

# Pierwsza pomoc : podręcznik dla studentów

## Spis treści

### 1. Wstęp

#### 1.1. Rys historyczny

#### 1.2. Łańcuch ratunkowy

#### 1.3. Definicja i cele udzielania pierwszej pomocy.

#### 1.4. Zakres udzielania pierwszej pomocy

#### 1.5. Prawne podstawy udzielania pierwszej pomocy

##### 1.5.1. Akty prawne dotyczące podejmowania czynności pierwszej pomocy

##### 1.5.2. Akty prawne dotyczące zaniechania udzielania pierwszej pomocy

### 2. Ogólne zasady postępowania na miejscu wypadku

#### 2.1. Ocena sytuacji

#### 2.2. Ocena bezpieczeństwa

#### 2.3. Pierwsza pomoc

##### 2.3.1. Ocena stanu świadomości

##### 2.3.2. Ocena oddychania

##### 2.3.3. Wezwanie służb ratunkowych

##### 2.3.4. Wstępne badanie urazowe poszkodowanego

##### 2.3.5. Szczegółowe badanie poszkodowanego

#### 2.4. Dalsza opieka nad poszkodowanym

#### 2.5. Przekazanie informacji o poszkodowanym

### 3. Poszkodowany nieprzytomny

#### 3.1. Sposoby udrażniania górnych dróg oddechowych

#### 3.2. Ogólne zasady postępowania z nieprzytomnym poszkodowanym

#### 3.3. Pozycja bezpieczna

3.4. Pierwsza pomoc w omdleniu

3.5. Pierwsza pomoc w hiperglikemii i hipoglikemii

3.6. Pierwsza pomoc w napadzie padaczkowym

3.7. Pierwsza pomoc w udarze cieplnym

4. Ostre zespoły wieńcowe

4.1. Czynniki ryzyka chorób układu krążenia

4.2. Choroba niedokrwienna serca

4.3. Klasyfikacja i charakterystyka ostrych zespołów wieńcowych

4.4. Pierwsza pomoc w ostrych zespołach wieńcowych

5. Podstawowe zabiegi resuscytacyjne u osób dorosłych

5.1. Umieranie, śmierć, resuscytacja krążeniowo-oddechowa

5.2. Łańcuch przeżycia

5.3. Wytyczne dotyczące podstawowych zabiegów resuscytacyjnych u osób dorosłych

5.3.1. Kolejność wykonywania podstawowych zabiegów resuscytacyjnych u osób dorosłych

5.3.2. Zasady wykonywania podstawowych zabiegów resuscytacyjnych u osób dorosłych

5.4. Użycie automatycznego defibrylatora zewnętrznego u osób dorosłych

5.4.1. Wytyczne ERC dotyczące użycia automatycznego defibrylatora zewnętrznego

5.4.2. Program publicznego dostępu do defibrylacji

5.5. Podstawowe zabiegi resuscytacyjne u kobiet w ciąży

5.6. Zadławienie osoby dorosłej

5.6.1. Postępowanie w przypadku niedrożności dróg oddechowych spowodowanej ciałem obcym u osób dorosłych

6. Podstawowe zabiegi resuscytacyjne u dzieci

6.1. Wytyczne dotyczące podstawowych zabiegów resuscytacyjnych u dzieci

6.2. Pozycja bezpieczna

6.3. Użycie automatycznego defibrylatora zewnętrznego u dzieci

## 6.4. Zadławienie dziecka

6.4.1. Postępowanie w przypadku niedrożności dróg oddechowych spowodowanej ciałem obcym u dzieci

## 7. Obrażenia ciała

### 7.1. Rany

7.1.1. Pierwsza pomoc w przypadku ciał obcych tkwiących w skórze

7.1.2. Pierwsza pomoc w przypadku ciał obcych w oku

7.1.3. Pierwsza pomoc w przypadku ciał obcych w nosie lub uchu

7.1.4. Pierwsza pomoc w przypadku amputacji urazowych

### 7.2. Złamania, skręcenia, zwichnięcia

7.2.1. Złamania

7.2.2. Skręcenia

7.2.3. Zwichnięcia

### 7.3. Krwawienia i krwotoki

7.3.1. Pierwsza pomoc w przypadku krwawienia zewnętrznego

7.3.2. Pierwsza pomoc w przypadku krwawienia wewnętrznego

7.3.3. Pierwsza pomoc w przypadku krwawienia z nosa

### 7.4. Obrażenia głowy i kręgosłupa

7.4.1. Obrażenia głowy

7.4.2. Obrażenia kręgosłupa

### 7.5. Obrażenia klatki piersiowej

7.5.1. Pierwsza pomoc w przypadku ran klatki piersiowej

7.5.2. Pierwsza pomoc w przypadku złamań żeber

### 7.6. Obrażenia brzucha i miednicy

7.6.1. Pierwsza pomoc w przypadku ran brzucha

7.6.2. Pierwsza pomoc w przypadku obrażeń miednicy

## 8. Oparzenia

### 8.1. Oparzenia termiczne

#### 8.1.1. Ogólne zasady postępowania w oparzeniach termicznych

### 8.2. Oparzenia chemiczne

#### 8.2.1. Ogólne zasady postępowania w oparzeniach chemicznych

### 8.3. Oparzenia słoneczne

### 8.4. Oparzenia dróg oddechowych

### 8.5. Oparzenia elektryczne

#### 8.5.1. Ogólne zasady postępowania w oparzeniach elektrycznych

#### 8.5.2. Porażenie piorunem

## 9. Obrażenia wywołane działaniem zimna

### 9.1. Hipotermia

### 9.2. Odmrożenie

## 10. Wstrząs

## 11. Wypadki drogowe

### 11.1. Ogólne zasady postępowania w wypadkach drogowych

### 11.2. Wypadki motocyklowe

## 12. Podtopienie

### 12.1. Zasady ratowania tonących

### 12.2. Pierwsza pomoc i podstawowe zabiegi resuscytacyjne u tonących

#### 12.2.1. Hipotermia u tonących

#### 12.2.2. Wymioty i regurgitacja u tonących

#### 12.2.3. Obrażenia kręgosłupa u tonących

#### 12.2.4. Tonicie w wodzie słodkiej i słonej

## 13. Zatrucia

13.1. Rodzaje i przyczyny zatruc

13.2. Objawy zatrucia

13.3. Pierwsza pomoc w zatruciach

13.3.1. Sposoby usuwania trucizn

13.3.2. Stosowanie odtrutek

13.4. Najczęściej spotykane zatrucia, ich objawy, pierwsza pomoc

13.4.1. Zatrucie lekami

13.4.2. Zatrucie alkoholem etylowym

13.4.3. Zatrucie alkoholem metylowym

13.4.4. Zatrucie substancjami żrącymi i pestycydami

13.4.5. Zatrucie tlenkiem węgla

13.4.6. Zatrucie gazami drażniącymi

13.4.7. Zatrucie jadem kiełbasianym

13.4.8. Zatrucie grzybami

13.5. Ośrodki ostrego zatrucia

Piśmiennictwo

Skorowidz