



PRVÁ POMOC ELEARNINGOVÝ KURZ

Popis kurzu

Cieľom tohto kurzu je zoznámiť zamestnancov so základnými postupmi pri poskytovaní laickej prvej pomoci.

Štruktúra kurzu

Kurz je rozdelený do niekoľkých tém s výkladom a názornými animáciami. Súčasťou kurzu je záverečný test, ktorého absolvovanie je neoddeliteľnou podmienkou ukončenia kurzu. Otázky v teste sú generované náhodne z databázy otázok, ktoré súvisia s kurzom.

Pre koho je kurz určený

Kurz je určený všetkým zamestnancom.

Požadované vstupné vedomosti a zručnosti účastníka kurzu

Základy práce s osobným počítačom, internet.

Systémové požiadavky

Pre spustenie kurzu je vyžadovaný internetový prehliadač kompatibilný s prehliadačom MS Internet Explorer 4.1 SP1 a vyšším a komponentu Flash Player.

Autor

Ing. Václav Trnka, PREVENT s.r.o., Michal Rybanský, BOZPO AGENCY

PRVÁ POMOC

ZASTAVENIE KRITICKÉHO KRVÁCANIA

! Kritické (život ohrozujúce) je krvácanie, pri ktorom súčet krvných strát u dospelého človeka dosahuje, alebo by mohol dosiahnuť objem rádo vo litroch.

Ako také krvácanie zastaviť?

1. Okamžitým tlakom priamo na rane

Vždy je potrebné nájsť vhodný kompromis medzi bezpečnosťou a rýchlosťou.

Napríklad svojimi prstami by ste pravdepodobne neváhali dať do rany prsty bez ochrany, u cudzieho človeka by to ale bol čin viac než odvážny. Na druhú stranu, než sa podarí zohnať rukavice či obvaz, postihnutý môže vykrvácať.

Ak zranení reaguje, môžete ho vyzvať, aby si krvácajúcu ranu stlačil sám a cez jeho ruku tlak podporíte. Eventuálne môžete použiť časť odevu a pod.

2. Tlakovým obvazom

Tlakový obvaz má tri vrstvy:

1. krycia – napr. štvorček gázy, ktorý sa položí priamo na ranu, pri tzv. holových obvazoch, ktoré nájdete v lekárničke, je pevnou súčasťou na zafixáciu obvazu.

2. tlaková – tvorí ju čokoľvek, čo je schopné vytvoriť tlak na ranu – ideálne napr. ďalší zmotaný obvaz, papierové vreckovky a pod. (výška 3 – 5 cm).

3. fixačný – to je obvaz, ktorým pevne prvé dve vrstvy prichytíme k rane.



Stránka 5/16 ZASTAVENIE KRITICKÉHO KRVÁCANIA (c) www.bozpo.sk

PRVÁ POMOC

OTRAVY

Príznaky otravy: poruchy vedomia, poruchy dýchania a krvného obehu, poruchy zažívania, zmeny na koži.

! Dbajte na vlastné bezpečie!

Zaisťte prerušenie kontaktu postihnutého s jedovatou látkou a vykonajte dekontamináciu (vyvedenie zo zamoreného prostredia, odstránenie znečistených častí odevu, vyvolanie vracania - nie však pri požití kyselín, lúhov, čistiacich prostriedkov a iných leptavých látok). Pri poskytovaní prvej pomoci použite ochranné pomôcky - gumové rukavice, resuscitačnú masku alebo rúško!

Prvá pomoc pri otravách (kliknite na jednotlivé obrázky)

Otrava oxidom uhoľnatým

Poleptanie kože, očí, slizníc

Otrava hubami, liekmi, rastlinami



Stránka 11/16 OTRAVY (c) www.bozpo.sk

Témy kurzu

- Ako postupovať správne
- Priority pri záchrane života
- Zastavenie kritického krvácania
- Zástava krvného obehu – resuscitácia
- Šok
- Poranenie chrbtice
- Poranenia teplom alebo chladom
- Úraz elektrickým prúdom
- Otravy
- Úrazy
- Iné závažné stavy
- Uhryznutie zvierateľom, bodnutie hmyzom, uštipnutie hadom
- Základné pravidlá pri užívaní liekov