

VYBAVENÍ PRO ZAJIŠTĚNÍ ZDRAVOTNÍ PÉČE A LAICKÉ PRVNÍ POMOCI V RAGBYOVÝCH KLUBECH

1. LÉKÁRNA
2. NOSÍTKA
3. BERLE
4. AED DEFIBRILÁTOR
5. OŠETŘOVNA
6. EVIDENCE ÚRAZŮ
7. OSTATNÍ

Všem klubům doporučujeme zajistit vybavení dle seznamu. V případě dotazů kontaktujte zdravotní komisi.

1. LÉKÁRNA (POVINNÉ VYBAVENÍ)

- Lékárna je přenosná **taška/kufr** vybavená zdravotnickým materiálem pro poskytnutí první pomoci a ošetření úrazů
- Lékárna je k dispozici po dobu tréninků a zápasů. **Je dostupná** tak, že v případě potřeby je možné ji použít – vydá odpovědná osoba, je známo místo, kde je uložena
- Obsah lékárny je nutné **pravidelně kontrolovat**, klub určí odpovědnou osobu, doporučujeme kontrolovat a doplnit po každém použití, min. 1x/ měsíc
- V lékárně **nesmí** být léky a léčiva vázané **na předpis**, aby nedošlo k jejich zneužití

Seznam minimálního vybavení lékárny:

Ošetření ran

Mulová obinadla (sterilní)	Akutol spray na drobná poranění
Mulové čtverce (sterilní), různé velikosti	Dezinfekce ran (peroxid vodíku, Betadine roztok)
Mulové tampóny, tampóny do nosu	Hemostatická houbička (např. Surgispon)
Náplasti polštářkové různé velikosti	Náplast'ové stehy (např. Leukostrip)
Škrtidlo pryžové	ev. tkáňové lepidlo (např. Leukosan)
Tlakové obvazy (sterilní)	

Fixační materiál

Trojčipý šátek	Tejpy pevné, elastické, izolační pásy
Elastická obinadla (klasické, samodržící)	Náplast na cívce (látková, transparentní)
Fixační dlahy (např. AeroRescue, SAM splint)	Lepidlo na tejpky

Léky a léčiva volně prodejné

Paralen, Aspirin	Kapky do očí (Sensivit)
Ibalgin 400mg, Diclofenac 25mg	Kapky do nosu
Černé uhlí, Loperon, Endiaron	Fenistil gel
Desloratadin, Zyrtec, Zodac	

Ostatní potřeby

Teploměr	Rukavice lékařské pryžové
Nůžky	Igelitové sáčky (na led, na infekční odpad)
Pinzeta	Svítilna/baterka
Vazelína	Špachtle dřevěná
Kelen chladící sprej	masážní emulze hřejivá, chladivá (Emspoma)

Největší nabídka zdravotnického vybavení první pomoci: <https://www.bexamed.cz/>
případně: <https://www.azmedicashop.cz/>

2. TRANSPORTNÍ NOSÍTKA (POVINNÉ VYBAVENÍ)

- Nosítka jsou vhodná pro přesun zraněného hráče ze hřiště do ošetrovny, sanitky apod.
- Jsou k dispozici na hřišti po dobu zápasu

Doporučujeme tento běžný typ:

<https://www.bexamed.cz/p/skladaci-transportni-nositka>

- V případě poranění páteře a hlavy se zraněný hráč transportuje pomocí páteřní desky nebo rámu:

<https://www.bexamed.cz/p/paterni-scoop-ram-emergency>

<https://www.bexamed.cz/p/paterni-scoop-ram-kovovy-nositka>

Páteřní deska nebo rám jsou nutné vybavení každé služby, která vám zajišťuje zdravotní servis pro první pomoc na zápas (sanita, zdravotnický záchranář). Pokud najatá záchranná služba nemá, nutné mít v klubu.

3. BERLE (POVINNÉ VYBAVENÍ)

- Berle jsou k dispozici na ošetřovně, na vyžádání ze skladu apod.
- Vhodné mít několik párů, při zranění dolních končetin tak zvládne zraněný hráč transport do nemocnice
- Doporučujeme francouzské hole nebo ev. kovové podpažní berle – jsou snadno nastavitelné

Příklad:

https://www.dmapraha.cz/220-ck_z28033/#

Berle má každý doma, udělejte sbírku v klubu, případně požádejte zdravotní komisi.

4. AED DEFIBRILÁTOR (NEPOVINNÉ, DOPORUČENÉ)

- Defibrilátor je lékařský přístroj používaný k defibrilaci při kardiopulmonální resuscitaci, schopný elektrickým výbojem obnovit správnou činnost srdce
- Doporučuje se na místa se zvýšeným výskytem osob (sportoviště)
- Klub AED nemusí vlastnit, ale je vyžadován jako nutné vybavení zdravotnické služby na zápasy (sanita, zdravotnický záchranář)

Ty kluby, které již AED vlastní, dodržují tyto pokyny:

Povinnosti vyplývající z vlastnictví automatického defibrilátoru AED:

1. Přístroj je uložen na dostupném viditelném místě, v případě stálého dozoru není nutná zabezpečená skříňka
2. Místo je viditelně označené nálepkou AED
3. Majitel/provozovatel pravidelně kontroluje stav přístroje a elektrod (1x týdně stav baterií zapnutím přístroje). Po každém použití přístroje doplnit elektrody
4. Majitel/provozovatel je povinen zajistit proškolení osob o používání a o poskytnutí laické první pomoci
5. Použití přístroje je v souladu s manuálem vydaný prodávající firmou a ta by měla také provést krátké zaškolení po zakoupení

5. OŠETŘOVNA

- Ošetřovna je místnost, prostor, kde lze ošetřit zraněného a je dostupná při trénincích, zápasech
- Je zde k dispozici lékárna a jiné potřebné věci – lehátko, umyvadlo, ručník, deka
- V případě potřeby lze využít ošetřovnu pro případ Antidopingové kontroly

6. EVIDENCE ÚRAZŮ

- Sportovní klub by měl vést evidenci o úrazech dle platné legislativy
- Záznam úrazu se eviduje v Knize úrazů
- Např.: <https://www.sevt.cz/produkt/kniha-urazu-30501500/?CategoryExternalID=2812>

7. OSTATNÍ

- Kluby by měli zajistit možnost dostupnosti chlazení formou ledu (ledové kostky) nebo chladivých gelových sáčků
- Klub určí odpovědnou osobu za zdravotní péči a vybavení
- Je vhodné zpracovat **Plán pro nouzové situace** = řešení zdravotních problémů, řešení při požáru a jiných katastrofách (označené únikové cesty, příjezdová cesta pro sanity a IZS, telefonní čísla IZS, nejbližší nemocnice, kontakt na spolupracující zdravotníky)
- Plán pro nouzové situace by měl být dostupný pro všechny (viditelný na recepci, baru, v klubovně...)

Vydala Zdravotní komise ČSRU
verze 1/2025