

Obsah příručky

Úvod	3
Pokyny pro orientaci v textu	3
1. Základy stavby a funkce lidského těla	
1.1. Stavba a funkce lidského těla	4
1.2. Pohybová soustava	5
1.3. Krev a krevní oběh	7
1.4. Trávicí soustava	9
1.5. Dýchací soustava	10
1.6. Vylučovací soustava	11
1.7. Kožní soustava	11
1.8. Pohlavní (rozmnožovací) soustava	11
1.9. Soustava smyslů	12
1.10. Nervová soustava	12
1.11. Látkové řízení organismu	13
2. První pomoc - teoretická část	
2.1. Druhy zdravotnické první pomoci	14
2.1.1. První pomoc	14
2.1.2. První lékařská pomoc	14
2.1.3. Odborná lékařská pomoc	14
2.1.4. Specializovaná lékařská pomoc	14
2.1.5. Technická první pomoc	14
2.1.6. Transport raněného	14
2.2. Základní druhy zdravotnického třídění	15
2.3. Prevence úrazů	16
2.3.1. Při sportovní a zájmové činnosti, v dopravě a v terénu	16
2.3.2. Vazba na věkové zvláštnosti dětí	17
2.4. Poskytování první pomoci	17
2.4.1. Prvořadé zdravotnické úkony	17
2.4.2. Úraz elektrickým proudem	21
2.4.3. Dušení a tonutí	22
2.4.4. Bezvědomí	23
2.4.5. Křečové stavy a intoxikace	24
2.4.6. Poranění vnitřních orgánů, mozkolebeční poranění, poranění hrudníku a břicha	27
2.4.7. Poranění pohybového ústrojí	28
2.4.8. Náhlé bolesti hrudníku a břicha	31
2.4.9. Alergie, alergické reakce	34
2.4.10. Rány, poškození teplem a chladem, poleptání	35
2.4.11. Šok	38
2.4.12. Poranění způsobená zvířaty	39
3. První pomoc - praktická část	
3.1. Nácvik kardiopulmonální resuscitace na resuscitačním fantomu	41
3.2. Práce s obvazovými materiály podle druhu materiálu	41
3.2.1. Obvazy šátkové, tlakové, poloprodyšné, znehybňující	41
3.2.2. Nácvik obvazové techniky za použití klasických materiálů a improvizace	42
3.3. Manipulace, polohování a transport	42
3.3.1. Polohování raněných podle charakteru poranění včetně nácviku příslušných postupů	42
3.3.2. Nácvik manipulace raněného jedním a více záchránci	43
3.3.3. Způsoby naložení raněných na různé druhy transportních prostředků	43
3.3.4. Způsoby vyšetřování	43
3.3.5. Zásady zdravotnického transportu	44
4. Péče o nemocné	
4.1. Zdravotnická etika, přístup k nemocnému	45

4.2. Základy psychologie nemocného	45
4.3. Sledování životních funkcí a zdravotního stavu pacienta	46
4.3.1. Sledování vědomí	46
4.3.2. Sledování dýchání	47
4.3.3. Sledování tělesné teploty	47
4.3.4. Sledování krevního tlaku	48
4.4. Úprava lůžka, péče o nemocného na lůžku	49
4.5. Podávání léků, aplikace tepla, chladu, výplachy	49
4.6. Stravování nemocného	50
4.7. Zásady ošetřování nemocných při hromadném výskytu infekčních onemocnění	50
4.8. Vliv prostředí na pacienta	51
5. Základy zdravotnické dokumentace	
5.1. Evidence bezinfekčnosti	52
5.2. Evidence lékařských potvrzení	52
5.3. Evidence zdravotních průkazů osob činných na zotavovací akci	53
5.4. Vedení zdravotnického deníku	53
5.5. Práce se zdravotním a očkovacím průkazem (po jeho zavedení)	53
5.6. Záznam o úrazu a ošetření	54
6. Práva a povinnosti zdravotníků zotavovacích akcí	
6.1. Činnost zdravotníků před odjezdem na tábor	55
6.2. Činnost při odjezdu	55
6.3. Činnost při příjezdu	56
6.4. Zdravotní filtr	56
6.5. Vybavení ošetřovny	56
6.6. Izolace	56
6.7. Spolupráce s patronátním lékařem	56
6.8. Povinnosti zdravotníka při zotavovací akci	57
6.9. Povinnosti zdravotníka po ukončení akce	57
7. Hygiena a epidemiologie	
7.1. Osobní hygiena, denní režim, vztah organismu a prostředí	58
7.2. Hygiena životního prostředí	59
7.3. Odstraňování odpadních látek	59
7.4. Hygiena společného stravování	60
7.5. Infekční onemocnění a prevence šíření nákazy	61
7.5.1. Zásady boje s infekčními chorobami	62
7.5.2. Nejčastější nákazy	62
8. Základy zdravotnické farmakologie	
8.1. Způsoby označování léčiv	69
8.2. Základní popis obvazového materiálu	70
8.3. Základní popis jednotlivých lékových forem	70
8.4. Dezinfekční přípravky pro dezinfekci ran	70
8.5. Léky snižující teplotu a tišící bolest (antipyretika, analgetika)	71
8.6. Detoxikační přípravky (černé uhlí)	71
8.7. Antibiotika a střešní dezinficiens	71
8.8. Masti a gely	71
8.9. Zásypy	72
8.10. Roztoky a kapky	72
8.11. Vybavení lékáren	72
Zkušební otázky	74
Vysvětlení zkratk v textu	79
Použitá literatura	79
Poznámky	80