

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Název školy	Gymnázium Josefa Ressela, Chrudim, Olbrachtova 291
Název a číslo OP	OP Vzdělávání pro konkurenceschopnost, CZ.1.5 Název projektu: Inovace ve vzdělávání na Gymnáziu Chrudim, reg.č.:CZ.1.07/1.5.00/34.0249
Název šablony klíčové aktivity	III/2 Zvyšování kvality výuky prostřednictvím ICT
Tematická oblast	Biologie
Název sady vzdělávacích materiálů	První pomoc 36 Omrzliny a podchlazení
Jméno tvůrce vzdělávací sady	Mgr. Mirka Kořínková Heřmánková
Číslo sady	III/2-4-2-16
Anotace	DUM je určen pro výuku první pomoci při hodinách a praktických cvičeních předmětu biologie v tercii a 3. ročníku gymnázia.
Ověřeno ve výuce: ročník, třída, dne, předmět	8., 3.E, 14.3.2013, biologie



OMRZLINY, PODCHLAZENÍ

OMRZLINY



Příčiny



- ⦿ Vystavení okrajových a nechráněných částí těla chladnému prostředí (vlhko, vítr, mráz).
- ⦿ Kontakt s podchlazeným tělesem.

Příznaky



- ⦿ Bledá, později „mramorovaná“ kůže s modrým nádechem.
- ⦿ Bolest.
- ⦿ Později ztráta citlivosti.

Postup



- ⦿ Při zbělení a mravenčení ohřívat postiženou část těla.
- ⦿ Dopravit do tepla.
- ⦿ Ponořit do teplé (ne horké) vody.
- ⦿ Po nabytí normální barvy osušit.

PODCHLAZENÍ



Příčiny



- ⦿ Nízká teplota okolí.
- ⦿ Snížená činnost štítné žlázy.
- ⦿ Alkohol.
- ⦿ Únava.
- ⦿ Snížená tělesná kondice.
- ⦿ Nízký nebo vysoký věk (děti, staří lidé).

Příznaky



- ⊙ Třes.
- ⊙ Zrychlená srdeční činnost i dech.
- ⊙ Poruchy vědomí až bezvědomí.
- ⊙ Svalová ztuhlost.
- ⊙ Zhoubné arytmie srdce.

Postup



- ⦿ Přidat další vrstvy oblečení.
- ⦿ Dopravit do tepla.
- ⦿ Nahradit případné mokré části oděvu.
- ⦿ Podat teplé sladké tekutiny, čokoládu.
- ⦿ Ošetřit omrzliny.
- ⦿ Při závažném podchlazení průběžně kontrolovat stav vědomí a dechu.
- ⦿ Zajistit lékařskou pomoc.



DĚKUJI ZA POZORNOST





- ZDROJE:

Standardy první pomoci, kolektiv autorů, Český červený kříž, Praha 2002.

Guidelines 2010, Evropská resuscitační rada, Edegem 2010.

Doplněno novými poznatky a doporučeními v poskytování 1. pomoci.