

Spis treści

	Wypadki nagłe według objawów [spis]	8
	Słowo wstępne do wydania polskiego (<i>dr n. med. Maciej Naskręt</i>)	11
	Wstęp	15
	Układ książki	15
	Ćwicz udzielanie pierwszej pomocy	16
	Opanuj własną panikę	17
	Przerażenie i ból u dzieci	17
	Kto świadczy pomoc w nagłych wypadkach	21
1	Działania ratujące życie	34
	Utrata przytomności	36
	Sztuczne oddychanie	45
	Resuscytacja	47
2	Wypadki nagłe związane z oddychaniem	56
	Oddychanie a tlen. Co się dzieje w organizmie?	58
	Dolegliwości oddechowe — przegląd	59
3	Wypadki nagłe wywołane temperaturą	84
	Oparzenie słoneczne	86
	Udar ciepły	90
	Uszkodzenia spowodowane wysoką temperaturą	94
	Hipotermia	96
4	Wypadki wśród dzieci	100
	Pierwszy szok po wypadku	102
	Ocena stanu rannego dziecka	103
	Transport karetką pogotowia	105
	Złamania kości, które łatwo przeoczyć	106
	Stłuczenia, skręcenia, zwichnięcia i inne	107

	Ogólne czynności przy urazach	110
	Urazy jamy brzusznej	111
	Urazy głowy	113
	Porażenie prądem	119
	Tonięcie	122
5	Krwawienia i rany	124
	Tamowanie krwotoków	126
	Krwawienie z nosa	132
	Urazy w obrębie jamy ustnej	134
	Zaopatrywanie ran	135
	Naturalne preparaty do gojenia ran	147
6	Wstrząs	150
	Objawy kliniczne wstrząsu	152
	Postępowanie w przypadku wstrząsu	154
	Inne postacie wstrząsu	155
	Rozróżnienie między wstrząsem, omdleniem a utratą przytomności	158
7	Oparzenia termiczne	160
	Następstwa i zagrożenia	162
	Preparaty naturalne stosowane w przypadku oparzeń I i II stopnia	165
	Postępowanie przy oparzeniach III stopnia	166
8	Zatrucia	168
	Jak rozpoznać zatrucie?	170
	Kto pomaga przy zatruciach?	170
	Co można zrobić w przypadku zatrucia?	172
	Najczęstsze przyczyny zatruć	177
9	Użądlenia przez osy i pszczoły, ukąszenia przez komary i kleszcze	192
	Użądlenie przez osę i pszczołę	194
	Ukąszenie przez kleszcza — co zrobić?	197

10	Bóle brzucha	204
	Przyczyny ostrych bólów brzucha.	206
11	Urazy gałki ocznej	212
	Ciało obce w oku.	214
	Urazy gałki ocznej	216
12	Gorączka u dzieci	218
	Na co zwrócić uwagę w przypadku gorączki?	220
	Metody obniżania gorączki	224
	Drgawki gorączkowe	225
13	Prawidłowe zapobieganie	228
	Dzieci jeszcze nie wszystko potrafią	230
	Działania profilaktyczne i środki pomocnicze.	233
14	Apteczka domowa	246
15	Działania natychmiastowe	250
	Indeks	273
	Numery telefonów służb ratowniczych	284
	Ośrodki toksykologiczne	285