

Několik rad, než začnete ošetřovat

7

Postup na místě nehody 8

První pomoc při stavech ohrožujících život

13

Krvácení 14

Šok 20

Bezvědomí 23

Zástava dýchání a krevního oběhu,
kardiopulmonální resuscitace (KPR) 28

První pomoc při úrazech

39

Poranění hlavy 40

Poranění páteře a míchy 43

Poranění hrudníku 45

Poranění břicha 48

Poranění pohybové soustavy 50

Rány 58

Tepelná poranění 66

 Přehřátí 66

 Podchlazení 67

 Popáleniny, opařeniny 69

 Omrzliny 71

Úraz elektrickým proudem 73

První pomoc při neúrazových naléhavých stavech

75

Stavy náhlé dušnosti 76

Anafylaktický šok 80

Záchvat křečí 82

Mdloba 84

Naléhavé stavy při cukrovce 86

Bolesti břicha, náhlé příhody břišní 88

Cizí těleso v těle dítěte 90

První pomoc při otravách

95

Doporučený obsah lékárničky pro první pomoc

103

REJSTŘÍK 104