

PRACOVNÍ LIST 2

1) KVÍZ

V následujících otázkách je vždy jedna správná odpověď, vyznač ji.

- 1. Nejdůležitější úkon při kontrole dýchání u osoby, která leží v bezvědomí v poloze na zádech:**
 - a. umístění ruky na pomezí hrudníku a břicha;
 - b. pozorování výdechů zraněného člověka;
 - c. záklon hlavy zraněného.

- 2. Jestliže někdo masivně krvácí z ruky, tak nejlepším způsobem zástavy je:**
 - a. tlak v ráně (např. prsty);
 - b. přiložit škrtidlo;
 - c. ruku amputovat.

- 3. Jedním z typických příznaků mrtvice je:**
 - a. bolest břicha;
 - b. horečka;
 - c. povislá tvář.

- 4. Když se člověk dusí cizím tělesem a kašláni nepomáhá, tak:**
 - a. nedělám vůbec nic;
 - b. dusícího udeřím 5x mezi lopatky;
 - c. dusícího začnu oživovat (provádím resuscitaci).

- 5. Při náhle vzniklé bolesti na hrudi osobě:**
 - a. co nejdříve zavolám zdravotnickou záchrannou službu;
 - b. řeknu, že simuluje a odejdu;
 - c. dám napít a ono se to zlepší.

- 6. Jakým způsobem pomoci osobě, která si popálila dlaň o horký hrnec:**
 - a. dlaň zabalit do utěrky a odvést zraněného k praktickému lékaři;
 - b. do dlaně dát mražený hrášek z mrazáku a zavolat 155;
 - c. dlaň chladit tekoucí vodou a zavolat 155.

- 7. Z hlediska bezpečnosti je nejdůležitější osobou při záchraně:**
 - a. má vlastní osoba;
 - b. zraněná osoba;
 - c. nezraněná přihlížející osoba.

8. Kterou z níže uvedených pomůcek lze použít za improvizovanou ochrannou pomůcku při zástavě masivního krvácení:

- a. vlněné rukavice;
- b. plastová folie na papíry;
- c. látková taška na nákup.

9. U kterého mechanismu úrazu lze předpokládat, že by zraněný mohl mít poraněnou páteř:

- a. při pádu ze stromu z výšky zhruba 2,5 m;
- b. při pádu u chůze po chodníku (zakopnutí o víko kanálu);
- c. při pádu ze židle (o nic se nepraštil).

10. Označte, co u zraněné osoby zjišťuji jako první:

- a. zda je zraněná osoba při vědomí;
- b. zda zraněná osoba dýchá;
- c. zda zraněná osoba krvácí.

2) PŘESMYČKY: Úkony první pomoci

Písmena v následujících dvouslovných spojení úkonů první pomoci, jsou přeházená, rozlušti je.

- a) HLÁVKA LOZNY =
- b) ČTVRTHODÍNA KLASU =
- c) COOL ZMAPOVAT =
- d) MĚCHU VÉDELY =

3) SPOJOVAČKA: Úkon u zranění

Spoj úkon, který je důležitý pro vyřešení daného zranění.

- | | |
|-----------------------|---------------------------------|
| 1) záklon hlavy | a) popálenina |
| 2) chlazení vodou | b) dušení cizím tělesem |
| 3) fixace hlavy | c) masivní krvácení |
| 4) údery mezi lopatky | d) zapadlý jazyk |
| 5) tlak v ráně | e) podezření na poranění páteře |

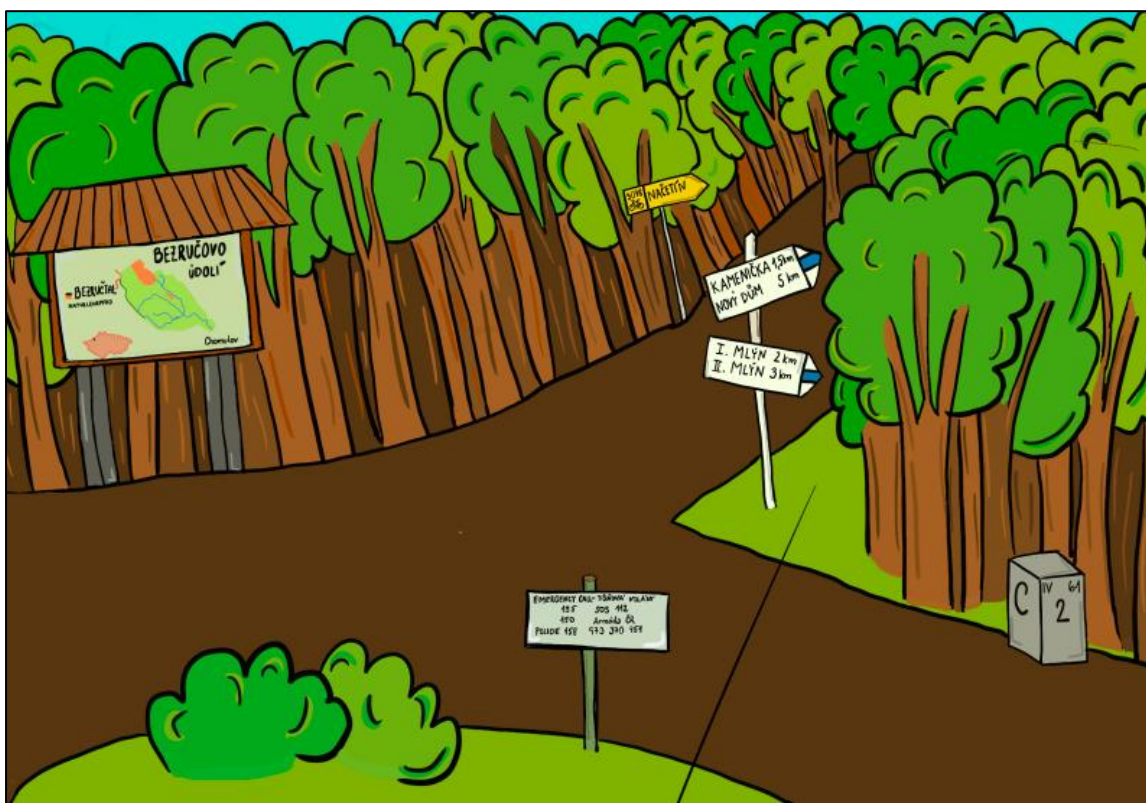
4) MODELOVÁ SITUACE: Popálenina

Napiš, jak bys postupoval v následující situaci.

Jsi u kamaráda na návštěvě. Vzhledem k tomu, že je docela chladno, tak požádáš o hrnek čaje. Kamarád ti ho chtěl připravit, jenže když ti ho nesl, tak zaškobrtl a celý obsah šálku vylil. Bohužel nestihl včas uskočit a horkým čajem si popálil pravé stehno. Jak mu pomůžeš?

5) OBRÁZEK: Příroda

Na obrázku zakroužkuj alespoň 4 různé možnosti, dle kterých lze nahlásit místo, v případě volání zdravotnické záchranné služby.



6) TVRZENÍ: Najdi chybu I

V každé z níže uvedených vět je právě jedna chyba, podtrhni ji a oprav.

- Zapadlý jazyk nejlépe vyřešíme tak, že jej prsty vytáhneme.
- Když u sebe nemáme rukavice, můžeme jako ochranu použít jakýkoliv textil (např. tričko).
- Správná frekvence u resuscitace dospělé osoby je 60 stlačení hrudníku za minutu.
- Kontrolu dechu provádíme půl minuty.
- Jako první informaci nahlásíme zdravotnické záchranné službě popis zranění.
- Jedinou možností, jak zastavit masivní krvácení, je použití tlakového obvazu.

7) SEŘAZOVAČKA: Kontrola vědomí a dýchání + resuscitace

Pomáhal/a jsi osobě v bezvědomí, která nedýchala. Seřaď následující úkony kontroly vědomí, dýchání a resuscitace tak, jak jdou správně za sebou (ke každému písmenu přiřaď číslo od 1 do 8).

- A) Zavolal/a jsi zdravotnickou záchrannou službu.
..... B) Vyzkoušel/a jsi podněty – tleskání a zatřesení rameny.
..... C) Po dobu 10 vteřin jsi kontroloval/a dýchání zraněného.
..... D) Rozhlédl/a ses a na zemi uviděl/a ležícího člověka.
..... E) Zraněnému jsi zaklonil/a hlavu.
..... F) Protože se zraněný nenadechl ani jednou, začal/a jsi s resuscitací (oživováním)
..... G) Pořádně jsi ho oslovil/a.

8) VÍCESMĚRKA: Pětisměrka s tajenkou

V pětisměrce (←→↑↓↘) najdi 10 slov, které mají nebo mohou mít spojitost s masivním krvácením. Ze zbývajících písmen sestav tajenku a odpověz na ni.

E	C	I	V	A	K	U	R	T	V
Ě	N	Á	R	V	K	A	L	T	Y
Ř	I	B	A	N	P	E	T	H	K
L	O	A	E	V	N	Í	Ž	I	R
V	O	B	A	Z	T	O	H	R	V
B	E	Z	V	Ě	D	O	M	Í	Á
O	Ž	U	É	A	J	E	Í	C	C
Í	S	T	C	A	Z	V	Š	Y	E
Š	K	R	T	I	D	L	O	Í	T
Z	Á	C	H	R	A	N	K	A	?

Nalezená slova:

9) DOPLŇOVAČKA

Do jednotlivých políček doplň slova z nabídky, z písmen v barevných políčkách vyluští tajenku (pozn. písmeno CH se píše do jednoho políčka).

Slova: bezpečnost, defibrilace, dispečer, dýchání, krvácení, obvaz, rameno, resuscitace, stlačování, škrtidlo, tep, tleskat, záklon

Tajenka: „Pomůcka k ochraně vlastního zdraví: _____.“

