

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 niedokrwiennej

5.1.2. Krwotoki okolicy głowy, szyi, tułowia (i kończyn powyżej założonego opatrunku niedokrwiennego)

5.1.3. Amputacje pourazowe

Krwawienia z nosa

Krwawienia z żylaków

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)

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

Stłuczenia

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 kłusane

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 kiełbasiany)

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 lodzie

Ratowanie ofiar zasypania

Ratowanie ofiar pożaru

18.4. Szczególne 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