

| | |
|---|----|
| Úvod | 2 |
| Minislovníček vybraných pojmů první pomoci | 2 |
| Jak funguje záchranná služba v České republice | 3 |
| Kdy a jak volat záchrannou službu | 3 |
| Než záchranka dorazí | 5 |
| Aplikace „ZÁCHRANKA“ | 6 |
| Kdy nevolat záchrannou službu..... | 7 |
| Poloha postiženého..... | 8 |
| Jak se pozná kritické onemocnění (úraz)?..... | 8 |
| Základní schéma postupu při náhlém vzniku kritického stavu..... | 9 |
| Zhodnocení stavu postiženého | 9 |
| První pomoc u život ohrožujících stavů..... | 11 |
| Další náhle vzniklé závažné stavy neúrazového původu | 14 |
| Tepelná poranění | 27 |
| Otravy a poleptání | 29 |
| Události s velkým počtem postižených | 30 |
| První pomoc a právo | 31 |
| Obecně oblíbené omyly o první pomoci a záchranné službě..... | 33 |
| Stručné poznámky k první pomoci u domácích mazlíčků | 37 |
| Opakování na závěr: První pomoc v kostce aneb něco se stalo – co teď? | 38 |
| Vybrané pomůcky pro laickou první pomoc | 40 |
| Mikrolékárnička do kabelky nebo do kapsy pro každodenní použití | 41 |
| Doporučené základní vybavení lékárničky pro hromadné akce..... | 41 |
| Využití a omezení domácích zdravotnických přístrojů | 42 |