

## odborka

# ZDRAVOTNÍK

- 1. Mám zvládnuty teoretické aspekty první pomoci**  
(právní úprava první pomoci, důležitá telefonní čísla, úrovně první pomoci, hlášení o úrazu, transport + doporučené polohy, předávání pacienta lékaři, hygienická vyhláška)
- 2. Bezpečně poznám zástavu dechu a tepu, vím, co v takovém případě dělat**  
(**dech:** zjištění, frekvence, kvalita, příznaky bezdeší, postup při umělém dýchání; **tep:** zjištění, frekvence, kvalita, příznaky zástavy, postup při nepřímé srdeční masáži + dohromady: neodkladná resuscitace)
- 3. Ovládám anatomii v rozsahu odpovídajícím potřebám první pomoci**  
(+ znám terminologii používanou při popisech zranění)
- 4. Dokáži poskytnout první pomoc při stavech bezprostředně ohrožujících život**  
(dušení - možné příčiny, škrcení, tonutí, bezvědomí + stabilizovaná poloha + vyšetření zornic, křeče, šok + 5T, mdloba, cukrovka, epilepsie)
- 5. Víم, co dělat při krvácení**  
(zevní, vnitřní, z tělních otvorů),  
**a co se zlomeninami** (horní, dolní končetina, klíční kost, spodina lebeční, pánev)  
**Dokáži ošetřit postižení kloubů a svalů, drobná zranění** (fixace, náplast'ový steh)
- 6. Dokáži poskytnout první pomoc při závažných úrazech trupu**  
(páteř, mícha, hrudník – prolomený hrudník + pneumotorax, břicho)  
**a v případech zraňujících a zastrčených cizích těles**
- 7. Zním zásady ošetření při postižení fyzikálními vlivy a chemikáliemi**  
(popáleniny, úpal, úžeh, omrzliny, úrazy el. proudem a bleskem, vysokohorská nemoc, dekomprese, poleptání, otravy + alkohol a drogy, otrava CO, poruchy CNS, uštknutí hadem, bodnutí hmyzem, klíště)
- 8. Rozeznám základní onemocnění, diagnostikuji NPB**  
(**onemocnění dýchacího ústrojí** – rýma, nachlazení, chřipka, angína, zánět průdušek, zánět plic, zánět pohrudnice, TBC, astma, pneumotorax, **onemocnění trávicího ústrojí** – akutní + chronický průjem, zácpa, salmonelóza, úplavice, hepatitidy, záněty močového měchýře, **infekce CNS** – meningitidy, encefalitidy, meningokoky, borelióza, alergie, alergie, vzteklina, **dětské nemoci** – neštovice, dětská obrna, příušnice, spalničky, zarděnky, bakteriální onemocnění, spála)
- 9. Průběžně se zajímám o problematiku první pomoci, udržuji svoji odbornou úroveň**  
(praxí, opakovaným studiem materiálů)
- 10. Mám vlastní pochodovou lékárnu a nosím ji s sebou na všechny exponované akce (i mimo oddíl!)**  
(výbavu sestavuji sám, dle svého uvážení, avšak musí splňovat základní požadavky kladené první pomoci)  
**umím perfektně používat každou její součást. Víم, co má obsahovat táborová lékárna, znám obvazový materiál, vyzním se v lékových formách + určím expiraci.**