

/ Obsah

/ Co znamená první pomoc?	9
Poskytnutí první pomoci	10
Vyhledání lékařské pomoci	10
/ Anatomie člověka	11
Dýchací soustava	12
Nos	12
Hltan a průdušnice	12
Plíce	13
Mechanismus dýchání	13
Oběhová soustava	14
Srdce	14
Cévy	15
Krev	16
Nervová soustava	16
Centrální nervová soustava (CNS)	17
Periferní nervová soustava (PNS)	18
Kosterní soustava	18
Lebka	19
Páteř	19
Hrudník	20
Pánev	20
Dolní končetina	20
Rameno	20
Horní končetina	21
Svalová soustava	21
Kosterní svaly	21
Hladké svaly	21
Srdeční sval	22
Kůže	22
/ Jak rychle a správně pomoci?	23
Zhodnocení okolí („Rozhlédni se“)	23
Prvotní ověření („Zkontroluj“)	24
Kontrola vědomí	24
Otevření a uvolnění dýchacích cest	24

<i>Kontrola dýchání</i>	26
<i>Kontrola vážného krvácení</i>	26
Fyzické vyšetření („Prohmatej“)	28
Umístění do stabilizované polohy	32
/ Kardiopulmonální resuscitace (CPR)	33
Infarkt myokardu a zástava srdce	33
Postup kardiopulmonální resuscitace (CPR)	34
<i>Kontrola vědomí</i>	34
<i>Otevření dýchacích cest a kontrola dýchání</i>	34
<i>Úvodní vdechy</i>	35
<i>Stlačování hrudníku (nepřímá masáž srdce)</i>	35
<input checked="" type="checkbox"/> <i>CPR u dospělých (starších 8 let)</i>	36
<input checked="" type="checkbox"/> <i>CPR u dětí (1–8 let)</i>	39
<input checked="" type="checkbox"/> <i>CPR u kojenců (do 1 roku)</i>	42
Ucpání dýchacích cest (dušení)	45
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Jak se postarat o dusící se osobu?</i>	47
/ Automatický externí defibrilátor (AED)	51
Práce srdce	51
AED a jeho použití	52
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Použití AED</i>	52
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Zvláštní situace</i>	56
/ Šok	57
Příčiny šoku	57
Příznaky šoku	59
Opatření proti šoku	59
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Obecná protišoková opatření</i>	59
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Opatření u anafylaktického šoku (alergická reakce)</i>	61
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Opatření v případě omdlení (kolaps)</i>	61
/ Krvácení	63
Vnější krvácení	63
<i>Samovolné zastavení vnějšího krvácení</i>	63
<i>Tlakové body</i>	64
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při vnějším krvácení</i>	65
Vnitřní krvácení	66
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při vnitřním krvácení</i>	66
/ Rány	67
Otevřené rány	67
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc u otevřené rány</i>	68
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Čištění otevřené rány</i>	68
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Přikrytí otevřené rány</i>	69
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc u otevřené rány v případě amputace</i>	69
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc u otevřené rány v případě zaboření předmětu</i>	70

Vnitřní zranění	70
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc při vnitřním zranění	71
Tetanus	71
/ Popáleniny	73
Tepelné popáleniny	74
<input checked="" type="checkbox"/> Hodnocení tepelných popálenin	74
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc v případě tepelných popálenin	76
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc u popálenin prvního stupně	76
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc u malých popálenin druhého stupně (<20 % BSA)	76
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc u velkých popálenin druhého stupně (>20 % BSA)	77
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc u popálenin třetího stupně	77
Chemické popáleniny	78
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc v případě chemických popálenin	78
Elektrické popáleniny	78
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc v případě elektrických popálenin	79
/ Poranění hlavy a páteře	81
Poranění hlavy	81
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc při ošetření ran na hlavě	81
Zlomenina lebky	82
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc při zlomenině lebky	82
Poranění mozku	82
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc při otřesu mozku	84
Krvácení z nosu	84
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc při krvácení z nosu	85
Poranění páteře	85
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc při poranění páteře	86
/ Poranění hrudníku, břicha a pánve	87
Poranění hrudníku	87
Zlomeniny žeber	87
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc při zlomeninách žeber	87
Zabodnutý předmět v hrudníku	88
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc v případě předmětu zabodnutého v hrudníku	88
Sající poranění hrudníku	88
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc v případě sajícího poranění hrudníku	88
Poranění břicha	89
Uzavřené poranění břicha	89
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc při uzavřeném poranění břicha	89
Otevřené poranění břicha	89
<input checked="" type="checkbox"/> První pomoc při vyhřeznutí vnitřních orgánů z rány	90

Poranění pánve	90
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při poranění pánve</i>	90
/ Zlomeniny, poranění kloubů a svalů	91
Zlomeniny	91
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc u zlomenin</i>	92
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Stabilizování poraněných končetin</i>	93
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Jak postupovat při stabilizování?</i>	94
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Uvázání šátku</i>	96
Poranění kloubů	98
Vykloubení	98
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při vykloubení</i>	99
Vymknutí	99
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při vymknutí</i>	99
Poranění svalů	100
Natržení svalu	100
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při natržení svalu</i>	100
Křeč	100
<input checked="" type="checkbox"/> <i>Postup pro odstranění křeče</i>	101
/ Náhlé selhání organismu	103
Infarkt myokardu	103
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při infarktu myokardu</i>	103
Cévní mozková příhoda („mozková mrtvice“)	104
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při cévní mozkové příhodě</i>	105
Omdlení	105
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc, pokud se osoba cítí na omdlení</i>	106
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc, pokud osoba omdlela</i>	105
Záchvaty	106
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při epileptickém záchvatu</i>	107
Cukrovka	108
Hypoglykémie	108
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při hypoglykémii</i>	109
Hyperglykémie	109
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při hyperglykémii</i>	110
/ Otravy a drogové závislosti	111
Požití jedy	111
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při otravě jedem</i>	112
Otrava alkoholem	112
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při otravě alkoholem</i>	113
Drogy	113
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc v případě drogové intoxikace</i>	114
Otrava oxidem uhelnatým	114
<input checked="" type="checkbox"/> <i>První pomoc při otravě oxidem uhelnatým</i>	115