

Vzdělávací materiál projektu Zlepšení podmínek výuky v ZŠ Sloup

Název vzdělávacího materiálu	První pomoc
Anotace	Pracovní listy k procvičování první pomoci. Pracovní list se vytiskne a žákům předloží k doplnění.
Autor	Mgr. Dita Látalová
Vzdělávací oblast	Člověk a zdraví, Člověk a příroda
Očekávaný výstup	Žák se naučí první pomoc.
Ročník	5. – 9.



PRVNÍ POMOC

1. Napiš kam se dovoláš z těchto telefonních čísel?

150.....
155.....
158.....
156.....
112.....

2. Jaký je poměr stlačení hrudníku a dechů z úst do úst?

.....

3. Napiš jaká je rozdíl mezi těmito dvěma krváceními:

TEPENNÉ KRVÁCENÍ.....
.....
ŽILNÍ KRVÁCENÍ.....
.....

4. Popiš postup při poskytování umělého dýchání z úst do úst:

.....
.....
.....
.....
.....

5. Popiš co je to STABILIZOVANÁ POLOHA a jak vypadá?

.....
.....
.....
.....
.....

6. Napiš co to jsou TLAKOVÉ BODY a kde se na těle nacházejí:

.....
.....
.....
.....
.....

7. Šok může být způsoben velkou ztrátou krve nebo těžkými popáleninami. Vyžaduje rychlý zásah, neboť může vést k bezvědomí. Vypiš příznaky šoku:

-.....

-
-
-
-

8. Šoku můžeme předejít, pokud dodržíme 5 pravidel, tzv. 5 T. Vypiš je a stručně vysvětli:

- T _ _ _ _ -
- T _ _ _ _ -
- T _ _ _ _ B _ _ _ _ -
- T _ _ _ _ -
- T _ _ _ _ -

ŘEŠENÍ:

1. Napiš kam se dovoláš z těchto telefonních čísel?

- 150 HASIČI
- 155 ZÁCHRANNÁ SLUŽBA
- 158 POLICIE ČR
- 156 MĚSTSKÁ POLICIE
- 112 INTEGROVANÝ DISPEČINK VŠECH SLOŽEK ZÁCHRANÉHO SYSTÉMU

2. Jaký je poměr stlačení hrudníku a dechů z úst do úst?

30 : 2

3. Napiš jaká je rozdíl mezi těmito dvěma krváceními:

TEPENNÉ KRVÁCENÍ Z RÁNY VYSTŘIKUJE V RYTMU SRDEČNÍ ČINNOSTI, BARVA KRVE JE JASNĚ ČERVENÁ
ŽILNÍ KRVÁCENÍ Z RÁNY KREV VOLNĚ VYTÉKÁ, BARVA JE SPÍŠE TMAVĚ ČERVENÁ

4. Popiš postup při poskytování umělého dýchání z úst do úst:

NEJDŘÍVE MUSÍME ZJISTIT, ZDA POSTIŽENÝ DÝCHÁ, POKUD NE, TAK ZAKLONÍME HLAVU A PŘEDSUNEME DOLNÍ ČELIST, STISKNEME NOS A DVAKRÁT ZA SEBOU VDECHNEME VZDUCH DO PLIC POSTIŽENÉHO. ZJISTÍME SRDEČNÍ ČINNOST NA KRKAVICI A POKUD TEP CÍTÍME, POKRAČUJEME POUZE V UMĚLÉM DÝCHÁNÍ Z ÚST DO ÚST.

5. Popiš co je to STABILIZOVANÁ POLOHA a jak vypadá?

- TATO POLOHA SE POUŽÍVÁ U ČLOVĚKA V BEZVĚDOMÍ, ALE MUSÍ BÝT U NĚHO ZACHOVÁNY VŠECHNY ŽIVOTNÍ FUNKCE (DÝCHÁNÍ A SRDEČNÍ ČINNOST)
- JE TO POLOHA NA BOKU SE ZÁKLONEM HLAVY, POKRČENOU DK, KTERÁ JE NAHOŘE

6. Napiš co to jsou TLAKOVÉ BODY a kde se na těle nacházejí:

- JEJICH STLAČENÍM ZJISTÍME TEP, NEBO JE MOŽNÉ ZASTAVIT TEPENNÉ KRVÁCENÍ
- NA TĚLE SE NACHÁZEJÍ TAM, KDE JE TEPNA BLÍZKO POVRCHU TĚLA (NA SPÁNKU, NA KRKAVICI, NA PAŽI, V TRÍSLECH, NA ZÁPĚSTÍ...)

7. Šok může být způsoben velkou ztrátou krve nebo těžkými popáleninami. Vyžaduje rychlý zásah, neboť může vést k bezvědomí. Vypiš příznaky šoku:

- CHLADNÁ POKOŽKA, BLEDEST, MDLOBY, RYCHLÝ TEP, CELKOVÁ SLABOST

8. Šoku můžeme předejít, pokud dodržíme 5 pravidel, tzv. 5 T. Vypiš je a stručně vysvětlí:

- T EPLO – snažit se udržet postiženého v teple
- T ICHO – udržet kolem postiženého klid
- T IŠENÍ BOLESTI – uklidnit postiženého co nejvíce, ale nepodávat žádný lék
- T EKUTINY – jenom ovlažit rty, nedávat napít
- T RANSPORT – co nejrychleji postiženého dopravit do nemocnice