

OBSAH

Úvod	3
Stručný přehled složení lidského těla	5
Kostra	5
Klouby	7
Svaly	7
Soustava krevní	7
Dýchací cesty a plíce	9
Ústrojí trávicí a jiné orgány dutiny břišní	10
Soustava nervová	12
Ústrojí smyslové	12
Ústrojí kožní	13
První pomoc při poranění (ranách)	14
Čím je poranění nebezpečné	14
Ošetření rány	14
Kapesní obvaz	15
Příkládání obvazu na ránu	18
Stavení krvácení	24
Převod (transfuse) krve	28
První pomoc při zlomeninách kostí	30
První pomoc při vymknutí kloubu	35
První pomoc při natažení nebo roztržení vazů a při zhmoždění	36
První pomoc při zasažení otravnými látkami (LO)	37
LO dusivé	37
LO slzné	39
LO všeobecně jedovaté	40
LO dráždicí horní cesty dýchací	41
LO zpuchýřující	41
Jak chránit potraviny a zdroje vody před zamořením LO	42
Pravidla, jak se chovat v krytu	43
První pomoc při nehodách	44
První pomoc při popáleninách a poleptáních	44
První pomoc při spáleninách zápalnými látkami	46
První pomoc při zranění elektrickým proudem	46
První pomoc při úpalu a slunečním úžehu	47

Zdánlivá a skutečná smrt	47
Jak se provádí umělé dýchání	48
První pomoc při mdlobě (bezvědomí)	50
První pomoc při omrzlinách	50
Ošetřování nemocných v domácnosti	52
Přenášení raněných (nemocných)	57
Přenášení na nosítkách	59
Všeobecná pravidla pro nakládání raněných na zdravotnická vozidla a vykládání z nich	67
Převoz raněných po železnici	67
Hygiena	68
Péče o tělo	68
Péče o dutinu ústní a zuby	69
Péče o oděv a obuv	69
Význam tělesné výchovy, správné organizace práce a odpočinku	70
Hygiena obydlí	72
Zdravotnické požadavky na vodu	73
Zřizování a udržování roubených studní	74
Jak se zjišťují vlastnosti vody	75
Způsoby, jak učinit vodu nezávadnou	75
Nakažlivé nemoci a jak je předcházet	77
Jak vnikají mikroby do lidského organismu	78
Skvrnivka (skvrnitý tyf)	80
Návratný tyf	81
Břišní tyf	81
Úplavice (dysenterie)	82
Cholera	82
Chřipka	83
Spála	84
Záškrt (difterie)	84
Malariae	85
Uhlák (anthrax)	85
Brucellosa (Bangova nemoc)	86
Tuberkulosa a boj proti ní	86
Základní opatření v boji proti nakažlivým chorobám	89
Úkoly společnosti Červeného kříže a Červeného půlměsíce SSSR	93
Československý Červený kříž, jeho historie a úkoly	97