Příloha č. 1 Původní dotazník pro žáky čtyřletého gymnázia

Milí žáci,
právě máte před sebou dotazník, jejž poslouží jako výzkum pro diplomovou práci. Každá otázka obsahuje instrukci, jak na ni odpovědět. Dotazník obsahuje otázky, na něž existuje jedna či více správných odpovědí. Prosím, abyste odpovídali dle pravdy a co nejkonkrétněji. Pokud nevíte odpověď, nic se neděje. Dotazník nebude známkován ani jinak školou hodnocen. Děkuji za váš čas.
Hana Máková

**1) Druh třídy**

a) Všeobecná

b) Sportovní

**2) Ročník**

a) 1

b) 2

c) 3

d) 4

**3) Poskytoval(a) jste někdy první pomoc?**

a) ano, popište krátce tuto situaci……

b) ne

**4) Ohodnoťte své znalosti základů předlékařské první pomoci (dále jen PPP) -na škále od 1 do 5 (jako ve škole – 1 znamená výborné, 3 znamená vcelku dobré, 5 znamená nedostatečné)**

a) 1, zdůvodněte …….

b) 2, zdůvodněte …….

c) 3, zdůvodněte …….

d) 4, zdůvodněte …….

e) 5, zdůvodněte …….

**5) Seznámil(a) jste se někdy se základy PPP? Pokud ano, kde to bylo? Možno uvést více odpovědí.**

1)Ne

2)Ano

(a) Ve škole

(b) Na kurzu

(c) Při zájmové činnosti

(d) Samostatným studiem

(e) Jiná možnost; uveďte……

**6) Z uvedených čísel vyberte Národní telefonní číslo záchranné služby v ČR a číslo evropské linky tísňového volání;**

Záchranná služba ČR:

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| a) | 158 | b) | 150 | c) | 155 | d) | 156 |
| e) | 112 | f) | 115 | g) | 120 | h) | 158 |

Evropská linka tísňového volání:

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| i) | 158 | j) | 150 | k) | 155 | l) | 156 |
| m) | 112 | n) | 115 | o) | 120 | p) | 158 |

**7) Nezbytnou pomoc osobě, která je v nebezpečí smrti dle Trestního zákoníku, je povinen**

a) Poskytnout každý

b) Poskytnout pouze ten, kdo je proškolen v poskytování první pomoci (lékař, zdravotník, hasič, policista…)

c) Poskytnout každý, pokud při poskytování neohrozí své zdraví, či zdraví jiné osoby

d) Poskytnout občan starší 18 let

**8) K poskytnutí první pomoci nesmíme používat**

a) Jakýkoli čistý kus oděvu raněného či záchranáře

b) Papírové kapesníky, tampony, masti

c) Součásti lékárničky

d) Předměty denní potřeby, které máme u sebe

**9) V poskytnutí předlékařské první pomoci nám může zabránit pouze**

a) Ohrožení vlastního života či zdraví

b) Nechuť k dotýkání se cizích lidí

c) Zákaz rodičů

d) Strach ze selhání

**10) Nejdůležitějším pravidlem při přivolání odborné pomoci je**

a) Nesdělovat žádné osobní informace

b) Zavěsit až po zavěšení dispečera

c) Zkontrolovat, zda v okolí nikdo neposlouchá

d) Nevolat, pokud nevíme přesně, kde se nacházíme

**11) Při hromadném neštěstí nejdříve postižené roztřídíme a zahájíme pomoc osobám**

a) Umírajícím a zemřelým

b) Které mají u sebe kartičku zdravotní pojišťovny

c) Vyžadujícím neodkladnou pomoc

d) Které nejhlasitěji sténají

**12) Pokud postižený nedýchá a je v bezvědomí**

a) Uvolníme dýchací cesty a zahájíme nepřímou srdeční masáž

b) Posadíme jej a jemně udeříme do zad

c) Třeseme s ním, dokud nezačne dýchat

d) Necháme jej a voláme odbornou pomoc

**13) Mezi projevy bezvědomí náleží**

a) Přítomnost masivního krvácení

b) Chybějící reakce na oslovení a bolestivé podněty (štípnutí)

c) Poloha na zádech

d) Poloha zkroucená

**14) K vytažení zapadlého jazyka používáme**

a) Předklon hlavy

b) Do úst postiženého nesaháme

c) Jazyk nevytahujeme, stačí předsunutí dolní čelisti

d) Nůžky, nebo jakýkoli ostrý nástroj

**15) Hlavními příznaky zástavy krevního oběhu jsou**

a) Bezvědomí a bezdeší, občasné zalapání po dechu, nehmatný tep, promodralá sliznice a okrajové částí těla

b) Silný třes

c) Chybějící reakce na vnější podněty

**16) Resuscitaci zahajujeme, když**

a) Postižený nereaguje na podněty

b) Postižený nedýchá

c) Postižený je bledý a dýchá velmi rychle

d) Postižený leží na ulici nebo jiném neobvyklém místě

**17) Nepřímá srdeční masáž se provádí stlačováním hrudníku**

a) Na hrudním koši v jeho spodním okraji

b) Na hrudní kosti uprostřed, na spojnici prsních bradavek

c) Na jakémkoli místě hrudníku

d) Na horní části hrudníku

**18) Jaká bude frekvence stlačování hrudníku při resuscitaci dospělého?**

a) 80 stlačení za minutu

b) 100 stlačení za minutu

c) 120 stlačení za minutu

d) 5 stlačení na dva vdechy

**19) Jak vypadá novější stabilizovaná (euro) poloha?**

a) Na břiše

b) Na zádech

c) Ve dřepu

d) Na boku s podloženou rukou pod tváří a pokrčenou horní nohou

**20) Kdy končíme s resuscitací? Označte všechny správné možnosti**

a) Po 15 minutách

b) Poté, co zjistíme, že poraněný zemřel

c) Než poraněného převezme ZZS

d) Při úplném vyčerpání záchranáře

e) Pokud se navrátí funkce poraněného

**21) Krvácení z krční tepny zastavíme**

a) Kravatovým šátkovým obvazem

b) Sterilním krytím a obinadlem

c) Stlačením tepny přímo v ráně

d) Přiložením zaškrcovala

**22) V souvislosti s přiložením zaškrcovadla musíme hlavně**

a) Povolovat zaškrcovalo každé 3 minuty

b) Kontrolovat dýchání

c) Zaznamenat čas přiložení zaškrcovadla

d) Komunikovat s poraněným

**23) Lékařskou pomoc je nutno volat při krvácení z nosu u zdravého jedince**

a) Pokud trvá déle než 15 minut

b) Pokud trvá déle než 5 minut

c) Pokud trvá déle než 30 minut

d) Nikdy není třeba volat lékařskou pomoc při krvácení z nosu

**24) Správná předlékařská první pomoc při krvácení z ucha spočívá – vyberte všechny správné možnosti**

a) Postižený musí ležet na zraněném uchu

b) Postiženému vložíme do ucha kus látky, aby krev všude netekla

c) Zachránce musí sledovat životní funkce

d) Zachránce provede zkoušku sluchu

**25) V případě otevřené zlomeniny na končetině**

a) Nejdříve zlomenou končetinu narovnáme a znehybníme pomocí dlah

b) Nejdříve přiložíme na končetinu sterilní krytí a znehybníme ji nad a pod zlomeninou pomocí dlah

c) Sledujeme životní funkce postiženého, voláme zdravotnickou záchrannou službu, popř. urychleně postiženého dopravíme k lékaři

d) Napravíme zlomenou končetinu a odvezeme postiženého k lékaři

**26) Vysvětlete, v čem spočívá pravidlo 5 T u šokového stavu:**

Ticho

Teplo

Transport

Tlumení bolesti – neznamená v žádném případě podat jakýkoli lék tlumící bolest

Tekutiny – neznamená v žádném případě dát postiženému napít; pouze navlhčujeme rty či jazyk

**27) Při popáleninách (označte všechny správné možnosti)**

a) Nikdy nepropichujeme puchýře

b) Zahájíme protišoková opatření – pokud, samozřejmě nejde o lehké popálení (např. o cigaretu, či vařič)

c) Sundáme všechno oblečení, které je v kontaktu s ránou

d) Necháme postiženého běhat, aby se ochladil

**28) Při úpalu (vyberte všechny správné možnosti)**

a) Doplňujeme tekutiny

b) Postupně snižujeme tělesnou teplotu

c) Nabídneme postiženému malé množství alkoholu „pro srovnání“

d) Podáme brufen na utišení bolesti

**29) Při kolapsovém stavu (mdlobě)**

a) Jemně poplácáváme postiženého v obličeji

b) Pokusíme se postiženého zvednout a „rozchodit“

c) Postiženého položíme a nohy zvedneme výše než je hrudník

d) Necháme postiženého být a on sám přijde k vědomí

**30) Účastnil(a) jste se Dne Klíčových Kompetencí s tématem první pomoci?**

a) Ano

pokud ano, ohodnoťte kvalitu poskytnutých informací na škále 1-5 jako ve škole:

napište nejdůležitější informaci, kterou si pamatujete :……

b) Ne

**31) Máte zájem se učit o poskytování předlékařské první pomoci?**

a) Ano, jakou formou ……

b) ne

Prostor pro Vaše náměty a komentáře

Příloha č. 2 Anotace ke Dni Klíčových kompetencí s tématem první pomoci na čtyřletém gymnáziu pro školní rok 2014/2015

# Základy a zásady první pomoci- First Aid

## Koordinátor: **Zemanová**

## Spolupráce: **Vrága, Máková**

Cíl: Poznat a ozkoušet si základy a zásady první pomoci. Naučit se základní názvosloví v angličtině. Nebýt ztracen při styku s nehodou a to ani v zahraničí.

Obsah: Praktické ukázky základních dovedností, ukázky typů úrazů a správných zásahů na interaktivní tabuli, zvládnutí základních pojmů v angličtině (je možno využít v maturitním tématu Health, Ilnesses)

## Rozvíjené kompetence:

1) kompetence sociální – práce v týmu, aktivně spolupracuje při stanovování a dosahování společných cílů, spolupracuje při řešení úkolu se skupinou

2) kompetence k řešení problému – kriticky interpretuje získané poznatky a zjištění a ověřuje je, pro své tvrzení nachází argumenty a důkazy, formuluje a obhajuje podložené závěry

3) kompetence k učení - kriticky přistupuje ke zdrojům informací, informace tvořivě zpracovává a využívá v praxi

## Místo : U3P3  Začátek: 10.00

## S sebou: *obvaz*

*šátek (jakýkoli – i plena…)*

Příloha č. 3 Přesný přepis otevřených odpovědí respondentů

Dotazníková položka č.4

Sportovní třídy

*absolvoval jsem několik kurzů a zachránil dítě.*

- *hodně věcí znám, ale ne vše;*
- *absolvoval jsem kurz v rámci trenérské licence*
- *něco vím;*
- *vím, ale nejsem si jistá, zda bych uměla v praxi použít;*
- *nic jsem nepodstoupil, ale první pomoc bych poskytl;*
- *jen teoretická znalost; zvládl bych to, ale nejsem odborník;*
- *teorie ano, praxe ne.*
- *vše jsem zapomněl.*
- *myslím, že vím, jak se zachovat a byl jsem i přítomen poskytování první pomoci;*
- *učil jsem se to snad 100x, ale vždy to zapomenu;*
- *asi bych věděla, co dělat, ale asi bych zpanikařila – nemám praxi;*
- *vím zhruba, jak postupovat; základy znám ze školy;*
- *byl jsem na nějakém kurzu a čtu letáky v tramvaji, kde to popisují*;
- *znám trochu teorii kvůli testům z autoškoly;*
- *asi bych to nezvládla;*
- *pár kurzů na základní škole jsem prošel;*
- *znám pouze teoretický postup.*
    - *věděl bych zhruba jak, ale zkušenost nemám;*
    - *sice o PP hodně vím, ale nejsme si jistý, zda bych udržel chladnou hlavu;*
    - *slyšela jsem hodně přednášek na ZŠ, ale nemůžu vědět, jak bych zareagovala;*
    - *měli jsme kurz PP ve škole;*
    - *myslím, že bych to dokázala, ale nebyla bych si jistá;*
    - *100% vědomosti nemám;*

- *neměla jsem příležitost si to vyzkoušet a myslím, že bych zmatkovala;*
- *nikdo mě nepoučil, mám to ze svých znalostí;*
- *naposledy jsem se dozvěděla něco o PP v 9. třídě;*
- *mám průměrné znalosti;*
- *zvládám již některé zásady PP;*
- *něco o tom vím, ale nebylo dost přednášek, abych si byla jistá;*
- *myslím, že bych zvládl, ale neměl jsem příležitost se otestovat;*
- *vím o co jde, ale ve stresu bych byl asi zmatený.*
- *umím už dlouho, ale vždy mi strhnou body za nedostatečné stlačování hrudníku*.

- *těžko říct, nikdy jsem to nevyzkoušel;*
- *znám jen část PP a asi bych nevěděla, co mám v dané situaci dělat;*
- *na ZŠ jsme rozebírali podrobněji;* ale také
- *na ZŠ jsme si něco říkali, ale nic moc;*
- *trochu jsem už slyšel;*
- *pár základů PP mám, ale bojím se, že bych zmatkovala.*
- *pamatuji si jen nějaké instrukce*.

<u>Všeobecné třídy</u>

- *možná bych na něco zapomněla;*
- *od mala jezdím na tábor, kde se PPP učíme*
- *kurz 1. pomoci s osvědčením*
- *kurz vedoucího mladých hasičů*
- *základy znám*
- *mám ze skautu kurz*
- *vím hlavní zásady*
- *několik let opakovaného lékařského kurzu*

- *učil jsem se první pomoc, ale nepoužil jsem ji*
- *osobně jsem se nesetkala s první pomocí, ale mám znalosti ze školy či kurzu*
- *měli jsme několik vyprávění, ale jsem zmatkař, takže bych to nepoužil*
- *umím dělat masáž srdce a zastavit tok krve, to je vše*
- *moc si to ze školy nepamatuji*
- *nějaké znalosti mám, ale v reálu je to těžší*
- *učila jsem se to jen ve škole*
- *znám jen potřebné základy*
- *někdy bych si poradil a někdy ne*
- *ještě mám mezery*
- *samovýuka*
- *nikdy jsem ji neposkytoval*
- *učil jsem se to, ale už zapomněl*
- *moc toho nevím*
- *nemám žádnou praxi*
- *mám pocit, že nás to na ZŠ moc dobře nenaučili*
- *řekla bych, že v tu chvíli bych nevěděla, co mám dělat*
- *poznám základní nemoci*
- *stále jsou situace, ve kterých bych byl bezradný*
- *nevím, zda si vše pamatuji*
- *mám instruktorský kurz pro oddíl*
- *informovaná jsem výborně, jen v daný moment zareagovat*
- *vím, co bych měl udělat, ale ještě mám nedostatky*
- *myslím, že bych dokázala pomoci, ale znalosti mám průměrné*
- *pamatuji si základy z přednášek na ZŠ*

- *nemám reálné zkušenosti, ale měli jsme hodně přednášek*
- *znám základy a kdyby šlo o lehké zranění, dokázala bych pomoci*
- *nemyslím si, že ji ovládám dobře*
- *mám z toho trošku obavy*
- *nevěřím si*
- *absolvování různých kurzů první pomoci*
- *znalosti od rodičů*
- *zkoušeli jsme na táboře*
- *něco málo vím*
- *nejsem si ve všech situacích zcela jist*
- *průměrně to zvládám*
- *nějaké nedostatky se najdou*
- *kurz horské služby – Rakousko*
- *něco vím, ale odborník nejsem*
- *s osobou bych asi začala mluvit, aby nespadla do bezvědomí*

*vše, co se kdy učil, zapomněl.*

- *zdravověda v autoškole a kurzy na ZŠ*
- *nejsem žádný lékař, ale mám dobrý základ díky své nešikovnosti*
- *základy mám, ale řadu věcí neznám*
- *lidské tělo mne zajímá, ale mohu vědět více*
- *záchranářský kurz*
- *žádná praxe, ale věděla bych, co dělat*
- *jsem schopná poskytnout první pomoc*
- *výcvik v autoškole, výcvik na figuríně, přečetl jsem si dotazník*
- *jediné, co si pamatuji, je 100 stlačení za minutu*

- *nikdy jsem PPP neposkytovala*
- *přednáška na ZŠ*
- *bojím se stresu, ale základy mám*
- *nevím, jak bych zareagovala*
- *ještě je co zlepšovat*
- *nejsem si jistá celkovou znalostí*
- *certifikát – Emergency First Respondent*
- *řekl bych, že dokážu uvést člověka do stabilizované polohy, udělat srdeční masáž a poskytnout umělé dýchání*
- *znalosti ze školních akcí první pomoci – umístění na 2. a 3. místě ze všech zúčastněných*
- *měl jsem několik kurzů, ale nikdy jsem to nedělal v reálu*
- *kurzy 1. pomoci ve škole*
- *kurz první pomoci před sportovním kurzem jako vedoucí*
- *plavčík*
- *umím to jen teoreticky a ne úplně dobře*
- *zúčastnila jsem se několika ateliérů PPP na sborovém táboře*
- *o PPP jsem se učila jen ve škole a podrobněji se nezajímala*
- *myslím, že bych dokázala pomoct do příjezdu ZS*
- *autoškola*
- *kurzy na ZŠ*
- *k vážnějším úkonům (fixace zlomeniny, oživování) jsem se nikdy nedostala*
- *veškeré vědomosti se ztrácí při panice*
- *už je to dlouho, co jsem o tom slyšel*
- *umím jen něco*
- *teorii umím, ale bojím se, že v praxi ji nepoužiju*

Dotazníková položka č.30

- *jak reagovat, když uvidím zraněného*
- *jak dávat nepřímou masáž srdce*
- *jak ošetřit různá zranění – popáleniny*
- *stabilizovanou polohu*
- *jak se provádí resuscitace*
- *zastavení silného tepenného krvácení – prsty do rány*
- *nepanikařit*

Jako poslední bod dotazníku byl žákům dán prostor pro jejich připomínky či komentáře.

V prvním ročníku sportovní třídy jsou tyto:

- *Myslím, že první pomoc by měl umět každý. Nikdy nevíte, kdy se bude hodit.*
- *S pomocí tohoto dotazníku jsem si zopakovala základy PP, ale také jsem zjistila, že v určitých situacích bych si nevěděla rady. Bylo by potřeba, abych si doplnila znalosti.*
- *Ráda bych věděla, jak někoho zachránit, kdyby se něco dělo. Přijde mi to užitečnější než zbytečné počítání z matiky nebo podrobné hodiny dějepisu*.

Komentáře druhého ročníku:

- *Dotazník? Tohle je test.*
- *Teorie je něco jiného než praxe.*
- *Škola by mohla poskytnout např. nějakou přednášku o první pomoci*.

Třetí ročník nepřipojil žádné náměty či připomínky.

Komentáře čtvrtého ročníku:

- *Jsem rád, že jsem mohl pomoct.*

Žáci prvního ročníku všeobecných tříd nepřipojili žádné komentáře ani návrhy.

Ani v druhém ročníku se neobjevuje žádný komentář ani návrh.

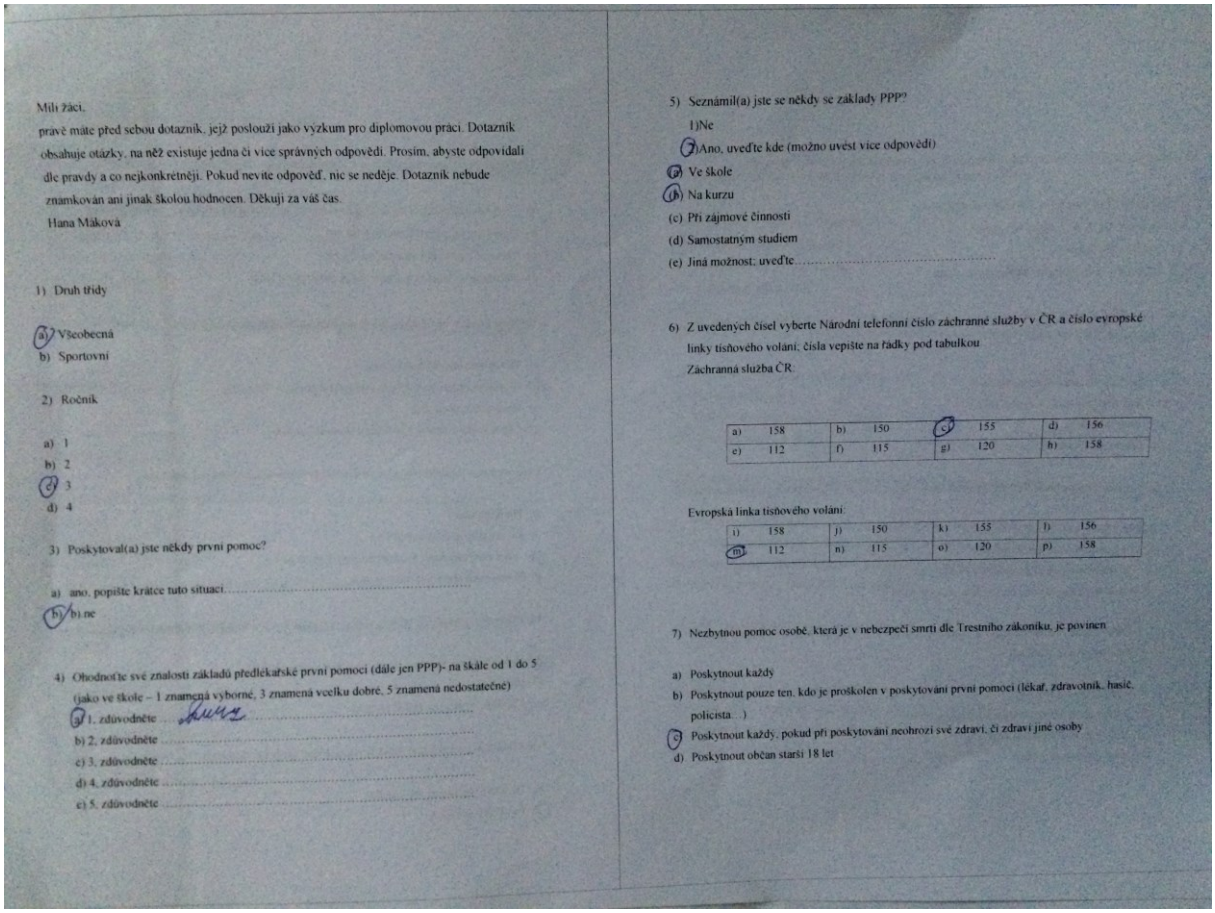
Ve třetím ročníku autorka zaznamenala:

- *Každý by měl znát aspoň nějaké základy, nebo se je přeučit; většinou se stává, že domněnky o PPP jsou nesprávné – já sama bych se chtěla zúčastnit nějakého kurzu*

Komentáře čtvrtého ročníku všeobecných tříd:

- *Je hezké to umět napsat na papír, ale v reálu je vše extrémně stresující a rychlé; není to pro každého*

Příloha č. 4 Scan vyplněného dotazníku



Milí žáci,
právě máte před sebou dotazník, jejž poslouží jako výzkum pro diplomovou práci. Dotazník obsahuje otázky, na něž existuje jedna či více správných odpovědí. Prosím, abyste odpovídali dle pravdy a co nejkonkrétněji. Pokud nevíte odpověď, nic se neděje. Dotazník nebude známkován ani jinak školou hodnocen. Děkuji za váš čas.
Hana Máková

1) Druh třídy

a) Všeobecná
b) Sportovní

2) Ročník

a) 1
b) 2
c) 3
d) 4

3) Poskytoval(a) jste někdy první pomoc?

a) ano, popište krátce tuto situaci.....
b) ne

4) Ohodnoťte své znalosti základů předlékařské první pomoci (dále jen PPP)- na škále od 1 do 5 (jako ve škole – 1 znamená výborně, 3 znamená veelku dobře, 5 znamená nedostatečně)
a) 1, zdůvodněte .....
b) 2, zdůvodněte .....
c) 3, zdůvodněte .....
d) 4, zdůvodněte .....
e) 5, zdůvodněte .....

5) Seznámil(a) jste se někdy se základy PPP?
1)Ne
2)Ano, uveďte kde (možno uvést více odpovědí)
(a) Ve škole
(b) Na kurzu
(c) Při zájmové činnosti
(d) Samostatným studiem
(e) Jiná možnost; uveďte.....

6) Z uvedených čísel vyberte Národní telefonní číslo záchranné služby v ČR a číslo evropské linky tísňového volání; čísla vepište na řádky pod tabulkou
Záchranná služba ČR:

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| a) | 158 | b) | 150 | c) | 155 | d) | 156 |
| e) | 112 | f) | 115 | g) | 120 | h) | 158 |

Evropská linka tísňového volání:

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| i) | 158 | j) | 150 | k) | 155 | l) | 156 |
| m) | 112 | n) | 115 | o) | 120 | p) | 158 |

7) Nezbytnou pomoc osobě, která je v nebezpečí smrti dle Trestního zákoníku, je povinen:

a) Poskytnout každý
b) Poskytnout pouze ten, kdo je proškolen v poskytování první pomoci (lékař, zdravotník, hasič, policista…)
c) Poskytnout každý, pokud při poskytování neohrozí své zdraví, či zdraví jiné osoby
d) Poskytnout občan starší 18 let

8) K poskytnutí první pomoci nesmíme používat (vyberte jednu správnou možnost)

a) Jakýkoli čistý kus oděvu raněného či záchranáře
b) Papírové kapesníky, tampony, mast
c) Součásti lékárničky
d) Předměty denní potřeby, které máme u sebe

9) V poskytnutí předlékařské první pomoci nám může zabránit pouze (vyberte jednu správnou možnost)

a) Ohrožení vlastního života či zdraví
b) Nechuť k dotýkání se cizích lidí
c) Zákaz rodičů
d) Strach ze selhání

10) Nejdůležitějším pravidlem při přivolání odborné pomoci je (vyberte jednu správnou možnost)

a) Nesdělovat žádné osobní informace
b) Zavěsit až po zavěšení dispečera
c) Zkontrolovat, zda v okolí nikdo neposlouchá
d) Nevolat, pokud nevíme přesně, kde se nacházíme

11) Při hromadném neštěstí nejdříve postižené roztřídíme a zahájíme pomoc osobám (vyberte jednu správnou možnost)

a) Umírajícím a zemřelým
b) Které mají u sebe kartičku zdravotní pojišťovny
c) Vyžadujícím neodkladnou pomoc
d) Které nejhlasitěji sténají



12) Pokud postižený nedýchá a je v bezvědomí (vyberte jednu správnou možnost)

a) Uvolníme dýchací cesty a zahájíme nepřímou srdeční masáž
b) Posadíme jej a jemně udeříme do zad
c) Třeseme s ním, dokud nezačne dýchat
d) Necháme jej ležet a doufáme, že se brzy objeví lékař

13) Mezi projevy bezvědomí náleží (vyberte jednu správnou možnost)

a) Přítomnost masivního krvácení
b) Chybějící reakce na oslovení a bolestivé podněty (štípnutí)
c) Poloha těla zhroucená
d) Chybí svalové napětí – postižený je zcela uvolněn

14) K vytažení zapadlého jazyka používáme (vyberte jednu správnou možnost)

a) Předklon hlavy
b) Do úst postiženého nesahámě
c) Jazyk nevytahujeme, stačí předsunutí dolní čelisti
d) Nůžky, nebo jakýkoli ostrý nástroj

15) Hlavními příznaky zástavy krevního oběhu jsou (vyberte jednu správnou možnost)

a) Nehmatný tep, promodralá sliznice a okrajové části těla
b) Silný třes
c) Chybějící reakce na vnější podněty

16) Resuscitaci zahajujeme, když (vyberte jednu správnou možnost)

a) Postižený nereaguje na podněty
b) Postižený nedýchá



c) Postižený je bledý a dýchá velmi rychle
d) Postižený leží na ulici nebo jiném neobvyklém místě

17) Nepřímá srdeční masáž se provádí stlačováním hrudníku (vyberte jednu správnou možnost)

a) Na hrudním koši v jeho spodním okraji
b) Na hrudní kosti uprostřed, na spojnici prsních bradavek
c) Na jakémkoli místě hrudníku
d) Na horní části hrudníku

18) Jaká bude frekvence stlačování hrudníku při resuscitaci dospělého? (vyberte jednu správnou možnost)

a) 80 stlačení za minutu
b) 100 stlačení za minutu
c) 120 stlačení za minutu
d) 5 stlačení na dva vdechy

19) Jak vypadá novější stabilizovaná (euro) poloha? (vyberte jednu správnou možnost)

a) Na břiše
b) Na zádech
c) Ve dřepu
d) Na boku s podloženou rukou pod tváří a pokrčenou horní nohou

20) Kdy končíme s resuscitací? Označte všechny správné možnosti (vyberte všechny správné možnosti)

a) Po 15 minutách
b) Poté, co zjistíme, že poraněný zemřel
c) Než poraněného převezme ZZS
d) Při úplném vyčerpání záchranáře
e) Pokud se navrátí funkce poraněného



21) Krvácení z krční tepny zastavíme (vyberte jednu správnou možnost)

a) Kravatovým šátkovým obvazem
b) Sterilním krytím a obinadlem
c) Stlačením tepny přímo v ráně
d) Přiložením zaškrcovala

22) V souvislosti s přiložením zaškrcovadla musíme hlavně (vyberte jednu správnou možnost)

a) Povolovat zaškrcovalo každé 3 minuty
b) Kontrolovat dýchání
c) Zaznamenat čas přiložení zaškrcovala
d) Komunikovat s poraněným

23) Při krvácení z nosu u zdravého jedince (vyberte jednu správnou možnost)

a) Je třeba vyhledat lékařskou pomoc, pokud krvácení trvá déle než 15 minut
b) Je třeba vyhledat lékařskou pomoc, pokud krvácení trvá déle než 5 minut
c) Je třeba vyhledat lékařskou pomoc, pokud krvácení trvá déle než 30 minut
d) Nikdy není třeba vyhledat lékařskou pomoc

24) Správná předlékařská první pomoc při krvácení z ucha spočívá (vyberte všechny správné možnosti)

a) Postižený musí ležet na zraněném uchu
b) Postiženému vložíme do ucha kus látky, aby krev všude netekla
c) Zachránce musí sledovat životní funkce
d) Zachránce provede zkoušku sluchu

25) V případě otevřené zlomeniny na končetině (vyberte jednu správnou možnost)

a) Nejdříve zlomenou končetinu narovnáme a znehybníme pomocí dlah
b) Nejdříve přiložíme na končetinu sterilní krytí a znehybníme ji nad a pod zlomeninou pomocí dlah
c) Sledujeme životní funkce postiženého, voláme zdravotnickou záchrannou službu, popř. urychleně postiženého dopravíme k lékaři
d) Napravíme zlomenou končetinu a odvezeme postiženého k lékaři

26) Vysvětlete, v čem spočívá pravidlo 5 T u šokového stavu:

[illegible] odkrvácejí

27) Při popáleninách (vyberte všechny správné možnosti)

a) Nikdy nepropichujeme puchýře
b) Zahájíme protišoková opatření – pokud, samozřejmě nejde o lehké popálení (např. o cigaretu, či vařič)
c) Sundáme oblečení, které je v kontaktu s ránou
d) Necháme postiženého běhat, aby se ochladil

28) Při úpalu (vyberte všechny správné možnosti)

a) Doplňujeme tekutiny
b) Postupně snižujeme tělesnou teplotu
c) Nabídneme postiženému malé množství alkoholu „pro srovnání"



d) Podáme brufen na utišení bolesti

29) Při kolapsovém stavu (mdlobě) (vyberte jednu správnou odpověď)

a) Jemně poplácáváme postiženého v obličeji
b) Pokusíme se postiženého zvednout a „rozchodit"
c) Postiženého položíme a nohy zvedneme výše než je hrudník
d) Necháme postiženého být a on sám přijde k vědomí

30) Účastnil(a) jste se Dne Klíčových Kompetencí s tématem první pomoci?

a) Ne
b) Ano

Níže, prosím, ohodnoťte kvalitu poskytnutých informací na škále 1-5 jako ve škole;

Níže, prosím, napište nejdůležitější informaci, kterou si pamatujete:

31) Máte zájem se učit o poskytování předlékařské první pomoci?

a) Ano, jakou formou .....
b) Ne

Prostor pro Vaše náměty a komentáře