

OBSAH

ÚVOD.....	6
1 ZÁKLADNÍ DRUHY PRVNÍ POMOCI	7
1.1 Druhy první pomoci.....	7
1.2 Postup při poskytování základní první pomoci	8
1.3 Pravidla první pomoci	10
1.4 Bezpečnost při poskytování první pomoci	11
2 INTEGROVANÝ ZÁCHRANNÝ SYSTÉM – 112	12
3 ZÁSTAVA DÝCHÁNÍ A SRDEČNÍ ČINNOSTI.....	14
3.1 Příznaky zástavy dechu.....	15
3.2 Postup při prvotním vyšetření	15
4 KARDIOPULMONÁLNÍ RESUSCITACE – KPR.....	17
4.1 Metodika nepřímé srdeční masáže	17
4.2 Metodika dýchání z plic do plic	18
4.3 Kompletní laická KPR.....	19
4.4 Resuscitace se vůbec nezahajuje.....	20
5 DUŠNOST.....	21
5.1 Příznaky.....	21
5.2 První pomoc.....	21
5.3 Nejčastější příčiny dušnosti.....	22
6 ŠOKOVÉ STAVY	25
6.1 Příznaky šoku	26
6.2 Stadia šoku	26
6.3 První pomoc.....	26
7 KRVÁCENÍ	28
7.1 Celkové příznaky krvácení	28
7.2 Zevní krvácení.....	29
7.3 Vnitřní krvácení.....	30
7.4 Krvácení z tělesných otvorů	31
8 TEPELNÁ POŠKOZENÍ ORGANISMU.....	33
8.1 Popáleniny	33
8.2 Omrzliny	37
8.3 Celkové přehřátí.....	38
8.4 Celkové podchlazení	40

9	ÚRAZY KOSTÍ A KLOUBŮ	41
9.1	Zlomeniny kostí	41
9.2	Kontuze (zhmoždění) kloubu	45
9.3	Distorze (vymknutí) kloubu	46
9.4	Luxace (vykloubení) kloubu	46
10	POLYTRAUMA	47
11	PORANĚNÍ LEBKY A MOZKU	49
11.1	Poranění měkkých částí hlavy	49
11.2	Zlomeniny lebečních kostí	49
11.3	Otřes mozku (commotio cerebri)	49
11.4	Zhmoždění mozku (contusio cerebri)	50
11.5	Stlačení mozku (compressio cerebri)	50
11.6	Nitrolební krvácení	51
11.7	Závrať (vertigo)	51
12	PORANĚNÍ PÁTEŘE A MÍCHY	53
13	PORANĚNÍ HRUDNÍKU A PLIC	55
14	PORANĚNÍ BŘICHA A NITROBŘIŠNÍCH ORGÁNŮ	58
14.1	Poranění břicha	58
14.2	Spolknutí cizího tělesa	58
14.3	Zvracení	59
14.4	Zácpa	59
14.5	Průjem	59
14.6	Kolika	60
15	AKUTNÍ OTRAVY (INTOXIKACE)	61
16	TONUTÍ	69
17	PORANĚNÍ OKA	71
18	RÁNY	72
18.1	Druhy ran	72
18.2	Infekce ran	73
18.3	První ošetření ran	74
18.4	Klíště	78
18.5	Zvířecí pokousání	78
18.6	Uštknutí hadem	79
19	VYBRANÉ NALÉHAVÉ STAVY	81

19.1	Mdloba (kolaps, synkopa).....	81
19.2	Bolest na hrudi.....	82
19.3	Náhlá dušnost.....	83
19.4	Cévní mozková příhoda (Iktus).....	83
19.5	Křečové stavy.....	84
19.6	Dětské febrilní křeče.....	84
19.7	Hypoglykémie.....	85
19.8	Závažné psychické poruchy.....	85
20	CIZÍ TĚLESA.....	86
21	PŘEKOTNÝ POROD A JINÉ NÁHLÉ GYNEKOLOGICKÉ STAVY.....	87
21.1	Překotný porod.....	87
21.2	Zevní gynekologické krvácení.....	89
21.3	Vnitřní krvácení do dutiny břišní.....	89
21.4	Těhotenské křeče.....	89
22	SPORTOVNÍ ÚRAZY.....	90
23	NEJČASTĚJŠÍ CESTOVATELSKÉ AKUTNÍ ZDRAVOTNÍ OBTÍŽE.....	96
24	AKUTNÍ STAVY V PEDIATRII.....	100
25	PRVNÍ POMOC PO ZÁSAHU PROSTŘEDKEM HROMADNÉHO NAPADENÍ.....	104
26	POLOHOVÁNÍ.....	107
27	OBVAZOVÁ TECHNIKA.....	110
28	VYBAVENÍ LÉKÁRNIČKY.....	114
29	ODSUN A TRANSPORT POSTIŽENÉHO.....	116
30	PORUCHY VĚDOMÍ.....	119
	POUŽITÁ LITERATURA.....	122