

ZDRAVOTNÍK

I. Stupeň

Zná základní čísla: **150 - hasiči** **155 - záchranka** **158 - policie**

Ošetří:

Puchýře

Nestrháváme, nepropichujeme, neprošíváme, mohl by se zanítit.

Je-li nutné někam jít, a proto puchýř zničit, pak ho propíchneme vydesinfikovanou jehlou, namažeme protizánětlivou masťou a obvážeme či zalepíme. Strhne - li se sám, postupujeme stejně.

Podvrtnutí

Kotník zpevníme pevným obvazem a necháme v klidu. Než oteče, zkusíme octan hlinitý, nebo studenou vodu. Je - li to špatné, musíme k lékaři.

Zlomeniny

Znehybníme ostatní klouby končetiny dlahou. V případě otevřené zlomeniny zastavíme krvácení obvazem nebo tamponem. Kosti NEVRACÍME na původní místo. Raněného dopravíme k lékaři.

V případě poranění obratlů:

- A) Je - li raněný na dostupném místě, zavoláme lékaře, který si s ním poradí sám, z čehož vyplývá, že s ním manipulujeme co nejméně, lépe řečeno vůbec.

- B) Jinak ho položíme na tvrdou podložku na záda a převezeme k doktorovi. Manipulace s takto postiženým je velmi náročná a musí se postupovat opatrně. Zdržte se rychlých a neuvážených pohybů.

Krvácení

- A) Tepenné (světlejší, okysličená krev stříká) - Zaškrtneme blízko rány směrem k srdci, tak abychom nezničili moc tkáně. Když nemůžeme zaškrtnit (na krku), tak přiložíme tampón.
- B) Žilné (tmavší, odkysličená krev vytéká) - přiložíme tlakový obvaz. Krvácí - li stále přikládáme další vrstvy.
Příznaky vnitřního krvácení: šok (žízeň, horečka, okoralé rty, žádná bolest, nervozita, bledost).
- C) Vlasečnicové (povrchové ranky) - poraněné místo desinfikujeme, přiložíme tampon a přelepíme nebo obvážeme.

Popáleniny

Mají 3. stupně. Tělo dýchá i pokožkou a proto, popálí - li si člověk 1/3 těla je skoro jisté, že umře. Malá popálení oplachujeme studenou vodou, desinfikujeme, potřeme hojivou mastí a ovážeme. Větší sterilně kryjeme a odvezeme k lékaři. Puchýře po drobných popáleninách nebývají veliké, ale hluboké. Nepropichujeme, pouze v krajních případech.

Umělé dýchání

Nejdříve vyčistíme dutinu ústní od zvratek, krve, bahna, atd. Položíme ho na záda, podložíme krk...má zvrácenou hlavu, čímž uvolníme cesty dýchací, ucpeme nos a začínáme dýchat z úst do úst. U malých dětí dýcháme do nosu i pusy zároveň. U dospělého člověka vdechneme 16 vdechů za min, u dítěte 30-50 za min

Klíšťata

Mastí zamezíme přístupu vzduchu, po udušení vytočíme. Nesmíme mu utrhnout hlavičku...možnost zanícení. Klíš'ata přenáší 2 nebezpečná onemocnění - Zápal mozkových blan a lymfskou boreliozu. Ta se projevuje zarudnutím infikovaného místa, zvýšenými teplotami, celkovou slabostí a někdy i vytvořením boulí na uzlinách za ušima.

Úpal

Od přímého sluníčka při nedostatku tekutin. Příznaky: horečka, zvracení, bolesti a motání hlavy. Dotyčného odvedeme do stínu, dostane pít, k jídlu suchý rohlík, při velké teplotě Paralen.

Úžeh

Velké horko v uzavřené místnosti, zbytek viz. úpal

Bodnutí hmyzem

Vyndáme žihadlo, pokud tam je. Vydesinfikujeme, potřebe hojivou mastí, v případě potřeby obvážeme. Při alergii podáme příslušný lék. Universálním lékem je Dithiaden, lze použít i mírnější Fenistil. Ten se vyrábí i v podobě masti, tzn. že jím můžeme místo potřít. Je - li zle (dušení), tak k lékaři.

Alergie

Reakce na určitý podnět (prach, pyl, bodnutí, práce, atd.). Projevuje se otokem postiženého místa, častým kýčáním, spuštěním rýmy, slzením. Podáváme lék proti alergii (když není nic jiného, tak Dithiaden), vyhýbáme se podnětům. Alergické osoby většinou sami vědí, na co jsou alergické a jaký přípravek jim nejlépe od alergie pomůže.

Otrava

Otrávit se můžeme houbami, chemikáliemi. Nejdříve zjistíme o jakou otravu se jedná, vyvoláme zvracení - pomocí teplého mléka, vody atd. a jedeme k lékaři..

Poranění el. proudem

Zlikvidujeme příčinu, provedeme 1. pomoc (dýchání z plic do plic, masáž srdce) a postiženého odvedeme co nejdříve k lékaři.

Omrzliny

Máme 3 stupně:

Slabší - postupně do tepla (ponořujeme do vlažné vody), teplé tekutiny, klid, lékař

Horší - sterilně kryjeme a k lékaři.

Zná tyto základní léčiva:

TEKUTINY		
Peroxid vodíku	desinfekce	oplachování ran
Jodisol	desinfekce	velmi účinná
Septonex	desinfekce	
Stopangin	desinfekce krku i úst	škrábání v krku, záněty
Jox	(účinnější)	
Stoptussin	kapky proti kašli	tlumí dráždění ke kašli a usnadňuje vykašlávání
Bromhexin	to samé	
Mucosolvan	sirup proti kašli	
Sanorin	kapky nosní i oční	klidní sliznici při rýmě
Ophthalmo-septonex	oční kapky	při zánětu spojivek, podráždění ze sluníčka
Ophthal	k výplachu očí	k odstranění vpadlého sýrýtu
Borová voda	to samé	(na rozdíl od Ophthalu vydrží jen cca 14 dní)
PILULE		
Carbo medicinalis	= „černé uhlí“	zklidňuje trávicí ústrojí, působí proti průjmu
Endiaron	silná střevní desinfekce	proti infekčním průjmům; nutná dieta + hodně pít
Paralen	na snížení teploty a proti bolesti	
Acylpyrin	to samé	(nešetrný k zažívání, problémy s krvácením, nevhod. do 15 let)
Ibuprofen	proti bolesti	
Kinedryl	při nevolnostech z cestování	podává se 1 hod před
Dithiaden	zmírňuje alergické projevy	!! utlumuje organismus
CELASKON	vitamín C	zvyšuje obranyschopnost org.-podpora při nachlazení
B – komplex	vitamín B	napomáhá hojení kůže (rány, spálení od sluníčka)

MASTI		
Calcium Panthotenicum	podporuje obnovu kůže	drob. popáleniny, odřeniny, ekzémy
Septonex	to samé, navíc desinfekční	
Framykoin	antibiotikum	na hnisající rány
Ichtoxyl	„černá mast“	mast čistící a hojivá
<i>Borová mast</i>	<i>hojivá mast</i>	<i>(mixuje se na předpis – náhradou Calcium pant.)</i>
Ophthalmo-septonex	oční mast	vhodné na noc
Fenistil	gel	kousance a žahance, drob. spáleniny
Veral	gel na naraženiny a otoky	protizánětlivý a tlumící bolest
Mesokain	na to samé	tlumící bolest

Praktická část

Přenos raněného, obvazy, znehybnění zlomeniny