

OBSAH

- 6 Jak používat tuto knihu
8 Principy první pomoci

ČÁST PRVNÍ

9 ZÁKLADNÍ TECHNIKY

- 10 Setkání s náhlou příhodou
12 Především bezpečnost první pomoci
14 Priority pro postiženého
16 Rozeznání problému
18 Manipulace s postiženým
20 Lékárnička první pomoci
22 Prevence nehod

ČÁST DRUHÁ

26 NEJZÁVAŽNĚJŠÍ NÁHLÉ PŘÍHODY

- 28 Principy resuscitace
30 Dýchání z úst do úst
32 Resuscitace dospělého
36 Resuscitace dítěte
38 Resuscitace nemluvněte
40 Stabilizovaná poloha na boku
44 Zastavení prudkého krvácení
46 Dušení
48 Oběšení nebo škrcení
49 Dušení z vnější příčiny
50 Tonutí
51 Vdechnutí (inhalace) plynů
52 Vdechnutí (inhalace) kouře
53 Těžký astmatický záchvat
54 Srdeční záchvat
56 Šok
58 Mdloba
59 Křeče (křeče nebo záškuby, epileptický záchvat)

- 60 Febrilní křeče (křeče při horečce)
61 Otřes mozku
62 Bezvědomí
64 Podezření na mozkovou příhodu (mrtvici)

ČÁST TŘETÍ

65 KRVÁCENÍ A RÁNY

- 66 Cizí těleso v ráně
68 Cizí těleso v oku
69 Cizí těleso v uchu
70 Otevřená rána na hlavě
72 Krvácení z nosu
73 Rána na oku nebo v jeho blízkosti
74 Rána na rtu
75 Zlomený nebo vyražený zub
76 Rána ve dlaní
77 Rána na prstě
78 Pronikající poranění hrudníku
80 Poranění břicha
81 Rána na koleně
82 Krvácení z křečových žil
84 Amputovaná část těla
86 Bodná rána nožem
88 Střelná rána
90 Střelné poranění brokovnicí

ČÁST ČTVRTÁ

91 ZLOMENINY A VYKLOUBENÍ

- 92 Principy léčby
93 Zlomeniny lebky
94 Podezření na poranění páteře

- 96 Podezření na poranění krční páteře
98 Poranění způsobené pohmožděním tkání (syndrom ze zasypání)
99 Zlomeniny žeber
100 Zlomeniny nosu nebo lícni kosti
101 Zlomeniny čelisti
102 Zlomeniny klíční kosti
104 Zlomeniny pažní kosti
106 Poranění lokte
108 Poranění zápěstí
109 Poranění prstu
110 Poranění kotníku
112 Poranění kolena
114 Otevřené zlomeniny
116 Zlomeniny stehenní kosti nebo kyčle

ČÁST PÁTÁ

119 TEPLŮ, CHLAD A ELEKTRICKÝ PROUD

- 120 Jak ošetřit popáleninami
121 Hořící oděv
122 Puchýře
123 Opaření („vlhké“ popáleniny)
124 Popálení úst
125 Chemikálie v oku
126 Úrazy elektrickým proudem
127 Popálení elektrickým proudem
128 Přehřátí (hypertermie)

- 130 Vyčerpání z horka
131 Podchlazení
132 Omrzliny
134 Popálení sluncem

ČÁST ŠESTÁ

135 POKOUSÁNÍ, UŠTKNUTÍ, JEDY A LÉKY

- 136 Pokousání psem
137 Uštknutí hadem
138 Požehání kopřivami
139 Štípnutí včelou a vosou
140 Požehání medúzou
141 Popíchání mořským ježkem
142 Požití chemikálií
143 Otrava rostlinami nebo bobulemi
144 Předávkování léků
145 Zneužití rozpouštědel
146 Naléhavé stavy při cukrovce

ČÁST SEDMÁ

147 OSTATNÍ PŘÍHODY

- 148 Pohmožděné (přiražené) prsty
149 Svalové křeče
150 Třísky
151 Úrazy vteřinovými lepidly
152 Drobná podvrtnutí a namožení
154 Neočekávaný porod

158 REJSTRÍK
