

# Obsah

Předmluva	7
<b>1. Obecné zásady první pomoci</b>	8
Soustava první pomoci	8
Postup při poskytování základní první pomoci	10
<b>2. Vyprošťování, polohování a odsun postižených</b>	19
Vyprošťování	19
Základní polohy pro ošetření a odsun	20
Odsun postižených	24
<b>3. Bezvědomí</b>	32
Obnovení a udržení průchodnosti dýchacích cest při zachování spontánním dýchání	33
Umělé dýchání při zástavě dýchání a při nedostatečném spontánním dýchání	41
Obstrukce dýchacích cest tuhou překážkou	49
Zástava oběhu	53
Bezvědomí u dětí	59
<b>4. Krvácení</b>	65
Krvácení zevní	65
Krvácení vnitřní	73
Krvácení z přirozených tělesných otvorů	75
<b>5. Šok</b>	79
<b>6. Popálení a poleptání</b>	86
Popálení	86
Poleptání	89
<b>7. Rány</b>	93
Obecné zásady ošetření ran	93
Ztrátová poranění	95
Uštknutí hadem	95
Bodnutí hmyzem	96
Pokousání zvířaty	96
Cizí tělesa a poranění tělesných otvorů	97
<b>8. Poranění kostí a kloubů</b>	99
Zlomeniny	99
Vymknutí a podvrtnutí	110

<b>9. Poranění důležitých tělesných oblastí</b>	113
Poranění hlavy a mozku	113
Poranění páteře a míchy	115
Poranění obličejové části hlavy a ústní dutiny	117
Poranění oka	117
Poranění hrudníku a plic	120
Poranění břicha a nitrobrášínských orgánů	124
<b>10. Akutní stavy vyvolané fyzikálními příčinami</b>	127
Akutní stavy z přehřátí	127
Akutní stavy z podchlazení	129
Tonutí	131
Úraz elektrickým proudem a bleskem	132
<b>11. Akutní otravy</b>	135
Akutní otravy spojené s bezvědomím	135
Akutní otravy postižených při vědomí	136
<b>12. Akutní stavy v těhotenství</b>	141
Předčasný a překotný porod	141
<b>13. Vybrané naléhavé stavy</b>	148
Mdloba	148
Křeče	149
Naléhavé stavy u cukrovky	152
Závažné psychické poruchy	153
Dušnost	154
Náhlé bolesti	155
Náhlá cévní mozková příhoda	158
<b>14. Obvazová technika</b>	160
Obvazy šátkové	162
Obvazy obinadlové	166
Obvazy náplastové a navlékací	169