

# Obsah

<b>Předmluva</b> . . . . .	7
<b>Seznam použitých zkratk</b> . . . . .	8
<b>1 Úvod do první pomoci</b> . . . . .	9
<b>2 Základní vybavení lékárničky</b> . . . . .	11
<b>3 Obecné zásady poskytování první pomoci</b> . . . . .	13
3.1 Orientace v místě nehody . . . . .	14
3.2 Určení druhu a rozsahu poranění . . . . .	15
3.3 Třídění zraněných . . . . .	18
<b>4 Polohování a transportování poraněného</b> . . . . .	19
4.1 Polohování . . . . .	19
4.2 Odsun a transport zraněných . . . . .	23
<b>5 Neodkladná resuscitace</b> . . . . .	28
5.1 Základní neodkladná resuscitace – „pravidlo ABC“ . . . . .	30
5.2 Rozšířená neodkladná resuscitace . . . . .	36
5.3 Neodkladná resuscitace u dětí . . . . .	42
<b>6 Bezvědomí</b> . . . . .	45
<b>7 Šok</b> . . . . .	47
<b>8 Krvácení</b> . . . . .	49
8.1 Zevní krvácení . . . . .	50
8.2 Vnitřní krvácení . . . . .	59
8.3 Krvácení z tělních otvorů . . . . .	61
<b>9 Rány</b> . . . . .	65
<b>10 Poranění hlavy a CNS</b> . . . . .	69
10.1 Poranění obličeje a měkkých tkání hlavy . . . . .	69
10.2 Kraniocerebrální poranění . . . . .	71
<b>11 Poranění páteře a míchy</b> . . . . .	73
<b>12 Poranění hrudníku</b> . . . . .	77
12.1 Krytá poranění hrudníku . . . . .	77
12.2 Otevřená poranění hrudníku . . . . .	79
<b>13 Poranění břicha</b> . . . . .	81
13.1 Otevřená poranění břicha . . . . .	82
13.2 Krytá poranění břicha . . . . .	82
<b>14 Poranění pohybového aparátu</b> . . . . .	83
14.1 Poranění kostí . . . . .	83
14.2 Poranění kloubů . . . . .	91
<b>15 Polytrauma</b> . . . . .	93
15.1 Polytrauma . . . . .	93
15.2 Crush syndrom . . . . .	94

<b>16 Blast syndrom</b>	96
<b>17 Termické úrazy</b>	98
17.1 Úraz teplem	98
17.2 Úraz chladem	101
<b>18 Chemická poškození</b>	103
<b>19 Akutní intoxikace</b>	105
19.1 Otrava oxidem uhelnatým (CO)	106
19.2 Otrava alkoholem	107
19.3 Otrava ethylenglykolem	108
19.4 Otrava léky	108
19.5 Otrava houbami	109
<b>20 Specifické úrazy</b>	110
20.1 Elektrotrauma	110
20.2 Tonutí	112
20.3 Oběšení	112
<b>21 Náhlé stavy</b>	113
21.1 Náhlé srdeční příhody – angina pectoris (AP), akutní infarkt myokardu (AIM)	114
21.2 Náhlá dušnost	114
21.3 Mdloba (vazomotorický kolaps)	115
21.4 Křečové stavy	116
21.5 Náhlé stavy při onemocnění diabetes mellitus (DM)	117
21.6 Náhlé příhody bříšní (NPB)	118
21.7 Psychické poruchy	119
<b>22 Překotný porod a akutní stavy v gynekologii</b>	121
22.1 Akutní stavy v gynekologii a porodnictví	121
22.2 Překotný porod mimo ústav	123
<b>23 První pomoc při mimořádných událostech</b>	125
23.1 Mimořádná situace a událost	126
23.2 Radioaktivní, chemické a biologicky nebezpečné látky	126
23.3 Signalizace úniku nebezpečné látky	129
<b>Můj slovník cizích slov</b>	131
<b>Poznatky z exkurze</b>	133
<b>Seznam použité literatury</b>	136