

# Obsah

<b>I. Úvodem .....</b>	<b>3</b>
1. O publikaci První pomoc pro školy .....	4
2. Vývoj první pomoci v historickém kontextu .....	6
<b>II. O lidském těle .....</b>	<b>9</b>
1. Lidské tělo.....	10
2. Základy stavby těla.....	14
3. Základní životní funkce .....	18
4. Kostí, klouby, svaly a jejich funkce.....	24
5. Ostatní hlavní orgány a jejich funkce .....	27
<b>III. Systém zajištění neodkladné zdravotnické pomoci v ČR.....</b>	<b>31</b>
1. Systémové zajištění přednemocniční neodkladné péče v ČR.....	32
2. Tísňové linky a tísňové volání .....	40
3. Telefonicky asistovaná první pomoc .....	44
4. Sanitka odjela - co teď?.....	47
5. Letecká záchranná služba.....	48
6. První pomoc z pohledu práva .....	51
7. Sociální problematika úrazů dětí.....	57
8. Co znamená, když se řekne... ..	58
<b>IV. Praktická část .....</b>	<b>61</b>
1. Místo úvodu.....	62
2. Něco se stalo – co teď?.....	63
3. Prvotní vyšetření a kontrola životních funkcí, druhotné vyšetření.....	65
4. Záchranářská Kámasútra aneb užitečné polohy.....	68
5. Kolaps a bezvědomí: příčiny, rizika... a co dál?.....	70
6. Resuscitace I: Bezvědomí s poruchou dýchání – náhlá zástava oběhu, resuscitace.....	73
7. Resuscitace II: Dýchání z plic do plic, použití AED.....	76
8. Bezvědomí s normálním dýcháním .....	79
9. Srdeční záchvat.....	80
10. Problémy s dýcháním, dušení .....	82
11. Ochrnutí (bez spojitosti s úrazem).....	86
12. Alergická reakce .....	87
13. Záchvat křečí.....	89

14. Bolest břicha.....	91
15. Náhlá porucha chování, reakce na stres.....	92
16. Cukrovka, hypoglykemický záchvat.....	94
17. Přehřátí a podchlazení.....	97
18. Další vybrané náhlé neúrazové stavy.....	100
19. Úrazy I. – Mechanizmy úrazů, rizika a prevence.....	102
20. Úrazy II. – Obecný postup u těžkého úrazu a závažného krvácení.....	104
21. Úrazy III. – Specifické postupy u konkrétních typů úrazů.....	109
22. Úrazy IV. – Opaření, popálení, zasažení ohněm.....	118
23. Úrazy V. – První pomoc při úrazu elektrickým proudem.....	120
24. Úrazy VI. – Vyproštění a improvizovaný transport pacienta s úrazem.....	124
25. Intoxikace (otravy), uštknutí a další obdobné příhody.....	127
26. Otrava návykovými látkami – alkoholem a dalšími drogami.....	132
27. Další časté otravy v domácím prostředí.....	136
28. Porod.....	138
29. Ohrožující poruchy jednání a chování.....	140
30. Tonutí a záchrana na vodě.....	142
31. Události s velkým počtem postižených.....	146
32. Nejobvyklejší chyby při poskytování první pomoci.....	148
33. Rozšířené zdravotnické vybavení – autolékárnička, pohotovostní lékárnička.....	153
34. Léky a pomůcky používané pro první pomoc ve specifických stavech.....	158
<b>V. Zotavovací akce.....</b>	<b>161</b>
1. Co je to zotavovací akce.....	162
2. Zdravotnický dozor na zotavovacích akcích.....	163
3. Péče o nemocné.....	166
4. Základy hygieny a epidemiologie.....	169
5. Základy zdravotnické dokumentace.....	176
<b>VI. První pomoc ve škole.....</b>	<b>181</b>
1. První pomoc ve školách dříve a dnes.....	182
2. Povinnost školy zajistit poskytnutí první pomoci.....	186
3. Obsah vzdělávání v první pomoci pro žáky škol.....	197
4. Didaktika první pomoci v kostce.....	202
5. Vzdělávání učitelů v oblasti první pomoci.....	211
6. Role koordinátora – metodika výuky první pomoci.....	214