

# Severočeská záchranná škola



## Písemná práce

Téma: **Obvazové techniky**

Vyhotovil: **Ing. Jiří Jelínek**

středisko 214 07 Ing. Ládi Nováka Český Brod

## **Anotace**

Tato práce poskytuje návody na vázání některých obvazů v laické první pomoci. V každé písemné přípravě jsou uvedeny slovní i obrazové postupy jednotlivých obvazů. Písemné přípravy jsou řazeny za sebou v pořadí: obvazy hlavy, horní končetiny, dolní končetiny.

## 1) Obsah

|  | strana |
|--|--------|
| 1 – obsah  | 3      |
| 2 – úvod   | 4      |
| 3 – účel obvazu  | 4      |
| 4 – zásady přikládání obvazu                               | 4      |
| 5 – rozdělení obvazů podle otoček                          | 5      |
| 6 – rozdělení obvazů podle použitého materiálu             | 5      |
| 7 - začínáme obvazovat                                     | 5 - 7  |
| 8 – písemné přípravy                                       |        |
| 1 – obvaz uší  | 8      |
| 2 – obvaz očí  | 9      |
| 3 – prakový obvaz nosu                                     | 10     |
| 4 – prakový obvaz brady                                    | 10     |
| 5 – obvaz prstu  | 11     |
| 6 – obvaz hřbetu ruky – klasový – úplný (palcová rukavice) | 12     |
| 7 – obvaz hřbetu ruky – neúplný - zavěšený                 | 13     |
| 8 – obvaz předloktí, bérce                                 | 14     |
| 9 – želvový obvaz lokte, kolena                            | 15     |
| 10 – stříškový obvaz lokte, kolena                         | 16     |
| 11 – obvaz palce u nohy                                    | 17     |
| 9 – závěr  | 18     |
| 10 – seznam použité literatury                             | 18     |

## 2) Úvod

Proč učit svěřence (vlčata, skauty, rovery) správně vázat obvazové techniky?  
Protože bychom měli umět opravit nebo převázat poškozený obvaz nám svěřených dětí.  
Ne s každým úrazem (např. malá řezná rána na prstu, tříska, odřené koleno aj.) se pojedete do zdravotního zařízení, proto je dobré zvýšit zdravotní povědomí alespoň tím, že budeme umět správně ošetřit a obvázat vzniklé poranění.  
Na začátek této práce je dobré si připomenout v dalších odstavcích nějaké „samozřejmosti“.

## 3) Účel obvazu

Správně provedený obvaz má za úkol:

- zastavit krvácení
- upevnit sterilní krytí rány a chránit ji před druhotnou infekcí
- odsávat výměšky z rány
- připevnit k poraněné části obklad
- znehybnit, zklidnit nebo udržet v dané poloze zraněnou část

## 4) Zásady přikládání obvazů

- při obvazování mějme na paměti základní poučku: **pouze úhledný obvaz je funkční** i pacient se bude cítit lépe, má-li se dívat na vzhledný obvaz
  - úhlednost obvazu nesmí být nadřazena rychlosti a funkčnosti obvazu
- vrstvy obvazu dotýkající se přímo rány musí být sterilní a musí překrývat okraje rány (minimálně ta část, která jde přímo na ránu)
- s přiloženým sterilním krytím se už nesmí pohybovat, aby se do rány nedostala nečistota z okolí rány
- poslední vrstva obvazu musí krýt celou ránu a přesahovat ji nejméně o 3-5 cm
- postavení obvazované části musí být od začátku obvazování v konečné poloze (nejlepší je fyziologická poloha) a nesmí se měnit po dokončení obvazu
- obvaz musí pevně držet na místě, kde je přiložen, nesmí škrtit nebo se zařezávat do kůže, ale nesmí být ani příliš volný
- pro každou část těla a druh obvazu volíme vhodný materiál (na fixaci volíme nejčastěji pružná obinadla) a šířku obvazu (pro prsty šíře 3-6cm, předloktí a bérec 8-10cm, na ostatní části těla co nejširší obvazy)
- každý obvaz vytváříme s co nejmenším množstvím materiálu (nesmí to ale být na úkor kvality obvazu)
- obvaz začínáme na nejužším místě poraněné části a postupujeme k nejširší, přičemž překrýváme předcházející obtáčky o 1/3-2/3
- obvaz přikládáme čistýma rukama
- při obvazování stojíme vždy před pacientem, abychom mohli sledovat jeho stav
- pacienta ukládáme do vhodné polohy s ohledem na druh poranění a jeho celkový stav
  - vhodná poloha znamená, že máme snadný přístup k obvazovanému poranění, a pacient si nemůže ublížit případným pádem (tzn. že pacient sedí opřen o opěradlo, nebo leží)

## 5) Rozdělení obvazů podle materiálu

Jako obvazový materiál se používá v praxi:

- Hydrofilní gáza
  - o Vyrábí se z bavlněné příze. Materiál je jemný, savý a prodyšný.
  - o V lékárnách se nejčastěji dají sehnat v podobě hotových sterilních obvazů.
  - o Používají se především k fixačním účelům.
- Režné obvazové kaliko
  - o Vyrábí se z bavlněné nebo lněné příze, má hustší tkanivo – tím je dána jeho vyšší pevnost.
  - o Používá se zejména pro zhotovení pevných imobilizačních obvazů nebo k jejich vyztužení.
  - o Nesmí přijít přímo na ránu (obvazy nebývají sterilní).
- Pružné obinadlo
  - o Vyrábí se z bavlněné příze s vetkanými pryžovými vlákny pro zlepšení elasticity.
  - o Používá se zejména pro stlačení měkkých tkání.
- Obinadlo Fixa-Crep
  - o Vysoce elastické fixační obinadlo s vysokou tažností a jemnou pórovitou strukturou. Vyznačuje se vysokou prodyšností a příjemným nošením. Fixa-Crep spolehlivě sedí a nesklouzává, proto se hodí také k fixacím v oblasti kloubů a oblých částí těla.

## 6) Rozdělení obvazů podle otoček

- **kruhový obvaz** (používá se u menších ran)
  - obtáčky vedeme několikrát po sobě na stejném místě tak, aby se kryly
- **hoblinový obvaz** (používá se k obvazování rovných částí těla)
  - začínáme kruhovým obvazem a další obtáčky posuneme proti předchozí otáčce o 1/3
- **osmičkový obvaz** (používáme při zavazování některých kloubů)
  - obvaz vytváří dvě smyčky, které se kříží v jednom bodě a vytváří osmičku
- **klasový obvaz** (obvazují se jimi cylindrické části těla - místa s nestejným objemem – zpravidla předloktí a lýtka)
  - jedná se o hustě kladené osmičkové obtáčky, které se kříží na straně natahovačů. Křížení obtáček by mělo probíhat v přímce jedno nad druhým.

## 7) Začínáme s výukou obvazování

Při vlastním výkladu si musí přednášející rozdělit lidi do dvojic a zajistit, aby každý člověk měl správný obvazový materiál. Jednotlivé dvojice by měly být rozmístěny tak, aby mohly dobře sledovat a pochopit postup vázání obvazu. Po vysvětlení s praktickou ukázkou, by si měl každý ve dvojici vyzkoušet uvázat vysvětlovaný obvaz.

Každý, kdo povede výuku obvazových technik, by měl dobře ovládat popisované obvazové techniky. Proto jsou v této části písemné práce uvedeny jednotlivé písemné přípravy, které by měly pomoci vedoucím při přípravě na schůzku.

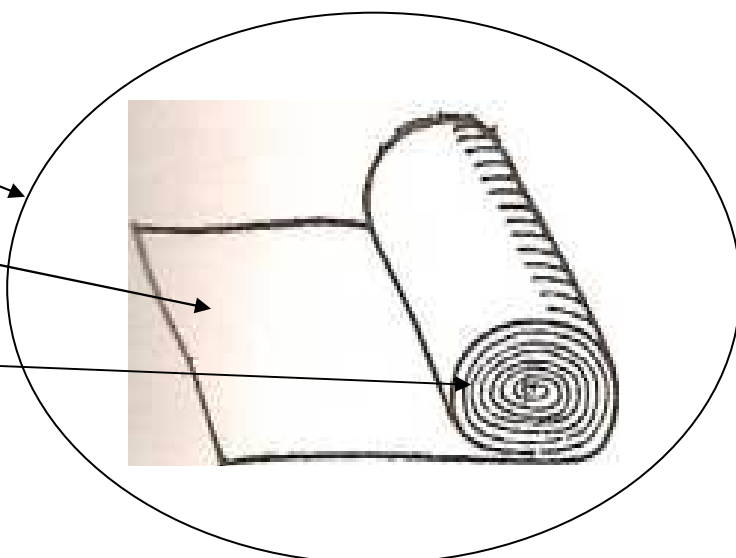
Trochu nutného názvosloví ať víme co je co a o čem bude řeč.

Obrázek č. 1

obinadlo

volný konec obinadla

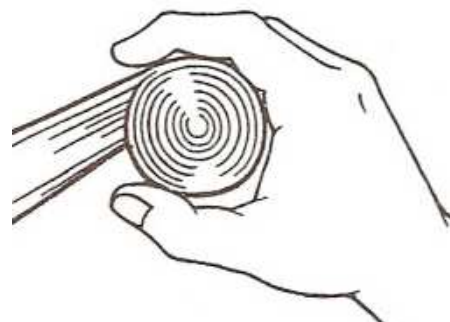
hlava obinadla



Obrázek č. 2

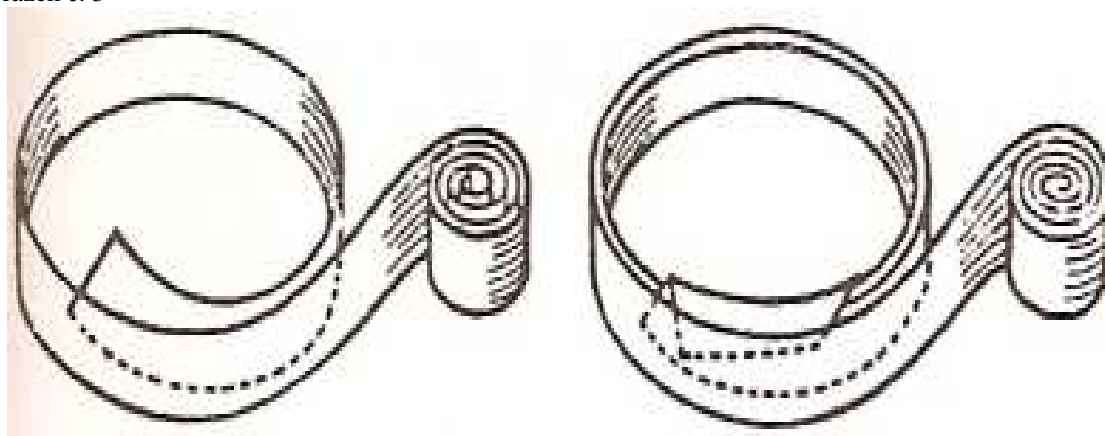
#### Správné držení obinadla

Obinadlo držíme v ruce tak, aby volný konec obinadla svíral s hlavou obinadla otevřený úhel dle obrázku č. 2.



Obvaz začínáme základní kruhovou obtáčkou tak, že jeden cíp obinadla částečně vytáhneme a přeložíme pod druhou obtáčku vždy v tom směru, kam bude obvaz pokračovat. Tím se vytvoří tzv. zámek, který zabraňuje smekání obvazu při další manipulaci. Názorněji na obrázku č. 3.

Obrázek č. 3



Ukončení obvazu provádíme pomocí náplasti nebo pomocí „ambulančního“ uzlu, jehož postup je popsán dále. Konec obinadla rozdělíme podélně v patřičné délce na dvě poloviny (na roztrženém obinadlu uděláme jednoduchý uzel, aby se nám obinadlo dále netrhlo). Vzniklé dva konce obinadla spojujeme vždy pomocí ploché spojky tzv. „ambulančního“ uzlu. Tato spojka (jak sám její název napovídá) je plochá, netlačí a rychle se váže. Při vázání této spojky si musíme dát pozor, abychom neuvázali náhodou křížovou spojku, která není plochá a obvazovaného pacienta by mohla tlačit.

Správný postup vázání ploché spojky je následující:

- do rukou uchopíme vzniklé konce obinadla (každá ruka drží jeden konec)
  - trochu dál od konců přeložte pravý konec přes levý a zavažte je
  - ten konec, který je nyní levý, dejte přes pravý a zase je zavažte
- Pro lepší zapamatování platí jednoduchá pomůcka, kterou učíme již malé děti:

pravý přes levý – zavaž, levý přes pravý – zavaž

Výsledný vzhled ploché spojky „ambulančního uzlu“ je dle schematického obrázku č. 4.

Obrázek č. 4



## 8) Písemné přípravy


Na dalších stránkách jsou uvedeny jednotlivé písemné přípravy, ve kterých jsou uvedeny potřebné informace potřebné pro výuku obvazových technik.

Každá písemná příprava obsahuje následující:

- téma
- učební cíl
- učební otázka – co se vlastně bude učit
- metoda – jak budeme učit vlastní učební otázku
- místo – kde se může výuka uskutečnit
- předpokládaný čas pro vysvětlení učební otázky
- potřebné materiální zabezpečení
- použití – k čemu se používají vlastní obvazy udané v učební otázce
- postup vázání – popis vázání se zobrazením

Písemné přípravy jsou řazeny následovně:

- obvazy na hlavě
  - o obvaz uší
  - o obvaz očí
  - o obvaz nosu
  - o obvaz brady
- obvazy na horní a dolní končetině
  - o obvaz prstu
  - o obvaz hřbetu ruky – klasový – úplný (palcová rukavice)
  - o obvaz hřbetu ruky – neúplný – zavěšený
  - o obvaz předloktí, bérce
  - o obvaz lokte, kolena
  - o obvaz palce u nohy

|   |                        |  |
|---|------------------------|--|
| I   | Téma                   | obvazy - písemná příprava č. 1   |
| II  | Učební cíl             | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na hlavě  |
| III   | Učební otázka          | Obvaz uší  |
| IV  | Metoda                 | Ukázka s vysvětlením   |
| V   | Místo                  | Místnost, venkovní prostor   |
| VI  | Potřebný čas           | 5 minut  |
| VII   | Materiální zabezpečení | Obinadlo šířky cca 6cm, odsávací mul, náplast, písemná příprava  |
| Použití   |                        | Ošetření poraněného ucha   |
| Postup vázání   |                        |  |
| <p>Připravíme si k ruce obvazové potřeby:<br/>odsávací mul (naskládaný obvaz do takové velikosti aby překryl poraněné ucho, podložení mezi ušní boltec a hlavu, obinadlo šířky cca 6cm.</p> |                        |  |
|   |                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- vypodložíme ucho mezi ušní boltec a hlavou</li> <li>- přiložíme na ucho odsávací mul</li> <li>- základní obtáčku začínáme nad ušními boltci kolem hlavy, nezapomeneme udělat zámek, aby se nám obvaz nesmekal</li> <li>- druhá obtáčka sestupuje z čela šikmo nad obočím přes dolní okraj ušního boltce a v zátylí vystupuje šikmo vzhůru k základní obtáčce</li> <li>- další obtáčky postupují stejným směrem a překrývají předchozí obtáčky alespoň ze dvou třetin</li> <li>- obvaz ukončujeme po úplném zakrytí poraněného boltce kruhovou obtáčkou kolem hlavy</li> <li>- konec obinadla buď přilepíme náplastí, nebo zavážeme plochou spojkou</li> </ul> |



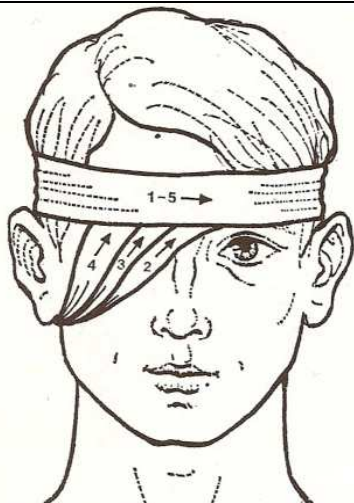
|     |                        |   |
|-----|------------------------|---|
| I   | Téma                   | obvazy - písemná příprava č. 2                                    |
| II  | Učební cíl             | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na hlavě           |
| III | Učební otázka          | Obvaz očí   |
| IV  | Metoda                 | Ukázka s vysvětlením  |
| V   | Místo                  | Místnost, venkovní prostor  |
| VI  | Potřebný čas           | 5 minut; 5 minut  |
| VII | Materiální zabezpečení | Obinadlo šířky cca 6cm, sterilní krytí, náplast, písemná příprava |

Použití Ošetření poraněného oka – očí

Postup vázání poraněného oka. Jedno oko vážeme pouze v nezbytném případě.

Připravíme si obvazové potřeby:

Sterilní krytí, obinadlo šířky cca 6cm.



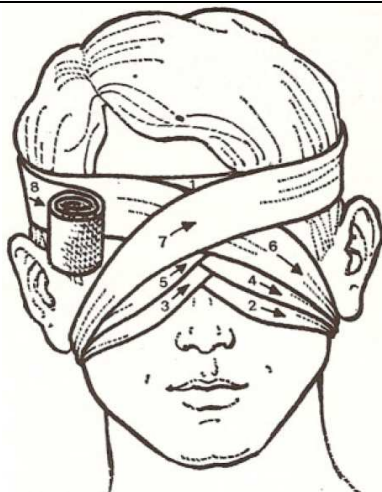
- poraněné oko (které je zavřené) překryjeme sterilním krytím
- základní obtáčku začínáme nad ušními boltci kolem hlavy, nezapomeneme udělat zámek, aby se nám obvaz nesmekal
- druhá obtáčka sestupuje v týlní krajině šikmo dolů a vystupuje pod ušním boltcem na straně poraněného oka. Přes poraněné oko vystupuje šikmo vzhůru k základní obtáčce
- další obtáčky postupují stejným směrem a překrývají předchozí obtáčky alespoň ze dvou třetin
- obvaz ukončujeme po úplném zakrytí poraněného oka kruhovou obtáčkou kolem hlavy
- konec obinadla buď přilepíme náplastí, nebo zavážeme plochou spojkou

Postup vázání poraněného oka nebo při poranění obou očí.

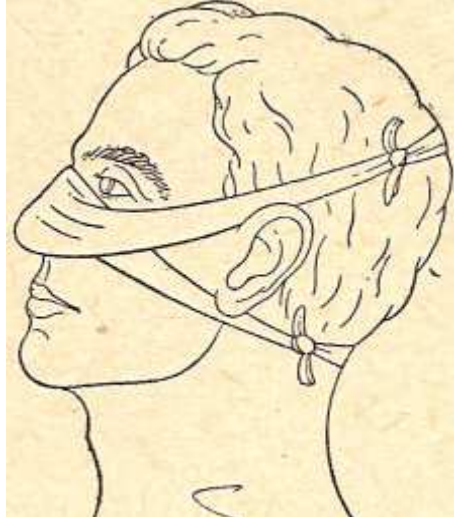
Protože jsou oči párový orgán, je vhodnější obvázat obě oči, aby se poraněné oko ještě více nedráždilo.

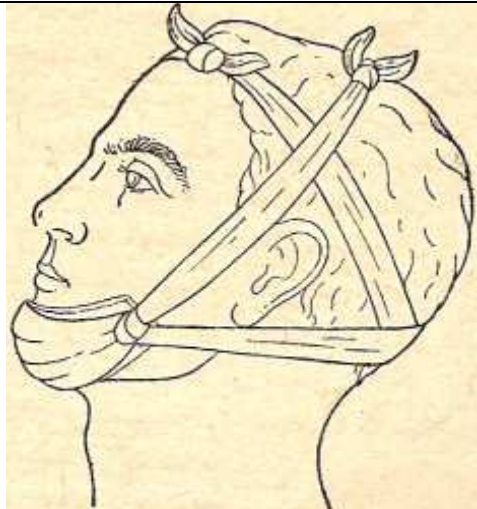
Připravíme si obvazové potřeby:

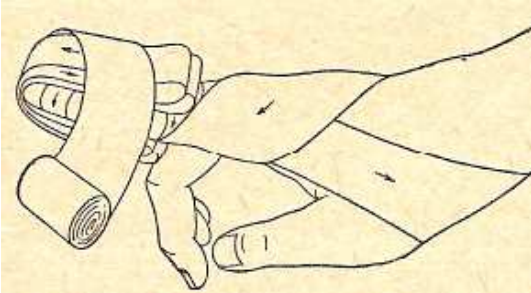
Sterilní krytí, obinadlo šířky cca 6cm.

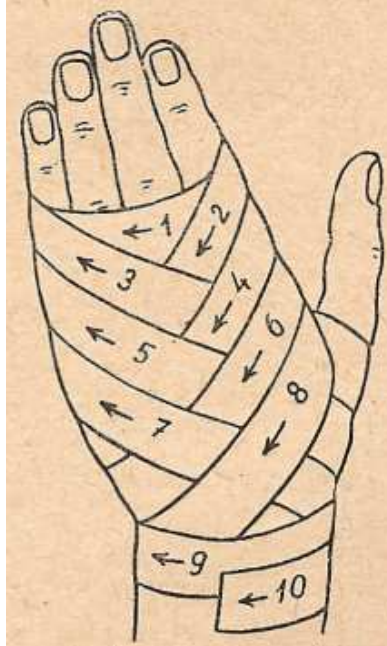



- poraněné oko (které je zavřené) překryjeme sterilním krytím
- základní obtáčku začínáme nad ušními boltci kolem hlavy, nezapomeneme udělat zámek, aby se nám obvaz nesmekal
- druhá obtáčka sestupuje nad kořenem nosu přes oko pod ušní boltec. Dále pokračujeme přes zátylek pod druhý ušní boltec a vystupujeme šikmo vzhůru ke kořenu nosu – tím vytvoříme třetí obtáčku. Pokračujeme kolem hlavy a opět sestupuje dolů (obtáčka 4). Přitom překrývá předchozí obtáčky přibližně ze dvou třetin. Takto postupujeme ve výše popsaných osmičkových obtáčkách až jsou zakryté obě oči
- obvaz ukončujeme po úplném zakrytí poraněného oka kruhovou obtáčkou kolem hlavy
- konec obinadla buď přilepíme náplastí, nebo zavážeme plochou spojkou

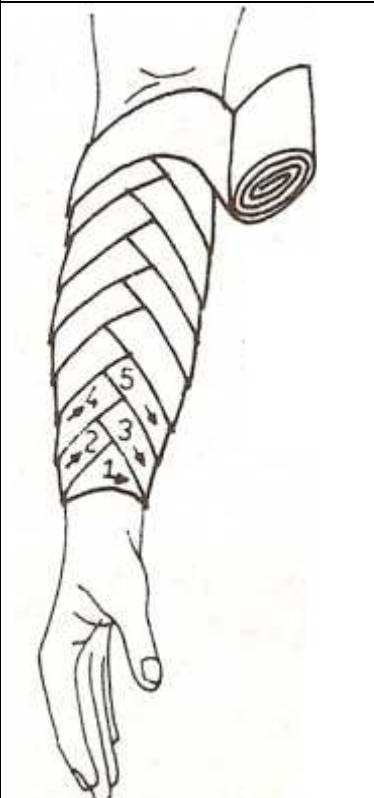
|  |                        |   |
|--|------------------------|---|
| I  | Téma                   | obvazy - písemná příprava č. 3  |
| II   | Učební cíl             | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na hlavě   |
| III  | Učební otázka          | Obvaz nosu  |
| IV   | Metoda                 | Ukázka s vysvětlením  |
| V  | Místo                  | Místnost, venkovní prostor  |
| VI   | Potřebný čas           | 5 minut   |
| VII  | Materiální zabezpečení | Obinadlo šířky cca 8-10cm, sterilní krytí, písemná příprava   |
| Použití  |                        | Ošetření poraněného nosu  |
| Postup vázání  |                        |   |
| Připravíme si obvazové potřeby:<br>Sterilní krytí, obinadlo šířky cca 8-10cm.      |                        |   |
|  |                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- připravíme si prakový obvaz tak, že si odstříhneme potřebnou délku obvazu (u průměrného dospělého člověka nám stačí délka okolo 70-80 cm). Obvaz přeložíme na polovinu a od konců je rozstříhneme tak, aby zůstal střed v délce kolem 10 cm v celku (nezapomeneme udělat uzel, aby se obvaz dále netrhal)</li> <li>- na nos přiložíme sterilní krytí</li> <li>- přes sterilní krytí přiložíme střed prakového obvazu</li> <li>- oba spodní volné konce vedeme nad uši do zátylí, kde je svážeme pomocí ploché spojky</li> <li>- oba horní konce vedeme pod ušními boltci do zátylí, kde je také svážeme</li> </ul> |

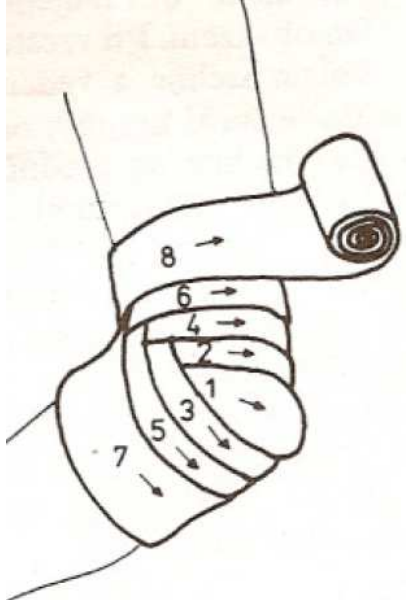
|   |                        |   |
|---|------------------------|---|
| I   | Téma                   | obvazy - písemná příprava č. 4  |
| II  | Učební cíl             | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na hlavě   |
| III   | Učební otázka          | Obvaz brady   |
| IV  | Metoda                 | Ukázka s vysvětlením  |
| V   | Místo                  | Místnost, venkovní prostor  |
| VI  | Potřebný čas           | 6 minut   |
| VII   | Materiální zabezpečení | Obinadlo šířky cca 10-12cm, sterilní krytí, písemná příprava  |
| Použití   |                        | Ošetření poraněné brady   |
| Postup vázání   |                        |   |
| Připravíme si obvazové potřeby:<br>Sterilní krytí, obinadlo šířky cca 10-12cm.      |                        |   |
|  |                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- připravíme si prakový obvaz tak, že si odstříhneme potřebnou délku obvazu (u průměrného dospělého člověka nám stačí délka okolo 120-130 cm). Obvaz přeložíme na polovinu a od konců je rozstříhneme tak, aby zůstal střed v délce kolem 15 cm v celku (nezapomeneme udělat uzel, aby se obvaz dále netrhal)</li> <li>- na bradu přiložíme sterilní krytí</li> <li>- přes sterilní krytí přiložíme střed prakového obvazu</li> <li>- oba spodní volné konce vedeme před ušními boltci na temeno hlavy, kde je svážeme pomocí ploché spojky</li> <li>- oba horní konce vedeme pod ušními boltci do zátylí, kde je překřížíme a pokračujeme dále na čelo, kde je svážeme (tím nám obvaz dobře drží a nepadá)</li> </ul> |

|  |                        |   |
|--|------------------------|---|
| I  | Téma                   | obvazy - písemná příprava č. 5  |
| II   | Učební cíl             | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na končetině   |
| III  | Učební otázka          | Obvaz prstu na ruce   |
| IV   | Metoda                 | Ukázka s vysvětlením  |
| V  | Místo                  | Místnost, venkovní prostor  |
| VI   | Potřebný čas           | 6 minut   |
| VII  | Materiální zabezpečení | Obinadlo šířky cca 6cm, sterilní krytí, náplast, písemná příprava   |
| Použití  |                        | Ošetření poraněného prstu   |
| Postup vázání  |                        |   |
| Připravíme si k ruce obvazové potřeby:<br>Sterilní krytí, obinadlo šířky cca 6cm, náplast. |                        |   |
|          |                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- na poraněný prst přiložíme sterilní krytí</li> <li>- základní obtáčku začínáme kolem zápěstí, nezapomeneme udělat zámek, aby se nám obvaz nesmekal</li> <li>- druhou obtáčku vedeme přes hřbet ruky k poraněnému prstu</li> <li>- na prstě vedeme hoblinové obtáčky ke špičce prstu</li> <li>- špičku prstu kryjeme čepičkou (přeložíme cca 3 vrstvy obinadla) zpátky se vrátíme hoblinovými obtáčkami k prvnímu článku prstu</li> <li>- pokračujeme k zápěstí přes hřbet ruky k opačné straně zápěstí</li> <li>- obvaz zakončujeme kolem zápěstí kruhovou obtáčkou</li> <li>- konec obinadla buď přilepíme náplastí, nebo zavážeme plochou spojkou</li> </ul> |

|   |                        |  |
|---|------------------------|--|
| I   | Téma                   | obvazy - písemná příprava č. 6   |
| II  | Učební cíl             | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na končetině  |
| III   | Učební otázka          | Obvaz hřbetu ruky – klasový – úplný  |
| IV  | Metoda                 | Ukázka s vysvětlením   |
| V   | Místo                  | Místnost, venkovní prostor   |
| VI  | Potřebný čas           | 8 minut  |
| VII   | Materiální zabezpečení | Obinadlo šířky cca 6cm, sterilní krytí, náplast, písemná příprava  |
| Použití   |                        | Ošetření poraněné ruky např. při popáleninách  |
| Postup vázání   |                        |  |
| Připravíme si k ruce obvazové potřeby:<br>Sterilní krytí, podložení mezi jednotlivé prsty, obinadlo šířky 6 - 8cm, náplast. |                        |  |
|   |                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- vypoďložíme jednotlivé prsty mezi sebou tím, že mezi ně „vpleteme“ naskládaný obvaz – tím oddělíme jednotlivé prsty od sebe (prsty se pak netřou o sebe pod obvazem)</li> <li>- na poranění přiložíme sterilní krytí</li> <li>- základní obtáčku začínáme kolem všech čtyř prstů nezapomeneme udělat zámek, aby se nám obvaz nesmekal</li> <li>- druhou obtáčku vedeme šikmo přes hřbet ruky do výšky prvního článku krajního prstu, který obtočíme a pokračujeme rovně přes dlaň</li> <li>- třetí obtáčkou se vracíme šikmo přes hřbet ruky k druhému kraji první obtáčky</li> <li>- takto postupujeme ve výše popsaných osmičkových obtáčkách až je zakrytý celý hřbet ruky s dlaní</li> <li>- obtáčky se překrývají přibližně ze dvou třetin</li> <li>- obvaz zakončujeme kolem zápěstí kruhovou obtáčkou</li> <li>- konec obinadla buď přilepíme náplastí, nebo zavážeme plochou spojkou</li> </ul> |

|  |                        |  |
|--|------------------------|--|
| I  | Téma                   | obvazy - písemná příprava č. 7   |
| II   | Učební cíl             | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na končetině  |
| III  | Učební otázka          | Obvaz hřbetu ruky – neúplný – zavěšený   |
| IV   | Metoda                 | Ukázka s vysvětlením   |
| V  | Místo                  | Místnost, venkovní prostor   |
| VI   | Potřebný čas           | 8 minut  |
| VII  | Materiální zabezpečení | Obinadlo šířky cca 6cm, sterilní krytí, náplast, písemná příprava  |
| Použití  |                        | Ošetření hřbetu ruky, nebo odřených kloubů   |
| Postup vázání  |                        |  |
| Připravíme si k ruce obvazové potřeby:<br>Sterilní krytí, obinadlo šířky cca 6cm, náplast. |                        |  |
|          |                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- na poraněný hřbet ruky přiložíme sterilní krytí</li> <li>- základní obtáčku začínáme kolem zápěstí, nezapomeneme udělat zámek, aby se nám obvaz nesmekal</li> <li>- druhou obtáčku vedeme šikmo přes hřbet ruky k nejvzdálenějšímu prstu, který obtočíme a vracíme se pod zápěstí (obtáčka č.3)</li> <li>- další obtáčku vedeme přes hřbet ruky k vedlejšímu prstu, který opět obtočíme a vracíme se k pod zápěstí</li> <li>- takto obvážeme všechny prsty - tím zakryjeme celý hřbet ruky</li> <li>- obvaz zakončujeme kolem zápěstí kruhovou obtáčkou</li> <li>- konec obinadla buď přilepíme náplastí, nebo zavážeme plochou spojkou</li> <li>- výhodou tohoto obvazu je to, že není krytá dlaň obvazem</li> </ul> |

|   |   |   |
|---|---|---|
| I   | Téma  | obvazy - písemná příprava č. 8  |
| II  | Učební cíl  | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na končetině   |
| III   | Učební otázka   | Obvaz předloktí, bérce  |
| IV  | Metoda  | Ukázka s vysvětlením  |
| V   | Místo   | Místnost, venkovní prostor  |
| VI  | Potřebný čas  | 10 minut  |
| VII   | Materiální zabezpečení                                    | Obinadlo šířky 8 - 10cm, sterilní krytí, náplast, písemná příprava  |
| Použití   | Ošetření poraněného předloktí nebo bérce klasovým obvazem |   |
| Postup vázání   |   |   |
| Připravíme si k ruce obvazové potřeby:<br>Sterilní krytí, obinadlo šířky 8 - 10cm, náplast. |   |   |
|           |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- pro obvazování předloktí použijeme klasový obvaz – bývá to obvykle místo s nestejným objemem</li> <li>- na poranění přiložíme sterilní krytí</li> <li>- základní obtáčku začínáme na nejužším místě - kolem zápěstí (nebo kotníku); nezapomeneme udělat zámek, aby se nám obvaz nesmekal</li> <li>- druhou obtáčku vedeme šikmo přes předloktí ruky, které obtočíme a vracíme se zpět třetí obtáčkou šikmo přes předloktí ruky ke druhému kraji první obtáčky</li> <li>- takto postupujeme ve výše popsaných osmičkových obtáčkách až je zakryté celé předloktí ruky</li> <li>- osmičkové obtáčky se vzájemně překrývají přibližně ze dvou třetin</li> <li>- obvaz zakončujeme pod loktem kruhovou obtáčkou</li> <li>- konec obinadla buď přilepíme náplastí, nebo zavážeme plochou spojkou</li> </ul> |

|   |                        |   |
|---|------------------------|---|
| I   | Téma                   | obvazy - písemná příprava č. 9  |
| II  | Učební cíl             | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na končetině   |
| III   | Učební otázka          | Želvový obvaz lokte, kolena   |
| IV  | Metoda                 | Ukázka s vysvětlením  |
| V   | Místo                  | Místnost, venkovní prostor  |
| VI  | Potřebný čas           | 10 minut  |
| VII   | Materiální zabezpečení | Obinadlo šířky 8 - 10cm, sterilní krytí, náplast, písemná příprava  |
| Použití   |                        | Ošetření odřeného lokte nebo kolena pomocí želvového obvazu   |
| Postup vázání   |                        |   |
| Připravíme si k ruce obvazové potřeby:<br>Sterilní krytí, obinadlo šířky 8 - 10cm, náplast. |                        |   |
|           |                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- na poraněný kloub přiložíme sterilní krytí</li> <li>- želvový obvaz začínáme kruhovou obtáčkou nad středem kloubu přes sterilní krytí, které pak již nemusíme přidržovat rukou (nezapomeneme udělat zámek, aby se nám obvaz nesmekal)</li> <li>- druhá obtáčka vede nad kloub, obtáčí kraj první obtáčky a sterilního krytí obvaz vedeme do loketní jamky</li> <li>- třetí obtáčka vede z loketní jamky a obtáčí kraj první obtáčky a sterilního krytí. Obtáčíme předloktí zpět směrem k loketní jamce</li> <li>- takto postupujeme ve výše popsaných osmičkových obtáčkách, které se vzdalují od kloubu</li> <li>- osmičkové obtáčky se překrývají přibližně ze dvou třetin</li> <li>- obvaz zakončujeme pod nebo nad loktem kruhovou obtáčkou</li> <li>- konec obinadla buď přilepíme náplastí, nebo zavážeme plochou spojkou</li> </ul> |

|   |                        |   |
|---|------------------------|---|
| I   | Téma                   | obvazy - písemná příprava č. 10   |
| II  | Učební cíl             | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na končetině   |
| III   | Učební otázka          | Stříškový obvaz lokte, kolena   |
| IV  | Metoda                 | Ukázka s vysvětlením  |
| V   | Místo                  | Místnost, venkovní prostor  |
| VI  | Potřebný čas           | 10 minut  |
| VII   | Materiální zabezpečení | Obinadlo šířky 8 - 10cm, sterilní krytí, náplast, písemná příprava  |
| Použití   |                        | Ošetření zhmožděného lokte nebo kolena pomocí stříškového obvazu – stažení poraněného kloubu pomocí obinadla  |
| Postup vázání   |                        |   |
| Připravíme si k ruce obvazové potřeby:<br>Obinadlo šířky 8 - 10cm, náplast. |                        |   |
|   |                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- stříškový obvaz začínáme kruhovou obtáčkou pod ošetřovaným kloubem (mimo střed poraněného kloubu) (nezapomeneme udělat zámek, aby se nám obvaz nesmekal)</li> <li>- druhá obtáčka vede přes loketní jamku nad kloub, kde obtáčí paži a vede zpět směrem do loketní jamky</li> <li>- třetí obtáčka vede z loketní jamky a obtáčí kraj první obtáčky. Obtáčíme předloktí zpět směrem k loketní jamce</li> <li>- takto postupujeme ve výše popsaných osmičkových obtáčkách ke středu kloubu</li> <li>- osmičkové obtáčky se překrývají přibližně ze dvou třetin</li> <li>- obvaz zakončujeme pod nebo nad loktem kruhovou obtáčkou</li> <li>- konec obinadla buď přilepíme náplastí, nebo zavážeme plochou spojkou</li> </ul> |



|  |                        |  |
|--|------------------------|--|
| I  | Téma                   | obvazy - písemná příprava č. 11  |
| II   | Učební cíl             | Naučit používat obinadlo k obvazování poranění na končetině  |
| III  | Učební otázka          | Obvaz palce u nohy   |
| IV   | Metoda                 | Ukázka s vysvětlením   |
| V  | Místo                  | Místnost, venkovní prostor   |
| VI   | Potřebný čas           | 5 minut  |
| VII  | Materiální zabezpečení | Obinadlo šířky 6cm, sterilní krytí, náplast, písemná příprava  |
| Použití  |                        | Při ošetření poraněného palce u nohy   |
| Postup vázání  |                        |  |
| Připravíme si k ruce obvazové potřeby:<br>Sterilní krytí, obinadlo šířky cca 6cm, náplast. |                        |  |
|  |                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- na ránu přiložíme sterilní krytí</li> <li>- přiložíme přes špičku poraněného palce a sterilní krytí poskládanou čepičku z několikrát přeloženého obvazu</li> <li>- čepičku upevníme k palci kruhovou obtáčkou</li> <li>- druhou obtáčku vedeme přes palec na chodidlo</li> <li>- pokračujeme dále jako třetí obtáčka v polovině malíkové strany chodidla na nárt kolem kotníku, který obtočíme</li> <li>- od kotníku šikmo dolů přes nárt na palec vede čtvrtá obtáčka</li> <li>- takto postupujeme ve výše popsaných obtáčkách až je palec obvázán</li> <li>- obtáčky se překrývají přibližně ze dvou třetin</li> <li>- obvaz zakončujeme kolem kotníku kruhovou obtáčkou</li> <li>- konec obinadla buď přilepíme náplastí, nebo zavážeme plochou spojkou</li> <li>- tento obvaz nepadá při chůzi z palce</li> </ul> |

## 9) Závěr

Všichni vedoucí, kteří mají na starosti děti, by měli být schopni ošetřit vzniklý běžný úraz (např. odřené koleno či loket, malé řezné rány na prstech horní končetiny aj.). Tato práce by měla pomoci vedoucím při přípravě schůzky, na které se bude vyučovat první pomoc – obvazové techniky. Ten, kdo povede vlastní výklad, by měl dobře ovládat vykládanou látku. Usnadnění přípravy na schůzku je v tom, že si vyučující může vytisknout jednotlivou písemnou přípravu s návodem na uvázání. Časy, které jsou uvedené v písemné přípravě, udávají časovou dotaci pro vlastní výklad s názornou ukázkou a jsou odzkoušené na vnímavé družině. Do časové dotace není zahrnut potřebný čas na zorganizování družiny do dvojic a její přípravu na vlastní výklad. Takže ten, kdo bude vykládat danou látku, si musí uvedený čas upravit na danou cílovou skupinu (jiný čas potřebný pro výklad bude u nesoustředěné skupiny).

Tímto bych chtěl poděkovat všem, kteří mi byli ochotni pomoci při tvorbě této práce.

Budu rád, když tato práce usnadní přípravu vedoucím na schůzku.

## 10) Seznam použité literatury

### **Knihy:**

**Prof. MUDr. Miroslav Zeman, DrSc: Obvazové techniky**

Grada Avicentrum, Praha 1994

**Plk. MUDr. Stanislav Přidal a kolektiv: Příručka pro zdravotníky**

Knižnice vojenských a branných příruček, svazek 80, třetí vydání, Naše Vojsko, 1989

**Prof. MUDr. Jan Knobloch: Předlékařská první pomoc**

Státní zdravotnické nakladatelství, Praha, čtvrté vydání, Praha 1961

**MUDr. Bohumil Šetrna a kolektiv: Dobrovolná sestra ČSČK**

Avicentrum, zdravotnické nakladatelství, čtvrté vydání, Praha 1987

**F.A. Elstner: Vázání uzlů**

Nakladatelství Atos, Praha 1991

zpracoval: Ing. Jiří Jelínek

v Českém Brodě dne: 28. 10. 2010