

Spis treści:

1. Stany zagrożenia życia

- 1.1. Pacjent w stanie zagrożenia życia
- 1.2. Łańcuch ratunkowy
- 1.3. Wezwanie karetki pogotowia ratunkowego
- 1.4. Pierwsza pomoc
- 1.5. Pogotowie ratunkowe
- 1.6. Szpital
- 1.7. Pomoc zorganizowana i niezorganizowana
- 1.8. Zakres zadań osoby udzielającej pierwszej pomocy

2. Postępowanie na miejscu wypadku. Kolejność zadań do wykonania podczas udzielania pomocy w nieszczęśliwych wypadkach

- 2.1. Kolejność zadań do wykonania na miejscu wypadku
- 2.2. Zabezpieczenie miejsca wypadku
- 2.3. Akcja ratunkowa
- Chwyt ratunkowy Rauteka
- Ratowanie poszkodowanego z pojazdu
- 2.4. Zachowanie się na drodze

3. Podstawowe funkcje życiowe organizmu

- 3.1. Świadomość
- 3.2. Oddychanie
- Podstawy anatomii
- Mechanika oddychania
- Objętość oddechowa
- Częstość oddechów
- Wymiana gazowa
- Wymiana gazowa pomiędzy powietrzem pęcherzykowym a krwią
- Regulacja oddychania
- 3.3. Układ krążenia
- Serce
- Naczynia krwionośne
- Krążenie krwi i transport tlenu
- Ciśnienie krwi
- Regulacja krążenia
- 3.4. Krew
- Układ krzepnięcia
- Grupy krwi

4. Utrata przytomności, zatrzymanie oddechu i krążenia

- 4.1. Utrata przytomności
- Przyczyny utraty świadomości
- Rozpoznanie utraty świadomości
- 4.2. Zatrzymanie oddechu
- Powody zatrzymania oddechu
- Rozpoznanie zatrzymania oddechu
- 4.3. Zatrzymanie krążenia
- Przyczyny zatrzymania krążenia
- Rozpoznanie zatrzymania krążenia
- 4.4. Zasady postępowania z nieprzytomnym w przypadku zatrzymania oddechu i zatrzymania krążenia
- Ułożenie na boku
- Wezwanie pogotowia ratunkowego
- Sztuczne oddychanie
- Techniki sztucznego oddychania
- Działanie masażu zewnętrznego serca
- Technika masażu zewnętrznego serca
- Uderzenie w ścianę klatki piersiowej pięścią
- Resuscytacja niemowląt i małych dzieci
- Resuscytacja krążeniowo-oddechowa w ogólnym zarysie

Zakończenie resuscytacji
Zagrożenia dla ratownika
Omdlenie
Usuwanie dużych ciał obcych z jamy ustnej i gardła – manewr Esmarcha
Ciało obce w przełyku
Ciało obce w tchawicy

5. Krwotoki

5.1. Krwotoki zewnętrzne (krwawiące rany)
Lekkie krwawienia
Ciężkie krwawienia
5.1.1. Ciężkie krwawienia w obrębie kończyn
Uniesienie
Uciśnięcie
Opatrunek uciskowy
Założenie opaski niedokrwiennnej
5.1.2. Krwotoki okolicy głowy, szyi, tułowia (i kończyn powyżej założonego opatrunku niedokrwiennego)
5.1.3. Amputacje pourazowe
Krwawienia z nosa
Krwawienia z żyłaków
Krwawienie z odbytu
5.2. Krwotoki wewnętrzne (brak ran zewnętrznych)
Krwawienie do jamy czaszki
Krwawienie do klatki piersiowej
Krwawienie do jamy brzusznej
Krwawienie do tkanek

6. Wstrząs

Patofizjologia i konsekwencje wstrząsu
Rozpoznanie wstrząsu
Walka ze wstrząsem
Pomiar ciśnienia tętniczego krwi

7. Ostre choroby narządów klatki piersiowej i jamy brzusznej

7.1. Ostre choroby rozwijające się w obrębie klatki piersiowej
Zaostrzenie choroby wieńcowej (dusznica bolesna)
Zawał mięśnia sercowego
7.2. Narządy jamy brzusznej
7.3. Ostre choroby w obrębie jamy brzusznej
Zapalenie wyrostka robaczkowego (*appendicitis*)
Perforacja żołądka (przerwanie ciągłości ściany żołądka)
Kolka wątrobowa
Kolka nerkowa
Zapalenie trzustki
Niedrożność jelit
Zabiegi

8. Urazy klatki piersiowej i jamy brzusznej

8.1. Urazy klatki piersiowej i narządów w niej położonych
8.1.1. Otwarte urazy klatki piersiowej
8.1.2. Zamknięte urazy klatki piersiowej
8.2. Objawy
8.3. Sposoby postępowania
8.4. Urazy jamy brzusznej
8.4.1. Rozpoznanie
8.4.2. Sposoby postępowania

9. Urazy czaszkowo-mózgowe

9.1. Budowa ośrodkowego układu nerwowego
9.2. Epidemiologia i rodzaje urazów
9.2.1. Zamknięte urazy czaszkowo-mózgowe
Wstrząśnienie mózgu
Sposoby postępowania

9.2.2. Otwarte urazy czaszkowo-mózgowe

Złamanie kości podstawy czaszki

9.3. Padaczka (napady drgawkowe)

10. Złamania kości i urazy stawów

10.1. Narząd ruchu

Szkielet (kości)ec)

Stawy

Mięśnie szkieletowe

10.2. Złamania kości

Ogólne zasady postępowania

10.3. Podział złamań kości

10.3.1. Złamania kości, które z racji położenia nie wymagają unieruchomienia

10.3.2. Złamania kości wymagające unieruchomienia zewnętrznego specjalnym materiałem

10.3.3. Złamania kości, które mogą zostać unieruchomione chustą trójkątną

10.4. Urazy stawów

Skręcenia

Zwichnięcia

Złamania

11. Rany

11.1. Budowa skóry i procesy w niej zachodzące

11.2. Powstawanie ran i ich następstwa

Ból

Krwawienie

Zakażenia

Tężec

Wścieklizna

Zgorzel gazowa

11.3. Rodzaje ran

Otarcia

Rany cięte

Rany klute

Słuczenia

Zmiażdżenia

Rany szarpane

Rany postrzałowe

Rany po ukąszeniu węża

Oparzenia chemiczne

Oparzenia

11.4. Ogólne zasady udzielania pierwszej pomocy zranionemu

Gojenie się ran

Zaopatrzenie ran przez lekarza

11.5. Szczególne rodzaje ran

Ciało obce w ranie

Rany postrzałowe

Rany kątane

Ukąszenie przez węża

Ciało obce w oku

Ciało obce w nosie

Ciało obce w uchu

12. Opatrunki

12.1. Opatrunki z plastrem

Opatrunek na opuszkę palca

Pokrycie rany

12.2. Plaster

Opatrunek taśmowy

Opatrunek ramowy

12.3. Opatrunki chustą trójkątną

Opatrunek na głowę (czepiec z chusty)

Opatrunek na dłoń
Opatrunek rany w obrębie ręki
Opatrunek ran przedniego odcinka stopy
Opatrywanie ran w okolicach pięty
Opatrywanie ran goleni
Opatrunek kolana
Opatrunek oczny
Opatrywanie rany żuchwy
Opatrunek barku
Opatrunek biodra

12.4. Pakiety lub opaski opatrunkowe

Opatrunek palca
Opatrunek na dłoń
Opatrunek na łokciu
Opatrunek na głowie

13. Oparzenia

Stopnie oparzenia
Zaopatrzenie wstępne
Oparzenia słoneczne

14. Urazy spowodowane działaniem niskich temperatur

14.1. Podstawy termoregulacji
14.2. Wychłodzenie całego ciała
14.3. Odmrożenia

15. Urazy spowodowane działaniem wysokich temperatur

15.1. Termoregulacja podczas upału
15.2. Wyczerpanie z gorąca
15.3. Udar cieplny
15.4. Udar słoneczny

16. Urazy powstałe w wyniku działania prądu elektrycznego

16.1. Wypadki z prądem o niskim napięciu
16.2. Wypadki spowodowane prądem o wysokim napięciu

17. Zatrucia. Urazy spowodowane substancjami żrącymi

17.1. Ogólne zasady postępowania z zatrutymi
Uniemożliwienie dalszego działania trucizny – usunięcie przyczyny
Natychmiastowe działania ratujące życie
Wydalenie trucizny

Zabezpieczenie materiałów

17.2. Zatrucia drogą przewodu pokarmowego

17.2.1. Zatrucie lekami

17.2.2. Zatrucie alkoholem (alkohol etylowy)

17.2.3. Zatrucie żywnością

Przeterminowana żywność

Botulina (jad kielbasiany)

Zatrucie grzybami

17.2.4. Zatrucie roślinami

17.2.5. Zatrucie środkami myjącymi, płuczającymi, czyszczącymi

17.3. Zatrucia drogą wziewną

17.3.1. Zatrucie tlenkiem węgla

17.3.2. Uduszenie dwutlenkiem węgla

17.3.3. Zatrucie drażniącymi gazami

17.4. Zatrucie drogą przezskórną

17.4.1. Ukąszenie przez węża

17.4.2. Ukąszenie przez owady

17.5. Zatrucie przez przewód pokarmowy, drogi oddechowe i skórę

17.5.1. Środki ochrony roślin i środki chwastobójcze

17.5.2. Związki cyjanku (cyjanek potasu, cyjanowodór)

17.5.3. Węglowodory, rozpuszczalniki organiczne

17.6. Oparzenia chemiczne

17.6.1. Chemiczne oparzenia przełyku i przewodu pokarmowego

17.6.2. Chemiczne oparzenia oczu

17.6.3. Chemiczne oparzenia skóry

18. Inne wybrane stany zagrożenia życia

18.1. Tonięcie

18.2. Ukąszenia owadów w obrębie błony śluzowej jamy ustnej

18.3. Akcja ratownicza w szczególnych zagrożeniach

Ratowanie tonącego

Ratowanie ofiary wypadku na łodzi

Ratowanie ofiar zasypania

Ratowanie ofiar pożaru

18.4. Szczegółne postępowanie z niepełnosprawnymi

19. Transport i ułożenie pacjenta

19.1. Prowizoryczny transport pacjenta w pozycji siodełkowej

19.2. Przeniesienie poszkodowanego na nosze

Podźwignięcie poszkodowanego w rozkroku

Podźwignięcie poszkodowanego chwytem z boku

19.3. Pozycje ułożeniowe

Ułożenie na plecach

Ułożenie na boku

Ułożenie na plecach z rulonem pod kolanami

Ułożenie przeciwwstrząsowe

Ułożenie na plecach z uniesionym tułowiem

Pozycja półsiedząca

20. Podstawy prawne udzielania pierwszej pomocy

20.1. Karne następstwa udzielania pierwszej pomocy

20.2. Cywilnoprawne konsekwencje udzielenia pierwszej pomocy

21. Słowniczek

22. Bibliografia

23. Bibliografia rycin

24. Skorowidz