

Obsah

Úvodem	9
Seznam použitých zkratek	10
1 Úvod do první pomoci	11
2 Základní vybavení lékárničky	15
3 Obecné zásady poskytování první pomoci	17
3.1 Orientace v místě nehody	17
3.2 Určení druhu a rozsahu poranění	20
3.3 Třídění zraněných	23
4 Polohování a transportování poraněného	24
4.1 Polohování	24
4.2 Odsun a transport zraněných	27
5 Neodkladná resuscitace	33
5.1 Základní neodkladná resuscitace – „pravidlo ABC“	35
5.2 Rozšířená neodkladná resuscitace	41
5.3 Neodkladná resuscitace u dětí	46
6 Bezvědomí	50
7 Šok	53
8 Krvácení	56
8.1 Zevní krvácení	57
8.2 Vnitřní krvácení	63
8.3 Krvácení z tělních otvorů	65
9 Rány	70
10 Poranění hlavy a CNS	75
10.1 Poranění obličeje a měkkých tkání hlavy	75
10.2 KranIOCerebrální poranění	77
11 Poranění páteře a míchy	81

12 Poranění hrudníku	85
12.1 Krytá poranění hrudníku	85
12.2 Otevřená poranění hrudníku	87
13 Poranění břicha	90
13.1 Otevřená poranění břicha	90
13.2 Krytá poranění břicha	91
14 Poranění pohybového aparátu	93
14.1 Poranění kostí	93
14.2 Poranění kloubů	101
15 Polytrauma	103
15.1 Polytrauma	103
15.2 Crush syndrom	105
16 Blast syndrom	107
17 Termické úrazy	109
17.1 Úraz teplem	109
17.2 Úraz chladem	114
18 Chemická poškození	116
19 Akutní intoxikace	119
19.1 Otrava oxidem uhelnatým (CO)	120
19.2 Otrava alkoholem	121
19.3 Otrava etylenglykolem	121
19.4 Otrava léky	122
19.5 Otrava houbami	123
20 Specifické úrazy	124
20.1 Elektrotrauma	124
20.2 Tonutí	126
20.3 Oběšení	127
21 Náhlé stavy	128
21.1 Náhlé srdeční příhody – angina pectoris (AP), akutní infarkt myokardu (AIM)	128
21.2 Náhlá dušnost	129
21.3 Mdloba (vazomotorický kolaps)	130
21.4 Křečové stavy	131
21.5 Náhlé stavy při onemocnění diabetes mellitus (DM)	132
21.6 Náhlé příhody břišní (NPB)	134

21.7 Psychické poruchy	135
22 Akutní stavy v gynekologii a překotný porod	137
22.1 Akutní stavy v gynekologii a porodnictví	137
22.2 Překotný porod mimo ústav	139
23 První pomoc při mimořádných událostech	142
23.1 Mimořádná situace a událost	142
23.2 Radioaktivní, chemické a biologicky nebezpečné látky . .	143
23.3 Signalizace úniku nebezpečné látky	146
Můj slovník cizích slov	149
Poznatky z exkurze	150
Seznam použité literatury	151
Rejstřík	152