



PRAKTICKÝ LIST STUDENTA

Předmět: První pomoc (zima 2021)

Jméno: FYPP1111

Obor: FYPP1111

List číslo: 2

Úkol:

Cílem této výuky je naučit se základní pravidla první pomoci u nejběžnějších zdravotních a život ohrožujících stavů. Opět z pohledu první pomoci „v první linii“. Stavby, které považuji za důležité jsem níže vybral. Ke každému stavu máte odkaz na video, které shlédnete. Videá jsou velmi jednoduchá, přesně tak, jako má být jednoduchá první pomoc. Z celé řady nabízených videí, jsem vybral ta, která nejlépe odpovídají mému pohledu.

Pokud přiložené odkazy nebudou fungovat na kliknutí myši, překopírujte si je a vložte je přímo do vyhledávače. Udělal jsem kontrolu a všechny odkazy mi funguje.

Dopravní nehody, pády a ostatní traumata

Prioritu má vždy bezpečnost záchránce. Zřetelně označit místo nehody a zajistit bezpečnost zraněného i záchránce. Cílem první pomoci je zejména zástava tepenného krvácení a obnovení anebo udržení průchodnosti dýchacích cest. Pokud to není nutné, při dostatečném spontánním dýchání s postiženým nehýbat. V případě potřeby manipulace s pacientem vždy šetrně s manuální imobilizací hlavy vůči tělu. Pokud možno zajistit tepelný komfort (např. přikrývkou). Dislokované zlomeniny nenapravovat.

<https://www.youtube.com/watch?v=o5Qy0JSqESc>

Poranění hlavy

<https://www.youtube.com/watch?v=IIJVPQSRwA&list=PLVtgejLhxaE0BEe4kKfdGsUwo7aOZN8I>

Poranění páteře

<https://www.youtube.com/watch?v=Fuimr3JPt0&list=PLVtgejLhxaE0BEe4kKfdGsUwo7aOZN8I&index=11>

Popáleniny

Přerušení působení tepla (odstranění nasáklého či uhašení hořícího oděvu). Opakované lokální chlazení postiženého místa studenou vodou (alespoň 10 minut). Rozsáhlé popáleniny trupu a stehen ochladit pouze jednorázově, zejména u dětí. Odstranit hodinky, prstýnky a jiné ozdoby (pokud lze v dané situaci provést).

<https://www.youtube.com/watch?v=UaW1SgoOGbk>

<https://www.youtube.com/watch?v=bP8mlRbPWfg&list=PLVtgejLhjxaE0BEe4kKfdGsUwo7aOZN8I&index=17>

Poleptání, zasažení chemikálií

Prioritou je bezpečnost záchránce i poraněného. Podle povahy látky mechanicky očistit nebo opláchnout proudem vody.

Alergická reakce - anafylaxe

Aplikace adrenalinu autoinjektorem (EpiPen) v dávce 0,3 mg i.m. (0,15 mg i.m. u dětí), pokud jej má postižený pro tuto situaci k dispozici. Dávku lze opakovat za 5-15 minut při přetrvávání závažných příznaků. Při všech alergických reakcích podání běžně dostupného antihistaminika, pokud není přítomna porucha vědomí.

<https://www.youtube.com/watch?v=LjGLjZSQg6c&feature=youtu.be>

Hypoglykémie

Podání sladkého nápoje nebo potravin (15-20 g glukózy) p.o., pokud není přítomná porucha vědomí (je schopen se sám napít či najíst).

<https://www.youtube.com/watch?v=phpIBGnVDgA&list=PLVtgejLhjxaE0BEe4kKfdGsUwo7aOZN8I&index=19>

Záchvat křečí

Odstranit z okolí nebezpečné předměty, chránit hlavu. Po odeznění křečí postup jako při bezvědomí se zachovalým dýcháním, důraz zejména na důslednou kontrolu dýchání. Při pochybnostech o kvalitě dýchání TANR.

<https://www.youtube.com/watch?v=W3UKaJ1EDBI>

Podezření na akutní infarkt myokardu

Zklidnění, posazení, zabránit jakémoliv námaze. Zvážit podání kyseliny acetylsalicylové v dávce 150-300 mg tbl p.o.

<https://www.youtube.com/watch?v=x4SEpPRFBnl>

<https://www.youtube.com/watch?v=0qlZ1x9COW4>

Centrální mozková příhoda

<https://www.youtube.com/watch?v=hL6FG2YfT5o&list=PLVtgejLhjxaH714WpKGiRKycxfYt0U9j0&index=23>

Dušnost

Ortopnoická poloha. Pomoc s aplikací inhalační medikace, pokud ji má postižený pro tuto situaci k dispozici.

<https://www.youtube.com/watch?v=zWvkptqEXyA&list=PLVtgejLhjxaH714WpKGiRKycxfYt0U9j0&index=24>

Intoxikace (otravy)

Prioritou je bezpečnost záchránce i poraněného. Pokud nejsou narušeny vitální funkce, podle povahy látky a cesty vstupu do organismu vyvolat nebo zabránit zvracení, podat tekutiny, opustit prostor apod. Při poruše vědomí postup jako při bezvědomí se zachovalým dýcháním, event. TANR.

https://www.youtube.com/watch?v=NewL_NOoPgc

Doporučení:

Přečíst si z publikace „*První pomoc pro školy*“ kapitolu „4. *Praktická část*“. Už samozřejmě nebudete číst podkapitoly, které jste četli v rámci minulého zadání.