

Spis treści

Wprowadzenie	7
1. Podstawowe słownictwo	9
2. Wiadomości wstępne	13
2.1. Podstawy prawne udzielania pierwszej pomocy	13
2.2. Wezwanie pomocy	14
2.3. Zasady bezpieczeństwa podczas udzielania pierwszej pomocy	16
2.4. Apteczka	16
3. Ocena stanu osoby poszkodowanej	20
3.1. Postępowanie z poszkodowanym przytomnym	20
3.2. Postępowanie z poszkodowanym nieprzytomnym	21
4. Pozycja bezpieczna [boczna ustalona]	24
5. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa (RKO)	26
5.1. Łańcuch przeżycia	26
5.2. Podstawowe zabiegi resuscytacyjne u osób dorosłych	27
5.3. Podstawowe zabiegi resuscytacyjne u dzieci	28
6. Automatyczny defibrylator zewnętrzny (AED)	32
6.1. Wykorzystanie AED w resuscytacji krążeniowo-oddechowej	33
6.2. Zasady bezpieczeństwa przy stosowaniu AED	35
7. Wstrząs	36
7.1. Wstrząs hipowolemiczny	36
7.2. Wstrząs anafilaktyczny	37
7.3. Wstrząs septyczny	38
7.4. Wstrząs rdzeniowy (neurogenny)	39
7.5. Wstrząs kardiogeny (sercowopochodny)	40
7.6. Wstrząs bólowy i urazowy	41
8. Zawał serca	43
9. Udar mózgu	46
9.1. Podział udarów ze względu na patomechanizm	46
9.2. Szybkie diagnozowanie udaru – skala CPSS i schemat FAST	47
10. Udar cieplny	50
11. Cukrzyca – stany zagrożenia życia	52
11.1. Typy cukrzycy	52
11.2. Hipoglikemia	53
11.3. Hiperglikemia	54
11.4. Kwasica ketonowa	55

12. Omdlenie	57
13. Krwotoki	60
13.1. Krwotoki wewnętrzne i zewnętrzne	60
13.2. Krwawienie i krwotok z nosa	61
14. Drgawki	63
15. Niedrożność dróg oddechowych spowodowana ciałem obcym – zadławienie	65
15.1. Częściowa niedrożność dróg oddechowych – zadławienie lekkie	65
15.2. Całkowita niedrożność dróg oddechowych – zadławienie ciężkie	66
15.3. Zadławienie u dzieci	67
15.4. Zadławienie u niemowląt	68
16. Zatrucia	71
16.1. Drogi wnikania trucizn do organizmu i objawy zatruc	71
16.2. Postępowanie w przypadku zatruc	71
16.3. Zatrucia gazami drażniącymi i duszącymi	72
16.4. Zatrucie tlenkiem węgla [zaczadzenie]	73
16.5. Zatrucia lekami	74
16.6. Zatrucia alkoholami	74
16.7. Zatrucia grzybami	75
17. Oparzenia	77
17.1. Klasyfikacja oparzeń ze względu na źródło pochodzenia	77
17.2. Klasyfikacja oparzeń ze względu na głębokość uszkodzenia	77
17.3. Klasyfikacja oparzeń ze względu na powierzchnię uszkodzenia	79
17.4. Metody oceny rozległości oparzeń	79
17.5. Postępowanie w oparzeniach termicznych	80
17.6. Postępowanie w oparzeniach chemicznych	81
17.7. Postępowanie w oparzeniach elektrycznych	82
18. Odmrożenia i hipotermia	84
18.1. Odmrożenia	84
18.2. Hipotermia	85
19. Rany	88
19.1. Rana cięta	88
19.2. Rana tłuczona	89
19.3. Rana miazdżona	91
19.4. Rana rąpana i amputacja urazowa	91
19.5. Rana szarpana	93
19.6. Rana kluta	94
19.7. Rana kłusana [gryziona]	95
19.8. Rana postrzałowa	96
19.9. Rana płatowa [odarta]	98
19.10. Rana z ciałem obcym	98
19.11. Rana wytrzewieniowa jelit	99
20. Złamania, zwichnięcia i skręcenia kończyn	101
20.1. Złamanie	101
20.2. Zwichnięcie	101
20.3. Skręcenie	102
20.4. Postępowanie w przypadku urazów kończyn	102
20.5. Unieruchomienie kończyny górnej	103
20.6. Unieruchomienie kończyny dolnej	105

21. Urazy głowy, kręgosłupa, miednicy i żeber	107
21.1. Urazy w obrębie głowy	107
21.2. Uraz kręgosłupa	110
21.3. Uraz miednicy	111
21.4. Uraz żeber	111
22. Tonięcie	113
22.1. Fazy tonięcia	113
22.2. Ratowanie tonących	114
Bibliografia	116
Wykaz ilustracji i tabel	118
