



**ČESKÝ ČERVENÝ KŘÍŽ**  
Úřad ČČK  
169 00 Praha 6, Rozdělovská 63

## TISKOVÁ ZPRÁVA ČESKÉHO ČERVENÉHO KŘÍŽE Z 10. IX. 2020

### 12. ZÁŘÍ 2020: SVĚTOVÝ DEN PRVNÍ POMOCI

Od roku 2000 si každou druhou zářijovou sobotu připomínáme Světový den první pomoci a tak i skutečnost, že dovednost poskytnout první pomoc může - v prvních minutách - rozhodnout o životě a smrti člověka. Tématem pro letošní Světový den je **První pomoc a pandemie**.

Nemoci a zranění se dějí bez ohledu na současnou pandemii. **Správné poskytnutí laické první pomoci** může právě v této době předcházet zahlcení přetíženého zdravotnického systému, zároveň napomůže snížit riziko vystavení se nákaze ve zdravotnickém zařízení.

Závažná zranění a nemoci nicméně **stále vyžadují zdravotní péči** a nemělo by docházet k prodlevám kvůli strachu z Covidu.

Aktuální situace ovlivňuje nejen možnosti školit dobrovolníky i veřejnost v tom, jak bezpečně čelit Covidu, ale také má vliv na

šíření osvěty, jako protikladu kolujícím fake news. Ukázala také potřebu se ještě více se orientovat na moderní výukové metody. Proto je víc než kdy dříve nezbytné připomínkou Světového dne první pomoci (digitálně a bezpečně) zvýšit povědomí o první pomoci a o důležitosti pokračovat v zapojování veřejnosti do výuky první pomoci.

Největšího školitele předlékařské první pomoci představuje Mezinárodní hnutí Červeného kříže a Červeného půlměsíce – jeho školitelé ročně vyškolí v první pomoci více než **15 milionů lidí**. **Český červený kříž**, který vyškolí v loňském roce na **pět desítek tisíc osob**, pořádá v rámci Světového dne řadu aktivit zaměřených na propagaci znalostí první pomoci s ohledem na vyhlášené téma, které reaguje na aktuální celosvětovou situaci.

Příznivcům mobilních aplikací nabízíme zdarma stažení naší **interaktivní mobilní aplikace První pomoc**, která Vám umožní mít návod na záchranu lidského života vždy po ruce. Máte-li zájem se naučit poskytnout první pomoc, navštivte [www.kurzyprvnipomoci.eu](http://www.kurzyprvnipomoci.eu), vyberte si kurz a odborní lektori ČČK Vás rádi vyškolí.

**Doc. Dr. Marek Jukl**  
prezident ČČK

**Dr. Josef Konečný**  
ředitel Úřadu ČČK



Příloha

Uvědomujme si stálé **nebezpečí covid-19** a řiďme se **platnými opatřeními Ministerstva zdravotnictví, ale také obecnými hygienickými doporučeními** - dbejme všichni zásad **osobní hygieny** (mytí rukou!) a omezme možné kontakty s nákazou, **roušky nosme** tam, kde je to povinné, ale i jindy, např. ve společnosti více lidí. Často **větrejme**. Chovejme se **rozumně**, riziko je tu stále s námi.

**Opatrným chováním chráníme nejen sebe, ale také druhé!**

Pamatujme na zásadu **3 R: Ruce - Roušky - Rozestupy**

Tyto jednoduché zásady mohou ochránit Vás i Vaše okolí. Bez nich jsou naopak všechny ostatní protiepidemická opatření neúčinná!

V případě ochrany dýchacích cest **používejte roušky správně** - zakrytá musí být nejen ústa, ale i nos. Dále s nimi **správně zacházejte** - jednorázově neužívejte opakovaně, textilní mezi použitými vždy vyperte. S použitými rouškami zacházejte jako s potenciálně infekčním materiálem! Respirátory používejte výhradně bez výdechového ventilu!

Roušky uchovávejte tak, aby se před použitím **neznečistily** - nenoste je na předloktí či jinak volně - můžete z nich pak vdechnout různé choroboplodné zárodky. Totéž platí o šátcích či šálech.