

# OBSAH:

Úvod . . . . .	3
I. <i>Zahradní prohlídky</i> . . . . .	5
Zdravotní záznam . . . . .	10
II. <i>Lékárničky</i> . . . . .	11
táborové . . . . .	11
na výletech . . . . .	14
osobní . . . . .	15
III. <i>Tělověda</i> . . . . .	18
IV. <i>První pomoc při úrazech</i> . . . . .	24
Při krvácení . . . . .	24
Poruchy kostí a kloubů . . . . .	30
podvrtnutí . . . . .	30
vymknutí . . . . .	31
zlomeniny . . . . .	32
Poruchy tepelné . . . . .	34
Mdloby . . . . .	36
Umělé dýchání . . . . .	37
Otravy . . . . .	42
žaludeční . . . . .	42
krve . . . . .	43

Cizí tělesa . . . . .	45
Obvazy . . . . .	46
ruky . . . . .	46
hlavy . . . . .	46
lokte . . . . .	47
ramene . . . . .	47
kolena . . . . .	47
nohy . . . . .	48
kyčle . . . . .	49
závěs na paži . . . . .	50
Spojení rukou pro nosítka . . . . .	51
Nosítka z oděvu a skaut. tyčí . . . . .	51
Nošení bezvědomého . . . . .	52
V. <i>Léčení účinků bojových látek</i> . . . . .	53
VI. <i>Hygiena jednotlivce,</i>	
<i>klubovny, tábora</i> . . . . .	59
jednotlivce . . . . .	59
klubovny . . . . .	63
tábora . . . . .	64
VII. <i>Výživa a stravování</i> . . . . .	68
VIII. <i>Onemocnění v táboře a na</i>	
<i>výletě</i> . . . . .	73
Choroby infekční . . . . .	74
Nastuzení . . . . .	76
Zaživací . . . . .	77
Úrazy na táboře . . . . .	77
na výletě . . . . .	78
IX. <i>Fysiologie tělovýchovy</i> . . . . .	79
X. <i>Pohlavní otázka ve skautingu</i> . . . . .	82