

Obsah

Úvod 8

Jak s knihou pracovat 9

Co dělat v krizové situaci 10

Požár 11

Úraz el. proudem 12

Nehody ve vodě 13

Kontrola životních funkcí 14

Ztráta vědomí 16

Ztráta vědomí 16

Nereagující kojeneček 19

KPR: kojeneček 20

Nereagující dítě 22

KPR: dítě 24

Zotavovací poloha 26

Dýchací potíže 28

Překážka v dýchání u kojence 28

Překážka v dýchání u dítěte 30

Zádrž dechu 32

Škytavka 32

Dušení a škrčení 33

Vdechnutí kouře 33

Zánět hrtanu 34

Astma 35

Rány a krvácení 36

Šok 36

Silné krvácení 38

Předmět v ráně 40

Řezné rány a odřenin 41

Infikovaná rána 42

Puchýře 43

Poranění oka 44

Krvácení z nosu 45

Poranění ucha 46

Poranění úst 47

Zrátové poranění 48

Vnitřní krvácení 49

Poranění tlakem či nárazem 49

Poranění hrudníku 50

Poranění břicha 51

Popáleniny a opařeniny 52

Popáleniny a opařeniny 52

Popálení elektřinou 54

Chemické popálení kůže 55

Chemické popálení oka 56

Otravy 57

Požítí chemikálie 57

Otrava léky nebo alkoholem 58

Otrava rostlinami 58

Poranění hlavy, obličeje a páteře 59

Rána na čele a ve vlasech 59

Úraz hlavy 60

Zranění nosu/lícní kosti 62

Zranění čelisti 62

Poranění páteře 63

Poranění kostí, kloubů a svalů 64

Poranění pánve 64

Poranění nohy 64

Poranění kolena 66

Poranění chodidla 66

Poranění kotníku 67

Poranění klíční kosti 68



Poranění žebra 69
Poranění paže 70
Poranění lokte 70
Poranění ruky 71
Poranění prstu 72
 Křeč 73
Podlitiny a otoky 74

Cizí předměty 75
 Tříška 75
 Předmět v oku 76
 Předmět v uchu 77
 Předmět v nose 78
Spolknutý předmět 78

Kousnutí, bodnutí 79
Zvířecí a lidské kousnutí 79
 Hmyzí bodnutí 80
 Žahnutí kopřivou 80
 Klíště 81
 Žahnutí medúzou 82
 Poranění
o mořského živočicha 82
 Hadí uštknutí 83

Účinky chladu a horka 84
 Podchlazení 84
 Omrzliny 86
 Spáleniny od sluníčka 87
 Potničky 87

Přehřátí 88
 Úpal 89

Zdravotní obtíže 90
 Alergie 90
 Anafylaktický šok 91
 Diabetické stavy 92
 Mdloba 93
 Horečka 94
 Meningitida 95
 Horečnaté křeče 96
 Epileptický záchvat 97
 Zvracení a průjem 98
 Bolest břicha 99
 Bolest uší 100
 Bolest zubů 101

**Vybavení
pro první pomoc 102**
 Lékárnička 102
 Krytí na rány 104
 Obvazování 105
 Trojčipé šátky 106
Užitečné domácí pomůcky 108

Bezpečný domov 109
 Bezpečný domov 109
Vstupní prostor a schody 110
 Obývací pokoj 111
 Kuchyň 112
 Ložnice 114
 Koupelna 116
 Hračky a hry 117
 Zahrada 118
Bezpečná garáž a auto 119
 V okolí domova 120
 Cestování s dětmi 122
 Rejstřík 123
 Poděkování 127
Užitečná telefonní čísla 128

