

Technika kl. 4

Temat: Pierwsza pomoc.

Proszę o przeczytanie tematu z podręcznika ze str. 110- 114 i obejrzenie poniższych linków:

[https://www.youtube.com/watch?v=-yF\\_1BM3F8E](https://www.youtube.com/watch?v=-yF_1BM3F8E)

<https://www.youtube.com/watch?v=YmzB1bIW708>

<https://www.youtube.com/watch?v=d82lGNwEsD8>

Pierwsza pomoc- to czynności wykonywane przez świadków wypadku, które pozwalają zabezpieczyć poszkodowanego i utrzymać go przy życiu do czasu przyjazdu służb ratunkowych.

Każdy w miarę swoich możliwości ma obowiązek udzielanie pierwszej pomocy ofiarom wypadku. W czasie udzielania pomocy trzeba zachować spokój, zdrowy rozsądek i nie można wpadać w panikę.

Na miejscu wypadku, którego jesteś świadkiem nie wolno:

- nigdy nie należy przenosić poszkodowanego, tylko w przypadku zagrożenia życia,
- zdejmować poszkodowanemu kasku,
- nigdy nie podawaj poszkodowanemu nic do jedzenia i picia,
- nie zostawiaj poszkodowanego bez opieki, nawet jeśli jest przytomny.

Zasady postępowania z rannymi.

Opatrunek „jałowy” lub „wyjałowiony” oznacza „pozbawiony wszelkich bakterii, grzybów czy wirusów”. Na początku ranę przemywamy wodą z mydłem. Następnie kładziemy opatrunek bezpośrednio na ranę, żeby zabezpieczyć ją przed bakteriami z zewnątrz- to nie tylko zapobiega zakażeniu ale gwarantuje szybsze gojenie się. Należy postępować w taki sposób, żeby nie zabrudzić opatrunku

Tego nigdy nie rób:

- nie opatruj krwawiącej rany bez założonych jednorazowych rękawiczek,
- nie odkażaj przy pomocy spirytusu,
- nie zdrapuj strupa, który powstał na ranie.

Pozycja boczna- zapobiega zakrztuszeniu się, ułatwia oddychanie i krążenie krwi oraz uniemożliwia przypadkową zmianę pozycji rannego.

Resuscytacja krążeniowo- oddechowa to działanie zmierzające do przywrócenia krążenia i oddechu.

Resuscytację osoby dorosłej rozpoczynamy od 30 uciśnień klatki piersiowej, a następnie udrożnienia dróg oddechowych i wykonania dwóch oddechów ratowniczych.

Ręce powinny być wyprostowane w stawach łokciowych i ustawione prostopadle do klatki piersiowej. Mostek uciskamy na głębokość nie mniejszą niż 5 cm (maks. 6 cm) z częstotliwością co najmniej 100/min (maks. 120/min).

Przećwicz z rodzeństwem lub rodzicami pozycję boczną ustaloną. Rysunek poniżej.



Praca domowa:

W ramach kartkówki rozwiąż ćwiczenia 2, 3, 5 i prześlij na maila [stanisław.gorzoł@onet.eu](mailto:stanisław.gorzoł@onet.eu) do dnia 04.06.2020

<https://flipbook.nowaera.pl/dokumenty/Flipbook/Jak-to-dziala-4/#p=57>

<https://flipbook.nowaera.pl/dokumenty/Flipbook/Jak-to-dziala-4/#p=58>

Pozdrawiam