

SPIS TREŚCI

1

ZASADY UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY

Pierwsza pomoc	16
Zasady postępowania w nagłych wypadkach i zachorowaniach	16
Ocena sytuacji	18
Ocena stanu zdrowia (schemat postępowania)	20
Schemat badania	22
Zdejmowanie ubrania	24
Wezwanie fachowej pomocy	25
Transport poszkodowanego	26
Chory nieprzytomny	31
Pozycja boczna ustalona	31

2

REANIMACJA

WSTRZĄS

Reanimacja	34
Pośredni masaż serca	41
Wstrząs	43

3

URAZY GŁOWY

Urazy głowy	48
Ocena stanu przytomności	48
Wstrząśnienie mózgu	49
Złamania kości czaszki	50

Poszkodowany nieprzytomny	51
Poszkodowany przytomny	51

4

URAZY KLATKI PIERSIOWEJ

URAZY JAMY BRZUSZNEJ

Urazy klatki piersiowej	54
Złamania żeber	54
Odma opłucnowa	55
Urazy jamy brzusznej	58
Otwarte urazy jamy brzusznej	58
Zamknięte (tępe) urazy jamy brzusznej	59

5

ZŁAMANIA

Układ szkieletowy (kości)	62
Złamania kości	63
Złamania kręgosłupa	66
Złamania kończyny górnej	70
Złamania obojczyka	70
Zwichnięcie barku	71
Złamania kości ramienia	72
Złamania w stawie łokciowym	73
Złamania kości przedramienia	74
Złamania kości ręki i palców	75
Złamania kości miednicy	76
Złamania kończyny dolnej	78

Złamania kości udowej	78
Urazy kolana – złamania rzepki	79
Złamania kości podudzia i kostki	80
Złamania kości stopy i palców	81

6

RANY, KRWAWIENIA, KRWOTOKI

OPARZENIA

UKĄSZENIA

UŻĄDLENIA

Rany, krwawienia, krwotoki	84
Krwotoki zewnętrzne – zranienia	87
Opatrywanie rany	88
Zakładanie opatrunku	89
Krwotoki wewnętrzne	94
Amputacja urazowa	96
Krwotok z żylaka	97
Krwawienie z nosa	98
Krwawienie z ucha	99
Krwawienie z jamy ustnej	100
Krwotok z dróg rodnych	101
Oparzenia	102
Rozległe oparzenia	104
Niewielkie oparzenia	107
Oparzenie – porażenie prądem elektrycznym	108
Oparzenia chemiczne	109
Oparzenia chemiczne oka	111

Oparzenia słoneczne	111
Ukąszenia	112
Rany kłusane	112
Ukąszenia przez węże	113
Użądlenia	114
Użądlenie skóry	114
Użądlenie jamy ustnej	114

7

CIAŁA OBCE

Ciała obce	118
Ciała obce w drogach oddechowych	118
Ciała obce w oku	120
Ciała obce w nosie	122
Ciała obce w uchu	122
Ciała obce w przewodzie pokarmowym	123

8

PORAŻENIE PRĄDEM

UTONIĘCIE

POWIESZENIE

DZIAŁANIE TEMPERATURY

Porażenie prądem elektrycznym	126
Utonięcie	128
Powieszenie	130
Działanie temperatury na organizm człowieka	131
Oziębienie ustroju	131

Odmrożenia	133
Przegrzanie – wyczerpanie ciepłne	135
Udar cieplny	136

9

ZATRUCIA

Zatrucia	140
Zasady udzielania pierwszej pomocy w zatruciach ostrych	140
Ośrodki toksykologiczne w Polsce	144
Zatrucia gazami	146
Gazy duszące	
Tlenek węgla, CO	146
Cyjanowodór, HCN	148
Siarkowodór, H ₂ S	149
Gazy drażniące	
Amoniak, NH ₃	150
Formaldehyd (aldehyd mrówkowy), HCHO	151
Chlor, Cl	151
Dwutlenek siarki, SO ₂	152
Dwutlenek azotu, NO ₂	152
Zatrucia metalami i ich związkami	153
Czteroetylenek ołowiu, Pb(C ₂ H ₅) ₄	154
Zatrucia alkoholem	155
Alkohol metylowy, CH ₃ OH	155
Alkohol etylowy, C ₂ H ₅ OH	156
Glikol etylenowy, CH ₂ OH–CH ₂ OH	157
Zatrucia substancjami żrącymi. Kwasy i zasady	157

Kwasy	157
Zasady	158
Fenol, lizol	158
Zatrucia rozpuszczalnikami organicznymi	158
Zatrucia lekami	160
Leki nasenne i uspokajające	160
Leki przeciwbólowe	160
Atropina (składnik leków rozkurczowych)	161
Zatrucia środkami ochrony roślin	162
Zatrucia grzybami	164

10

NAGŁE ZACHOROWANIA

Nagłe zachorowania	166
Choroby alergiczne	166
Wstrząs anafilaktyczny (uczuleniowy)	166
Choroby układu krążenia	168
Omdlenie	168
Choroba wieńcowa	169
Zawał mięśnia sercowego	170
Niewydolność krążenia	171
Ostra niewydolność krążenia – obrzęk płuc	172
Przewlekła niewydolność krążenia	173
Choroby układu oddechowego	173
Niewydolność oddechowa	173
Ostre zapalenie krtani	175
Dychawica oskrzelowa – astma	176

Choroby układu nerwowego	177
Udar mózgu	177
Padaczka (epilepsja)	178
Duży napad padaczki	178
Stan padaczkowy	179
Choroby układu moczowego	180
Zatrzymanie moczu	180
Kolka nerkowa	180
Choroby przewodu pokarmowego	182
Biegunka, wymioty	182
Zatrucia pokarmowe	182
Zatrucie jadem kielbasianym	184
Choroby przewodu pokarmowego	
wymagające szybkiej pomocy lekarskiej	185
Ostre zapalenie wyrostka robaczkowego	185
Przedziurawienie narządów jamy brzusznej	185
Niedrożność jelit	186
Krwotok do jamy otrzewnej	186
Krwotok z przewodu pokarmowego	187
Kolka wątrobowa	187
Ostre zapalenie trzustki	189
Stany śpiączkowe	190
Cukrzyca	190
Śpiączka cukrzycowa hyperglykemiczna (z nadmiaru cukru we krwi)	191
Niedocukrzenie krwi	191
Śpiączka hipoglykemiczna (z niedoboru cukru we krwi)	192

PORÓD

Poród	194
Pierwszy okres porodu	194
Drugi okres porodu	196
Moment porodu	197
Trzeci okres porodu – wydalenie łożyska	199
Opieka nad noworodkiem	200

ANEKS

ZARYS ANATOMII I FIZJOLOGII

Układ krążenia	202
Serce	202
Naczynia krwionośne	204
Śledziona	204
Fizjologia krążenia	205
Praca serca	205
Praca tętnic	206
Automatyzm pracy serca	206
Objętość minutowa serca	207
Układ chłonny	207
Krew	207
Układ krwiotwórczy	208
Układ oddechowy	209
Budowa układu oddechowego	209
Fizjologia oddychania	211

Mechanizm oddychania	212
Tory oddychania	212
Pojemność płuc	212
Mechanizmy regulujące oddychanie	212
Układ nerwowy	213
Układ nerwowy wegetatywny (autonomiczny)	215
Układ nerwowy – narządy zmysłów	215
Narząd wzroku	215
Zmysł słuchu i równowagi	216
Układ pokarmowy	217
Wchłanianie i wydalanie	218
Budowa układu pokarmowego	218
Fizjologia trawienia	221
Układ moczowy	223
Skóra	224
Funkcja skóry	225
Kobiecy układ płciowy.....	226
Fizjologia kobiecych narządów płciowych	227
Ciąża.....	228
Męski układ płciowy	229
Fizjologia męskiego układu płciowego	230

APTECZKA PIERWSZEJ POMOCY

Apteczka pierwszej pomocy	232
Środki opatrunkowe	232
Środki dezynfekcyjne.....	233

Leki	233
Inne	233
Środki do unieruchamiania złamań	233
Zestaw reanimacyjny	234
Skorowidz	236