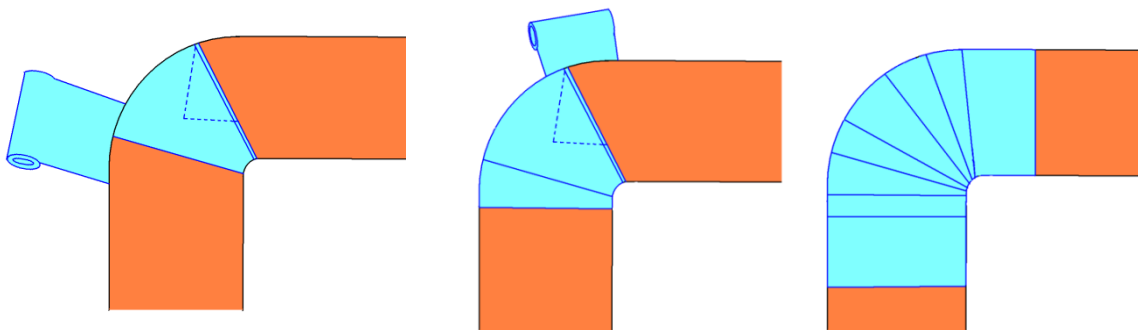
Obvaz kloubu – sbíhavý

slouží k fixaci kloubu

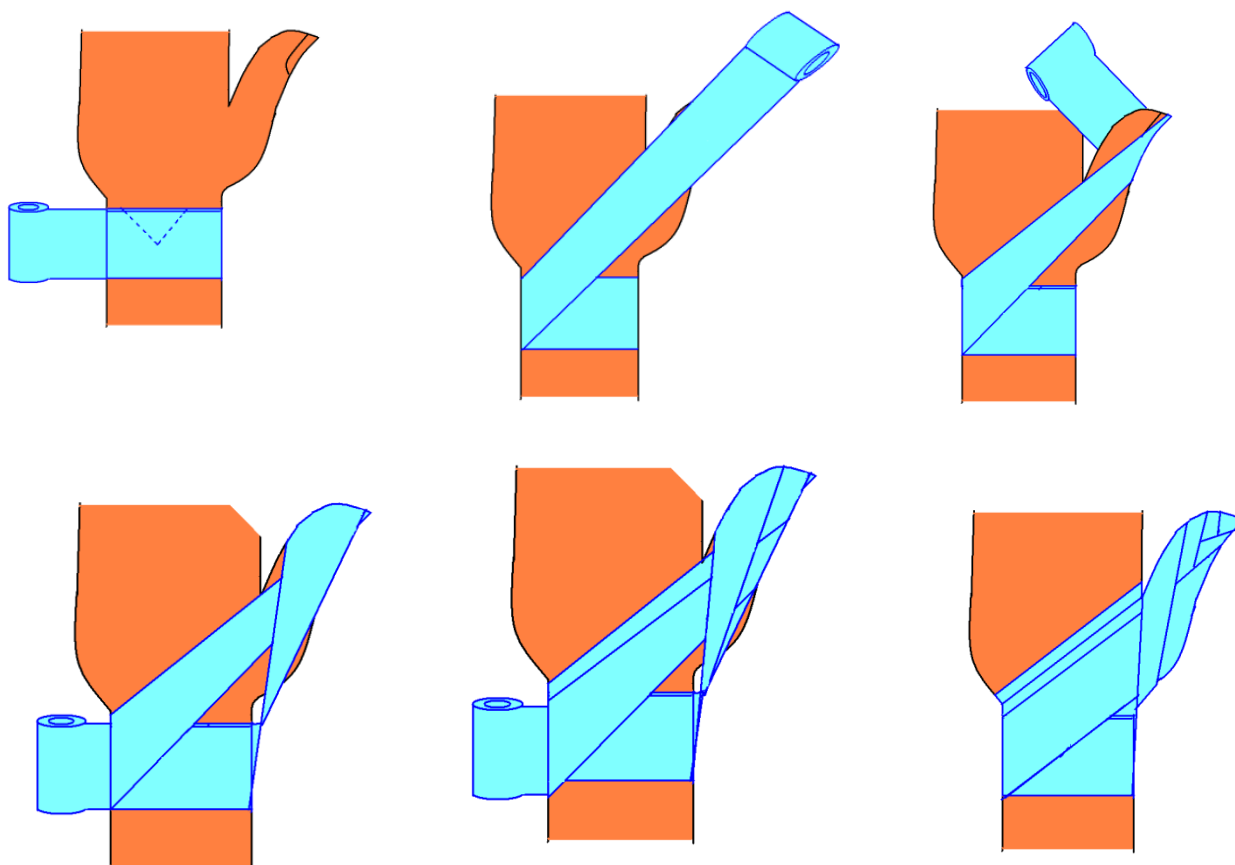


Obvaz kloubu - rozbíhavý

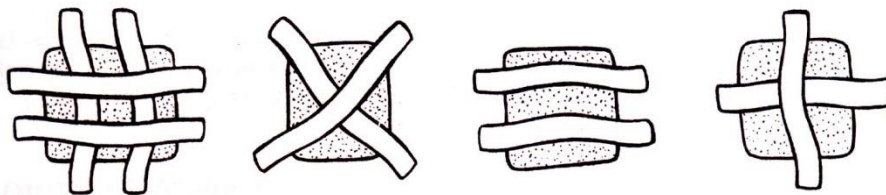
obvaz tak, aby kloub zůstal pohyblivý



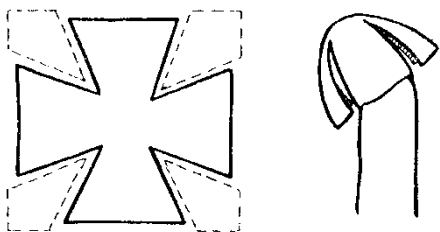
Obvaz prstu



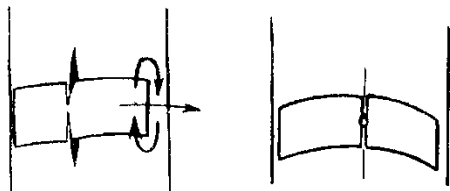
Náplast'ové obvazy



Maltézský kříž



Leukosteh



Vodní záchrana

Zásady bezpečnosti práce s dětmi

- Počet dětí, které hlídá jeden dospělý (2 dozory na 10 dětí)
- Poučení dětí (smíš, nesmíš, zakázané zóny, pravidla)
- Plavec x neplavec
- Připravenost na krizové situace (házečí pomůcka)



Desatero bezpečného pobytu u vody

- Nechoď se koupat sám, nepodceňuj nebezpečí vody.
- Nebuď ve vodě hrubý a bezohledný.
- Neplav a neskákej do vody v neznámých místech.
- Plav ve vyznačeném prostoru, máš záruku záchrany života.
- Neplav do blízkosti plavidel a plavební dráhy.
- Neplav, jsi-li rozpálený nebo unavený.
- Neplav hned po jídle, nech si alespoň 1 hodinu odstup.
- Neplav daleko od břehu, máš-li tuto potřebu, zajisti si doprovod lodičky.
- Pamatuj, že na plavidla nepatří děti bez řádně oblečených a upevněných záchranných vest.
- Důvěřuj členům Vodní záchranné služby, uposlechni jejich pokynů a nepřekáže jim v práci.

Rozpoznání tonoucího

- PLAVEC – koordinované pohyby, reaguje na výzvu, dýchá pravidelně
- VYČERPANÝ PLAVEC – pomalé pohyby, dýchá, koordinované pohyby jej udrží nad vodou (šlapání vody)
- AKTIVNÍ TONOUCÍ – pohybuje pažemi do stran, zkráceně dýchá, nemůže volat o pomoc, koordinace pohybů chybí
- PASIVNÍ TONOUCÍ – pohyby žádné, nedýchá

Tonutí

Proces, při kterém dochází k dušení postiženého a je následováno utonutím.

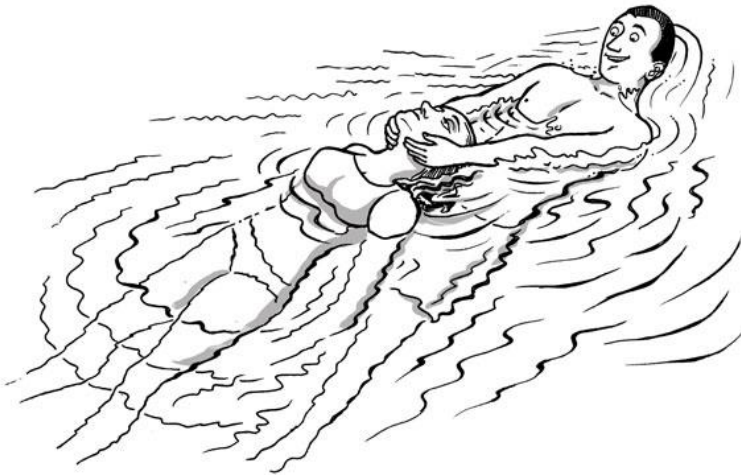
- Suché tonutí – do plic nevnikne voda, nastává reflexivní křeč hrtanu
- Mokrý tonutí – vniknutí vody do plic, postižený se v bezvědomí nadechne pod vodou.

Stupně záchrany

↓ stoupá nebezpečnost při těchto způsobech záchrany – vždy zvážit, jestli zvládnou sám, a nebo nechám záchranu na profesionálech

1. slovem ze břehu
2. házečí pomůcka
3. dosažením ze břehu
4. pomocí plavidla
5. dosažením z mělčiny
6. osobní zásah oběť je při vědomí
7. osobní zásah oběť je v bezvědomí s pomůckou
8. osobní zásah oběť je v bezvědomí bez pomůcek

Tažení tonoucího



Resuscitace a další ošetření tonoucího

- Provádí se dle standardních postupů,
- vodu z plic nevytlváme
- Zahaj umělé dýchání co nejrychleji, případně již během transportu postiženého na břeh
- KPR nikdy nevzdávej, utonulí ve studené vodě mají velkou šanci na přežití
- tonoucího, který byl delší dobu pod vodou a při vytažení se rozdýchal, je nutné dopravit na lékařské ošetření. (druhotné tonutí !!! – otok plic)

ZÁKON 258/2000 Sb.

ze dne 14. července 2000

o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů

§ 8

Zotavovací akce

(1) Zotavovací akcí je organizovaný pobyt 30 a více dětí ve věku do 15 let na dobu delší než 5 dnů, jehož účelem je posílit zdraví dětí, zvýšit jejich tělesnou zdatnost, popřípadě i získat specifické znalosti nebo dovednosti.

(2) Osoba, která přijala děti na zotavovací akci (dále jen "pořádající osoba"), je povinna zajistit její umístění, zásobování vodou a odstraňování odpadků a splaškových vod v souladu s hygienickými požadavky upravenými prováděcím právním předpisem. Pořádající osoba je dále povinna dodržet hygienické požadavky na prostorové a funkční členění staveb a zařízení, jejich vybavení a osvětlení, ubytování, úklid, stravování a režim dne, které upraví prováděcí právní předpis. Prováděcí právní předpis stanoví, které potraviny nesmí pořádající osoba na zotavovací akci podávat ani používat k přípravě pokrmů, ledaže budou splněny podmínky upravené tímto prováděcím právním předpisem.

(3) Pořádající osoba je povinna jeden měsíc před zahájením zotavovací akce ohlásit příslušnému orgánu ochrany veřejného zdraví

a) termín a místo jejího konání,

b) počet dětí zúčastněných na zotavovací akci,

c) způsob jejího zabezpečení pitnou vodou a

d) způsob zajištění stravování účastníků zotavovací akce.

(4) Jako součást ohlášení podle odstavce 3 předloží pořádající osoba v případě, že pitná voda není zabezpečena osobami uvedenými v § 3 odst. 2, protokol o kráceném rozboru jakosti pitné vody. Rozsah kráceného rozboru jakosti pitné vody stanoví prováděcí právní předpis. Protokol nesmí být starší než 3 měsíce.

§ 9

Podmínky účasti dětí ve škole v přírodě a na zotavovací akci

(1) Škola může na školu v přírodě vyslat jen dítě, které

a) je zdravotně způsobilé k účasti na ní a podrobilo se stanoveným pravidelným očkováním nebo má doklad, že je proti nákaze imunní nebo že se nemůže očkování podrobit pro trvalou kontraindikaci,

b) nejeví známky akutního onemocnění (například horečky nebo průjmu), a

c) ve 14 kalendářních dnech před odjezdem do školy v přírodě nepřišlo do styku s fyzickou osobou nemocnou infekčním onemocněním nebo podezřelou z nákazy ani mu není nařizeno karanténní opatření.

(2) Pořádající osoba může na zotavovací akci přijmout jen dítě, které splňuje požadavky stanovené v odstavci 1.

(3) Zdravotní způsobilost dítěte pro účast na škole v přírodě nebo zotavovací akci posuzuje a posudek vydává registrující poskytovatel zdravotních služeb v oboru praktické lékařství pro děti a dorost¹¹). Tento poskytovatel zdravotních služeb v posudku dále uvede, zda se dítě podrobilo stanoveným pravidelným očkováním nebo má doklad, že je proti nákaze imunní nebo že se nemůže očkování podrobit pro trvalou kontraindikaci. Vzor posudku upraví prováděcí právní předpis. Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte má platnost po dobu dvou let od data vystavení, pokud během této doby nedošlo ke změně zdravotní způsobilosti dítěte. Skutečnosti uvedené v odstavci 1 písm. b) a c) potvrzuje v písemném prohlášení zákonný zástupce dítěte¹²) nebo fyzická osoba, kterou k tomu zákonný zástupce dítěte písemně zmocnil; toto potvrzení nesmí být starší než jeden den. Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte a písemné prohlášení předá zákonný zástupce nebo fyzická osoba, kterou k tomu zákonný zástupce dítěte písemně zmocnil pořádající osobě nebo vysílající škole pro účely podle § 11 odst. 1 písm. b) a e).

(4) Škola, která vysílá děti na školu v přírodě, je povinna ohlásit příslušnému orgánu ochrany veřejného zdraví jeden měsíc před jejím zahájením údaje v rozsahu podle § 8 odst. 3 a poskytnout mu doklad podle § 8 odst. 4.

§ 10

Podmínky účasti fyzických osob činných při škole v přírodě a zotavovací akci

(1) Fyzické osoby činné při škole v přírodě nebo zotavovací akci jako dozor nebo zdravotník musejí být k této činnosti zdravotně způsobilé.

(2) Zdravotní způsobilost posuzuje a posudek vydává registrující poskytovatel zdravotních služeb v oboru všeobecné praktické lékařství¹¹⁾ nebo v oboru praktické lékařství pro děti a dorost. Tento posudek má platnost 2 roky od data vystavení, pokud během této doby nedošlo ke změně zdravotní způsobilosti fyzické osoby. Posudek o zdravotní způsobilosti předají fyzické osoby činné při škole v přírodě nebo zotavovací akci, s výjimkou pedagogických¹³⁾ a zdravotnických pracovníků,¹⁴⁾ vysílající školu nebo pořádající osobě pro účely podle § 11 odst. 1 písm. b) a e).

(3) Fyzické osoby činné při stravování musí splňovat požadavky stanovené pro výkon činnosti epidemiologicky závažných v § 19 odst. 2 a odst. 3 větě první. Při prověřování znalostí nutných k ochraně veřejného zdraví postupuje příslušný orgán ochrany veřejného zdraví podle § 19 odst. 3.

§ 11

Povinnost školy, která vysílá děti na školu v přírodě, a pořádající osoby

(1) Škola, která vysílá děti na školu v přírodě, a pořádající osoba jsou povinny zajistit

a) základní péči o zdraví všech účastníků po dobu konání zotavovací akce nebo školy v přírodě, kontrolu dodržování hygienických požadavků stanovených tímto zákonem a prováděcím právním předpisem a kontrolu dodržování zásad osobní hygieny fyzickými osobami uvedenými v § 10 odst. 3 způsobilou fyzickou osobou (zdravotníkem); za způsobilou se pro účely tohoto zákona považuje fyzická osoba, která získala způsobilost k výkonu zdravotnického povolání lékaře, zubního lékaře, všeobecné sestry, porodní asistentky, zdravotnického záchranáře nebo zdravotnického asistenta, fyzická osoba, která absolvovala kurs první pomoci se zaměřením na zdravotnickou činnost při škole v přírodě nebo zotavovací akci, a student oboru všeobecné lékařství nebo zubní lékařství po úspěšném ukončení třetího ročníku; náplň kursu první pomoci upraví prováděcí právní předpis,

b) účast pouze fyzických osob, které splňují podmínky stanovené v § 10; účast zdravotníka při kontrole zdravotních průkazů fyzických osob uvedených v § 10 odst. 3, při převzetí posudků a prohlášení podle § 9 odst. 3 a § 10 odst. 2, při sestavování jídelníčku a režimu dne; dosažitelnost zdravotníka 24 hodin denně po celou dobu konání zotavovací akce nebo školy v přírodě; pořízení výpisu z posudků o zdravotní způsobilosti (§ 9 odst. 3 a § 10 odst. 2) zdravotníkem; ve výpisu zdravotník uvede závěr posudku a který poskytovatel zdravotních služeb posudek vydal,

c) vrácení posudků o zdravotní způsobilosti po ukončení školy v přírodě nebo zotavovací akce zákonným zástupcům dětí a fyzickým osobám činným při škole v přírodě nebo zotavovací akci,

d) vybavení lékárníčky pro školu v přírodě nebo zotavovací akci podle druhu akce; nejmenší obsah lékárníčky pro školy v přírodě a zotavovací akce upraví prováděcí právní předpis,

e) vedení zdravotnického deníku a seznamu účastníků, prohlášení podle § 9 odst. 3 věty páté, výpisů z posudků o zdravotní způsobilosti dětí a fyzických osob činných při škole v přírodě nebo zotavovací akci a následné uchovávání těchto dokumentů po dobu 6 měsíců od skončení školy v přírodě nebo zotavovací akce,

f) informovanost osoby, která má dítě v péči, o zdravotních potížích, které dítě v průběhu školy v přírodě nebo zotavovací akce prodělalo, a o případném kontaktu s infekcí.

(2) Pořádající osoba je dále povinna zajistit instruktáž všech fyzických osob činných na zotavovací akci, s výjimkou zdravotníka, o hygienických požadavcích na tyto akce a o předcházení vzniku a šíření infekčních onemocnění a jiných poškození zdraví včetně základů první pomoci, pokud se takové instruktáže dosud nezúčastnily.

§ 11a

Za zotavovací akci se považuje i výchovně rekreační tábor pro děti,^{10a)} a to i v případě, že se ho účastní mladiství. Na pořádání výchovně rekreačních táborů se vztahují podmínky upravené pro pořádání zotavovacích akcí v § 8 až 11. Povinnosti pořádající osoby plní pověřená osoba, která tábor zřídila^{10a)}.

§ 12

Jiné podobné akce pro děti

Při organizovaném pobytu dětí v počtu menším nebo po dobu kratší, než stanoví § 8 odst. 1, s výjimkou akcí pořádaných pro děti v poměru rodinném a obdobném, musí osoba, která akci pořádá, zajistit hygienicky nezávadný stav zařízení, zásobování akce pitnou vodou v rozsahu stanoveném prováděcím právním předpisem pro zotavovací akce a účast pouze fyzických osob, které splňují podmínky stanovené v § 10 odst. 1 a 3.

10a) Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí, ve znění pozdějších předpisů.

11) Zákon č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů.

- 12) Zákon č. 94/1963 Sb., o rodině, ve znění pozdějších předpisů.
13) § 51 zákona č. 29/1984 Sb., ve znění zákona č. 171/1990 Sb.
14) § 53 zákona č. 20/1966 Sb., ve znění zákona č. 548/1991 Sb.
-

VYHLÁŠKA 106/2001 Sb. Ministerstva zdravotnictví
ze dne 2. března 2001
o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti
Změna: 148/2004 Sb., 320/2010 Sb., 422/2013 Sb.

Ministerstvo zdravotnictví stanoví podle § 108 odst. 1 zákona č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, (dále jen "zákon") k provedení § 8 odst. 2, § 23 odst. 3 a § 24 odst. 1 písm. d) zákona:

Čl. 1

§ 1

Předmět úpravy

Tato vyhláška upravuje hygienické požadavky na umístění, prostorové podmínky a funkční členění staveb a zařízení, včetně jejich vybavení, a na ubytování, osvětlení, úklid, zásobování vodou, odstraňování odpadů a odpadních vod, stravování a režim dne zotavovacích akcí. V příloze č. 1 k této vyhlášce se dále stanoví podmínky pro podávání a použití některých potravin a přípravu pokrmů, v příloze č. 2 k této vyhlášce náplň kurzu první pomoci pro zdravotníka zotavovacích akcí a škol v přírodě, v příloze č. 3 k této vyhlášce vzor posudku o zdravotní způsobilosti dítěte k účasti na zotavovací akci a škole v přírodě a v příloze č. 4 k této vyhlášce minimální rozsah vybavení lékárničky pro zotavovací akce pro děti a pro školy v přírodě.

§ 2

Umístění

Zotavovací akce se umísťují mimo území, kde lze předpokládat znečištění ovzduší nad stanovené limity¹⁾ nebo překročení hygienického limitu hluku pro chráněný venkovní prostor²⁾. K pozemku, na kterém je umístěna zotavovací akce, musí vést přístupová cesta.

§ 3

Prostorové podmínky

- (1) Zotavovací akce se pořádají ve stavbách nebo ve stanech.
- (2) Prostory ve stavbách³⁾ musí být suché, s přirozeným větráním a osvětlením; plocha na jedno ubytované dítě musí být nejméně 2,5 m². Ve stavbách i stanech musí počet ubytovaných dětí odpovídat podmínce zachování prostoru pro uložení osobních věcí a možnosti pohybu mezi jednotlivými lůžky.
- (3) Stany určené pro ubytování dětí musí mít pevnou nepromokavou stanovou plachtu. Prostory pro spaní musí být izolovány od země proti vlhku a chladu a prostory pro uložení osobních věcí musí být izolovány proti vlhku.
- (4) Na zotavovacích akcích musí být vytvořeny podmínky pro osobní hygienu. V umývárně musí být na 5 dětí jedno umyvadlo s tekoucí vodou a odtokem nebo jeden výtokový kohout s odvodem použité vody mimo místo osobní očisty a na 30 dětí nejméně jedna sprchová růžice. Sprchy užívají děti odděleně podle pohlaví a musí být zajištěna intimita. Na všech zotavovacích akcích musí být zajištěna možnost koupání nebo osprchování v teplé vodě alespoň jednou za týden.
- (5) Záchody se zřizují v počtu 1 záchod na 15 dětí. Záchody užívají děti odděleně podle pohlaví a musí být zajištěna intimita. V blízkosti záchodů musí být možnost mytí rukou v tekoucí vodě.
- (6) Ve stavbách se ošetřovna a izolace zřizují v samostatných místnostech vybavených umyvadlem s tekoucí pitnou vodou a s možností vytápění a používání teplé vody. Izolace musí mít svůj vlastní záchod s možností mytí rukou v tekoucí vodě. Izolace ani ošetřovna nesmějí být vybaveny patrovými lůžky ani nesmějí být použity k jiným účelům. Na 30 dětí se zřizuje jedno lůžko. Jde-li o

zotavovací akce pořádané ve stanech, lze ošetřovnu a izolaci umístit ve vyčleněných stanech. Léky a zdravotnická dokumentace musí být zajištěny tak, aby k nim neměly přístup děti ani jiné nepovolane osoby.

(7) Ve stavbách, kde se pořádají zimní zotavovací akce, musí být zajištěny mikroklimatické podmínky⁴⁾ odpovídající požadavkům na pobytové místnosti, teplá voda pro osobní hygienu a dále prostory pro sušení oděvů a obuvi a ukládání sportovních potřeb.

§ 4

Ubytování, vybavení a úklid

(1) Ubytování dětí se zajišťuje odděleně podle pohlaví s výjimkou případů, kdy se společným ubytováním vysloví souhlas zákonný zástupce dítěte. Osoby činné při zotavovací akci jako dozor se ubytují odděleně v blízkosti dětí. Zdravotník se ubytuje v bezprostřední blízkosti ošetřovny s izolací.

(2) Patrová lůžka lze použít pro děti od 7 let věku. Horní lůžko musí být bezpečně přístupné a vybavené zábranou proti pádu a nepropustnou podložkou pod matrací.

(3) Výměna ložního prádla musí být provedena vždy před použitím lůžka jiným dítětem, dále po znečištění a po odchodu dítěte z důvodu nemoci. Manipulace s ložním prádlem při výskytu infekčního onemocnění může provádět pouze zdravotník. Při použití lůžek s opakovaně užívanou matrací nebo slámníkem musí být lůžko vybaveno vyměnitelným povlakem nebo čistou textilí pokrývající celou plochu lůžka. Čisté ložní prádlo musí být skladováno tak, aby nedošlo k jeho znečištění. Použité ložní prádlo, které musí být uloženo vždy odděleně od čistého, musí být skladováno v ochranných úložných nebo transportních obalech.

(4) Před zahájením zotavovací akce, mezi jejími jednotlivými běhy a po ukončení zotavovací akce musí být proveden úklid a úprava všech prostor sloužících zotavovací akci.

(5) V průběhu zotavovací akce musí být prováděn denní úklid všech prostor sloužících zotavovací akci. Denního úklidu se mohou účastnit i děti pod vedením osob činných při zotavovací akci. Děti však nesmějí provádět úklid záchodů.

§ 5

Zásobování vodou

(1) Zotavovací akce musí být zabezpečena pitnou vodou splňující hygienické požadavky podle právního předpisu upravujícího požadavky na pitnou vodu⁵⁾ tak, aby jí byl dostatek k pití, čištění zubů, vaření, mytí nádobí, čištění pracovních ploch v kuchyni, osobní hygieně osob vykonávajících činnosti epidemiologicky závažné a k provozu ošetřovny a izolace.

(2) K případnému donášení nebo dovozu pitné vody musí být použity pouze čisté uzavíratelné nádoby zhotovené z materiálů určených k přímému styku s pitnou vodou a vyčleněné k tomuto účelu. Označené nádoby s donášenou nebo dováženou pitnou vodou musí být ukládány na chladném a stinném místě.

§ 6

Odstraňování odpadů a nakládání s odpadními vodami

(1) S odpady je možno nakládat a zacházet jen za podmínek stanovených zvláštními právními předpisy.¹⁰⁾ Pevné odpady musí být ukládány do uzavíratelných nádob, které lze snadno čistit a dezinfikovat, nebo do jednorázových plastových obalů. Odpady se skladují mimo prostory, kde se manipuluje s potravinami.

(2) S odpadními vodami a s látkami škodlivými vodám je možné nakládat a zacházet jen za podmínek stanovených zvláštními právními předpisy.¹¹⁾

§ 7

Stravování

(1) Prostory pro stravování, s výjimkou ohniště, musí být vždy zastřešené a zabezpečené před nepříznivými zevními vlivy; musí zahrnovat alespoň prostory pro přípravu pokrmů, konzumaci pokrmů, mytí nádobí a skladování potravin. V prostoru přípravy pokrmů nesmí docházet ke křížení současně prováděných čistých a nečistých činností nebo postupů a úkonů, které se mohou vzájemně negativně ovlivňovat.

(2) Pracovní plochy, nástroje a nádobí musí být z materiálu vhodného pro styk s potravinami⁶⁾. Pracovní plochy, kterými mohou být i desky z materiálu vhodného pro styk s potravinami, musí být označeny a odděleny tak, aby na všech stupních výroby, zpracování a distribuce byly potraviny nebo pokrmy chráněny před kontaminací, která by mohla způsobit, že by potraviny nebo pokrmy byly zdravotně závadné.

(3) Zařízení, pracovní plochy, nástroje a nádobí musí být důkladně očištěny, a je-li to nezbytné, dezinfikovány. Čištění se musí provádět tak často, aby se vyloučilo riziko kontaminace potravin nebo pokrmů. Musí být zajištěny odpovídající podmínky pro mytí potravin, nádobí a rukou osob vykonávajících činnosti epidemiologicky závažné. Mytí kuchyňského a jídelního nádobí musí být odděleno.

(4) Potraviny musí být skladovány za podmínek stanovených výrobcem nebo zvláštním právním předpisem⁷⁾. Skladované potraviny nebo pokrmy se nesmějí ovlivňovat navzájem a nesmějí být negativně ovlivňovány zevními vlivy. Během zotavovací akce nesmí být podávány ani k přípravě pokrmů používány potraviny stanovené v příloze č. 1 k této vyhlášce; v příloze jsou dále stanoveny podmínky, za kterých lze některé potraviny podávat nebo používat.

(5) Denně musí být pro děti na zotavovací akci zajištěna snídaně, přesnídávka, oběd, svačina a večeře. Při výdeji stravy lze sloučit výdej snídaně s přesnídávkou a oběda se svačinou. Součástí snídaně musí být teplý nápoj. Jedno z hlavních jídel musí být teplé. Strava podávaná dětem musí odpovídat jejich věku a fyzické zátěži. Na sestavování jídelního lístku se podílí zdravotník.

(6) Nápoje musí být pro účastníky zotavovací akce k dispozici po celý den. Uchovávají se v krytých nádobách s výpustným kohoutem nebo se rozlévají přímo z originálních balení.

(7) Děti se mohou podílet na přípravě stravy jen před jejím tepelným zpracováním a při pomocných pracích. Na zotavovací akci do 50 účastníků se mohou děti podílet na celé přípravě stravy a jejím výdeji, jsou-li pod dozorem osoby činné při stravování. Zdravotní stav dětí, které se podílejí na přípravě stravy, musí být posouzen zdravotníkem.

(8) I pokud je stravování zajištěno prostřednictvím provozoven stravovacích služeb, musí být zajištěno splnění požadavků upravených v odstavcích 4, 5 a 6.

§ 8

Režim dne

(1) V režimu dne musí být pevně vymezena doba pro spánek, osobní hygienu a stravování. Doba vymezená pro spánek musí činit nejméně 9 hodin pro děti do 10 let včetně a 8 hodin pro děti starší. Režim dne musí odpovídat věku a zdravotnímu stavu dětí.

(2) Fyzická a psychická zátěž dětí musí být přiměřená jejich věku, schopnostem a možnostem. Při soustavné fyzické zátěži dětí v prvních dvou dnech zotavovací akce musí být třetí den vyhrazen odpočinku. Na putovní zotavovací akci stanoví den odpočinku s přihlédnutím k tělesné zdatnosti a aktuálnímu zdravotnímu stavu dětí.

(3) Osoby činné při zotavovací akci jako dozor průběžně kontrolují oblečení, obuv a lůžkoviny dětí, aby byly chráněny před provlhnutím a nedocházelo k prochladnutí dětí. Dále kontrolují, zda děti dodržují osobní hygienu.

(4) Koupání dětí musí být přizpůsobeno počasí, fyzické zdatnosti dětí a jejich plaveckým schopnostem. Děti se mohou koupat jen za dohledu osoby činné při zotavovací akci jako dozor. Dohled může vykonávat jen osoba, která je schopna poskytnout záchranu tonoucím. Koupat se děti smějí nejdříve 1 hodinu po hlavním jídle nebo po intenzivním cvičení.

(5) Při zimních zotavovacích akcích nesmí výcvik nebo jiná soustavná fyzická zátěž dětí přesáhnout 6 hodin denně.

Čl. II

Přechodné ustanovení

Zotavovací akce, které byly zajištěny a započaty přede dnem nabytí účinnosti této vyhlášky, se dokončí podle vyhlášky č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti, ve znění účinném do dne nabytí účinnosti této vyhlášky.

Čl. III Účinnost

Tato vyhláška nabývá účinnosti dnem 1. ledna 2014.

Ministr:

prof. MUDr. Fišer, CSc. v. r.

Příl. 1

Podmínky pro podávání a použití některých potravin a přípravu pokrmů

1. Na zotavovacích akcích nelze podávat ani používat potraviny nebo pokrmy, které mohou být zdravotně závadné.

2. Technologie výroby pokrmů a jejich uvádění do oběhu musí být v souladu se správnou výrobní praxí.

3. Potraviny, které nelze skladovat podle podmínek výrobce nebo požadavků zvláštního právního předpisu⁷⁾, musí být bezprostředně po zakoupení tepelně zpracovány (například zmrazená zelenina, maso) nebo ihned vydány ke konzumaci.

Příl. 2

Náplň kurzu první pomoci pro zdravotníka zotavovacích akcí a škol v přírodě

Rozsah školení

Téma	Počet hodin		
	Teorie	Praxe	Celkem
1. Základy stavby a funkce lidského těla	3	-	3
2. První pomoc - teoretická část	10	-	10
3. První pomoc - praktická část	-	16	16
4. Péče o nemocné	2	2	4
5. Základy zdravotnické dokumentace	1	-	1
6. Práva a povinnosti zdravotníků zotavovacích akcí	2	1	3
7. Hygiena a epidemiologie	3	-	4
Celkem	20	19	39

Obsah školení

1. Základy stavby a funkce lidského těla

1.1. Stavba a funkce lidského těla

1.2. Pohybové ústrojí

1.3. Krevní oběh, krev

1.4. Trávicí ústrojí

1.5. Dýchací ústrojí

1.6. Vylučovací ústrojí

1.7. Kožní ústrojí

1.8. Pohlavní systém mužů a žen

1.9. Smyslové ústrojí

1.10. Nervové ústrojí

1.11. Látkové řízení organismu

2. První pomoc - teoretická část

2.1. Druhy zdravotnické první pomoci:

2.1.1. první pomoc

2.1.2. první lékařská pomoc

2.1.3. odborná lékařská pomoc

2.1.4. specializovaná lékařská pomoc

2.1.5. technická první pomoc

2.1.6. transport raněného

2.2. Základní druhy zdravotnického třídění:

2.2.1. indikační

2.2.2. místní, odsunové

2.2.3. prognostické

2.3. Prevence úrazů:

2.3.1. při sportovní a zájmové činnosti, v dopravě a v terénu

2.3.2. vazba na věkové zvláštnosti dětí

2.4. Poskytování první pomoci:

2.4.1. prvořadé zdravotnické úkoly (krvácení, velká ztráta krve, dechová a oběhová selhání, protišoková opatření)

2.4.2. úraz elektrickým proudem

2.4.3. tonutí (druhy tonutí, prostředky záchrany a jejich použití, poskytnutí první pomoci na hladině, neodkladná resuscitace tonoucích)

2.4.4. bezvědomí

2.4.5. křečové stavy a intoxikace

2.4.6. poranění vnitřních orgánů, mozkolebeční poranění, poranění hrudníku a břicha

2.4.7. poranění pohybového ústrojí

2.4.8. náhlé bolesti břicha a hrudníku

2.4.9. alergické reakce

2.4.10. rány, tepelná poškození, poškození z chladu, poleptání

2.4.11. šok

2.5. Zásady poskytování první pomoci ve ztížených podmínkách (v noci, za deště apod.)

2.6. Zásady pro poskytování první pomoci s improvizovanými prostředky

3. První pomoc - praktická část

3.1. Nácvik kardiopulmonální resuscitace

3.2. Práce s obvazovými materiály podle druhu materiálu:

3.2.1. šátkové, tlakové, poloprodyšné, znehybňující, improvizace

3.2.2. nácvik obvazové techniky za použití klasických materiálů a improvizace

3.3. Manipulace, polohování a transport:

3.3.1. polohování raněných podle charakteru poranění včetně nácviku příslušných postupů

3.3.2. nácvik manipulace raněného jedním a více záchránci

3.3.3. způsoby naložení raněných na různé druhy transportních prostředků (využití improvizace i typizovaných transportních prostředků)

3.3.4. způsoby vyšetřování

3.3.5. zásady zdravotnického transportu (cílenost, včasnost, šetrnost)

4. Péče o nemocné

4.1. Zdravotnická etika, přístup k nemocnému

5. Základy zdravotnické dokumentace

5.1. Evidence bezinfekčnosti

5.2. Evidence lékařských potvrzení

5.3. Evidence zdravotních průkazů pracovníků tábora

5.4. Vedení zdravotnického deníku

5.5. Práce se zdravotním a očkovacím průkazem

6. Práva a povinnosti zdravotníků zotavovacích akcí

6.1. Činnost zdravotníků před odjezdem na tábor

6.2. Činnost při odjezdu

6.3. Činnost při příjezdu - kontrola podmínek

6.4. Zdravotní filtr

6.5. Vybavení ošetrovny

6.6. Izolace

6.7. Spolupráce s patronátním lékařem

6.8. Povinnosti zdravotníka při zotavovací akci

7. Hygiena a epidemiologie

7.1. Osobní hygiena, denní režim, vztah organismu a prostředí

7.2. Hygiena životního prostředí

7.3. Odstraňování odpadních látek

7.4. Hygiena výživy (stravovací služba)

7.5. Prevence šíření nákazy:

7.5.1. zásady boje s infekčními chorobami, opatření při jejich výskytu, včasná diagnostika, izolace, karanténa

7.5.2. nejčastější alimentární nákazy, nákazy vzdušnou cestou, transmisivní nákazy, antropozoonózy, kontaktní nákazy, venerické choroby, AIDS, mykózy

Příl. 3

Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte k účasti na zotavovací akci a škole v přírodě

Evidenční číslo posudku:.....

1. Identifikační údaje

Název poskytovatele zdravotnických služeb vydávajícího posudek:

.....

Adresa sídla nebo místa podnikání poskytovatele:.....

IČO:.....

Jméno, popřípadě jména a příjmení posuzovaného dítěte:.....

Datum narození posuzovaného dítěte:.....

Adresa místa trvalého pobytu nebo jiného bydliště na území České republiky posuzovaného dítěte:

.....

2. Účel vydání posudku

3. Posudkový závěr

A. Posuzované dítě k účasti na škole v přírodě nebo zotavovací akci:

a. je zdravotně způsobilé*)

b. není zdravotně způsobilé*)

c. je zdravotně způsobilé za podmínky (s omezením)*)**).....

B. Posuzované dítě:

a. se podrobilo stanoveným pravidelným očkováním ANO – NE

b. je proti nákaze imunní (typ/druh)

c. má trvalou kontraindikaci proti očkování (typ/druh)

d. je alergické na

e. dlouhodobě užívá léky (typ/druh, dávka)

Poznámka:

*) Nehodící se škrtněte

**) Bylo-li zjištěno, že posuzované dítě je zdravotně způsobilé s omezením, uveďte se omezení podmiňující zdravotní stav způsobilosti k účasti na zotavovací akci a škole v přírodě.

4. Poučení

Proti bodu 3. části A) tohoto posudku lze podle § 46 odst. 1 zákona č. 373/2011 Sb., o specifických zdravotních službách, ve znění pozdějších předpisů, podat návrh na jeho přezkoumání do 10 pracovních dnů ode dne jeho prokazatelného předání poskytovatelem zdravotnických služeb, který posudek vydal. Návrh na přezkoumání lékařského posudku nemá odkladný účinek, jestliže z jeho závěru vyplývá, že posuzovaná osoba je pro účel, pro nějž byla posuzována, zdravotně nezpůsobilá nebo zdravotně způsobilá s podmínkou.

5. Oprávněná osoba

Jméno, popřípadě jména a příjmení oprávněné osoby:.....

Vztah k posuzovanému dítěti (zákonný zástupce, opatrovník, pěstoun, popř. další příbuzný dítěte):

Oprávněná osoba převzala posudek do vlastních rukou dne:.....

Podpis oprávněné osoby

Datum vydání posudku:

podpis, příjmení a podpis lékaře razítko poskytovatele zdravotnických služeb

Příl. 4

Minimální rozsah vybavení lékárníčky pro zotavovací akce pro děti a pro školy v přírodě

I. Léčivé přípravky (pouze ty, jejichž výdej není vázán na lékařský předpis)

- přípravky proti teplotě a bolestem (antipyretika, analgetika)
- tablety proti nevolnosti při jízdě dopravním prostředkem (antiemetika)
- přípravky k užití při průjmu
- přípravky proti kašli (antitusika, expektorancia)
- kloktadlo pro dezinfekci dutiny ústní a při bolestech hltanu (stomatologika)
- oční kapky nebo oční mast s dezinfekčním účinkem, oční voda na výplach očí (oftalmologika)
- mast nebo gel při poštípání hmyzem (lokální antihistaminika)
- tablety při systémové alergické reakci (celková antihistaminika)
- přípravek k dezinfekci kůže a povrchových ran
- inertní mast nebo vazelína

II. Obvazový a jiný zdravotnický materiál

- gáza hydrofilní skládaná kompresy sterilní, různé rozměry
- náplast na cívce, různé rozměry
- rychloobvaz na rány, různé rozměry
- obinadlo elastické, různé rozměry
- obvaz sterilní, různé rozměry
- obinadlo škrťící pryžové
- šátek trojčipý
- vata obvazová a buničitá
- teploměr lékařský

- rouška resuscitační
- pinzeta anatomická
- pinzeta chirurgická rovná
- lékařské rukavice pryžové
- rouška PVC 45 x 55 cm

III. Různé

- nůžky
- zavírací špendlíky, různé velikosti
- záznamník s tužkou
- svítilna/baterka včetně zdroje

Vybraná ustanovení novel

- 1) Vyhláška č. 205/2009 Sb., o zjišťování emisí ze stacionárních zdrojů a o provedení některých dalších ustanovení zákona o ochraně ovzduší, ve znění vyhlášky č. 17/2010 Sb.
- 2) § 30 odst. 3 zákona č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění zákona č. 274/2003 Sb. a zákona č. 392/2005 Sb.
Vyhláška č. 148/2006 Sb., o ochraně zdraví před nepříznivými účinky hluku a vibrací.
- 3) Vyhláška č. 268/2009 Sb., o technických požadavcích na stavby.
Vyhláška č. 398/2009 Sb., o obecných technických požadavcích zabezpečujících bezbariérové užívání staveb.
- 4) Vyhláška č. 6/2003 Sb., kterou se stanoví hygienické limity chemických, fyzikálních a biologických ukazatelů pro vnitřní prostředí bytových místností některých staveb.
- 5) § 3 odst. 1 zákona č. 258/2000 Sb., ve znění zákona č. 274/2003 Sb.
Vyhláška č. 252/2004 Sb., kterou se stanoví hygienické požadavky na pitnou a teplou vodu a četnost a rozsah kontroly pitné vody, ve znění pozdějších předpisů.
- 6) Vyhláška č. 38/2001 Sb., o hygienických požadavcích na výrobky určené pro styk s potravinami a pokrmy, ve znění pozdějších předpisů.
- 7) Zákon č. 110/1997 Sb., o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších předpisů.
- 10) Zákon č. 125/1997 Sb., o odpadech, ve znění zákona č. 167/1998 Sb., zákona č. 352/1999 Sb., zákona č. 37/2000 Sb. a zákona č. 132/2000 Sb.
- 11) Zákon č. 138/1973 Sb., o vodách (vodní zákon), ve znění zákona č. 425/1990 Sb., zákona č. 114/1995 Sb., zákona č. 14/1998 Sb. a zákona č. 58/1998 Sb.
- 12) § 12 zákona č. 258/2000 Sb.
- 13) § 9 vyhlášky č. 328/1997 Sb., kterou se provádí § 18 písm. a), d), h), i), j) a k) zákona č. 110/1997 Sb., o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů, pro mléko a mléčné výrobky, zmrzliny a mražené krémy a jedlé tuky a oleje, ve znění vyhlášky č. 347/1999 Sb. a vyhlášky č. 90/2000 Sb.
- 14) Vyhláška č. 327/1997 Sb., kterou se provádí § 18 písm. a), d), h), i), j) a k) zákona č. 110/1997 Sb., o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů, pro maso, masné výrobky, ryby, ostatní vodní živočichy a výrobky z nich, vejce a výrobky z nich, ve znění vyhlášky č. 89/2000 Sb.
- 15) § 2 písm. e) a f) vyhlášky č. 107/2001 Sb.
- 16) § 2 písm. a) vyhlášky č. 376/2000 Sb.
- 17) Vyhláška č. 292/1997 Sb., o požadavcích na zdravotní nezávadnost balených vod a o způsobu jejich úpravy, ve znění pozdějších předpisů.