

15-17.04.2020

Temat: Tamowanie krwawień i krwotoków.

Rana – miejsce przerwania powłoki i tkanek miękkich organizmu.

Krwotok – gwałtowna utrata krwi w wyniku choroby albo doznanych urazów.

ZAPAMIĘTAJ (z podręcznika):

1. Rodzaje opatrunków, które można zastosować na rany przy małym krwawieniu i przy krwotoku.
2. Omów kolejne etapy udzielania pomocy osobie poszkodowanej, która ma krwotok z nosa.
3. Wymień trzy środki zastępcze, których można użyć przy tamowaniu krwotoku.

20-24.04.2020

Temat: Złamania i zwichnięcia.

Złamanie – całkowite przerwanie ciągłości kostnej.

Złamanie otwarte – złamanie, w którym odłamy kości przebijają tkanki i są widoczne na zewnątrz.

ZAPAMIĘTAJ (z podręcznika):

1. Typowe objawy złamania, wyjaśnij, po czym rozpoznasz złamanie kości ręki.
2. Opisz pierwszą pomoc w przypadku złamania kości ręki.
3. Opisz czynności pierwszej pomocy w przypadku skręcenia.
4. Wymień sytuacje, w których najczęściej dochodzi do urazów kończyn.
5. Wymień sposoby zapobiegania urazom w domu, w szkole oraz przy uprawianiu sportu.