

První pomoc

24. 1. 2014 – školní posilovna



1. Šok

...Hlavně nepanikařit...

- Zásada 5ti T!
- Ticho.
- Teplo.
- Tišení bolesti.
- Tekutiny. (nepodávat, např. mokrý kapesník)
- Transport.
- (tlapy hore).
- **Šok vzniká v důsledku ztráty krve!!**

2. Mdloba (akutní stresová situace)

- Zprvu vypadá velmi *dramaticky*, ale...
- Nedostatečné okysličení mozku – mdloba.
- 1. pomoc:
 - čerstvý vzduch.
 - zvednout nohy.



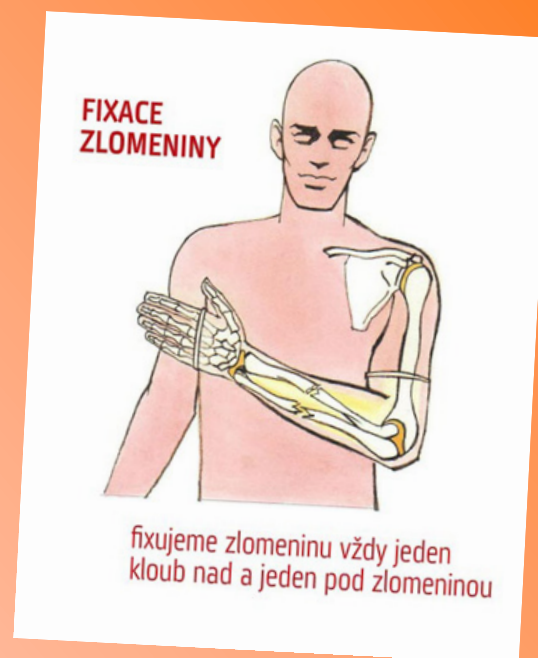
3. Stabilizovaná poloha

- Se zraněným je potřeba pohybovat co nejopatrněji.
- Jestliže má zraněnou páteř, nehýbat!
- Skvělý úkaz stabilizované polohy:



4. Zlomenina ruky

- Zlomenou končetinu je potřeba zafixovat.
- Fixace musí být:
- Pevná.
- Pohodlná.
- Přes 2 klouby.



5. Cukrovkový záchvat

- Hyperglykémie (hodně cukru).
- Hypoglykémie (málo cukru).
- V obou případech okamžitě podat cukr!

6. Krvácení

- Pokud pacient krvácí z ruky...
- Krvácení zastavíme tak, že:
 - > přitlačíme rukou. (použijeme igelit, rukavice)

Tlakový obvaz:

- Několik vrstev látky, obvázat. (max. 3)
- Neefektivní => stlačit tlakové body.

7. Přenos zraněného

- Vysvětlení pomocí následujících obrázků:







A to je vše!

Byla to velice zajímavá hodina, která nám (snad), dostala něco do hlavy a pokud se nám něco takového (snad ne), stane, tak budeme vědět, jak reagovat a co dělat.

Děkujeme panu řediteli za trpělivost, co v těch 45 minutách s námi měl. 😊