






Obr. 11 Základy první pomoci – Situace pro kategorie starší hlídky MH a ZŠ2

Situace	Obrázek	První pomoc
Úpal		<ol style="list-style-type: none"> 1. Přesunout do stínu 2. Ochladit (ventilátor, průvan, sprcha, obklady) 3. Podat tekutiny
Bodnutí hmyzem		<ol style="list-style-type: none"> 1. Odstranit žihadlo 2. Zjistit, jestli je dotyčný alergický, pokud ano: dle stavu volat Zdravotnickou záchrannou službu (155) nebo podat lék 3. Pokud ne: chladit
Popáleniny		<ol style="list-style-type: none"> 1. Sundat spálený oděv a šperky, je-li to možné (nestrhávat, nervat, ...) 2. Chladit studenou vodou 3. Navštívit lékaře nebo volat Zdravotnickou záchrannou službu (155) – podle rozsahu
Omrzliny		<ol style="list-style-type: none"> 1. Přesunout do tepla 2. Zahřát omrzliny ve vlažné vodě 3. Netřít a nesušit třením 4. Překrýt sterilním krytím nebo obvazem 5. Navštívit lékaře
Zlomenina končetiny		<ol style="list-style-type: none"> 1. Nezatěžovat poraněnou končetinu 2. Postižený zaujme polohu, která mu nejvíce vyhovuje (úlevová poloha), s končetinou nehýbat. 3. Chladit 4. Uklidňovat 5. Podle závažnosti volat Zdravotnickou záchrannou službu (155)