

Biologija 8. razred

Tehniški dan PRVA POMOČ



Pozdravljen/a!

Danes boš opravil/a kratek tečaj prve pomoči. Naučil/a se boš nekaj osnovnih pravil ukrepanja, ki ti v vsakdanjem življenju lahko koristijo. Potrebuješ zvezek za biologijo.

V zvezek prepisi spodnja vprašanja in odgovore. Pri nalogah v zvezek zapiši samo rešitve.

Kaj je prva pomoč?

To je takojšnja oskrba, ki jo dobi poškodovanec ali nenadno zboleli na kraju dogodka in je opravljena z enostavnimi pripomočki.

Kdo je prvi pomagalec?

Tisti, ki prvi pomaga.

Kaj je namen prve pomoči?

Ohraniti življenje naglo obolelih ali poškodovanih oz. preprečiti poslabšanje stanja ter obvestiti nujno medicinsko pomoč (112).

Kdaj je potrebno takoj ukrepati in poklicati reševalce?

Kadar je človek v neposredni nevarnosti za življenje. To so:

1. nezavest (zadušitev!)
2. zastoj dihanja in delovanja srca
3. hujše krvavitve
4. šok
5. nagle zastrupitve

Kadar kličemo reševalce na številko 112 moramo povedati:

Kdo kliče?

Kaj se je zgodilo?

Podatki o kraju nesreče (točen naslov, hišna številka, dovoz, ali bo kdo čakal, nevarnosti ...).

Število je naglo obolelih ali poškodovanih oseb.

Stanje naglo obolelih ali poškodovanih.

1. NALOGA: KDAJ KLIČEMO IN KDAJ NE KLIČEMO 112?

Spodaj imaš 10 primerov, ki se lahko zgodijo v vsakdanjem življenju.

Primeri: https://rksozlj-my.sharepoint.com/:b/g/personal/nina_zalaznik_rdecikrizljubljana_si/EY1Gnlv0OR5MoIW2B-G-2agBi_l0hCdsIGOAApBWgKhLvA?e=1vllja

V katerih primerih je potrebno poklicati 112?

Zapiši številke teh primerov. _____

2. NALOGA: NESREČE DOMA

Razmisli, kaj vse nas lahko doma ogroža, torej kaj je tisto, kar lahko povzroči kakšno poškodbo.

Vse nevarnosti zapiši, nariši ali poslikaj s telefonom. Opiši še, kakšne poškodbe lahko nastanejo.

Doma poglej in se pogovori s starši, kje je vaša varna pot iz stanovanja v primeru nesreče (potres, požar) ter določite vaše zbirno mesto.

3. NALOGA: KAJ NAREDITI, ČE SE ZGODI NESREČA IN POTREBUJEM POMOČ?

Preberi spodnjo predstavitev:

https://rksozlj-my.sharepoint.com/:p/g/personal/nina_zalaznik_rdecikrizljubljana_si/ES5JriZgdkZOmybTzbQCAY0BeaKkpdZhPHY8li1E1zC4A?e=DMWXbq

4. NALOGA: KOMPLET PRVE POMOČI

V vsakem vozilu je obvezen komplet prve pomoči za voznike motornih vozil. Verjetno si opazil/a tudi omarice za prvo pomoč na različnih mestih v šoli. Kompleti morajo biti vedno pri roki in pripravljeni za uporabo. Dobro preglej spodnjo predstavitev. Poimenovani so posamezni pripomočki, ki jih lahko ob nezgodi uporabimo. Zapisano je tudi, pri kateri poškodbi ga naj uporabimo.

Doma poglej, kje hranite obliže, sterilno gazo, povoj, trikotno ruto, blazinico za obkladke, termometer, da boš vedel/a kje iskati, če bo potrebno.

https://rksozlj-my.sharepoint.com/:p/g/personal/nina_zalaznik_rdecikrizljubljana_si/EcSGUOY1DOpKheWTP6lsc_OBLojUYFZYTRniZTJmeLsPg?e=ocYmh7

5. NALOGA: SUM NA ZLOM ROKE IN KRVAVITEV IZ NOSU

Spodaj je zapisan primer nezgode, ki se lahko zgodi tudi tebi ali tvojemu prijatelju. Najprej razmisli, kako bi pomagal/a ponesrečenemu fantu in to zapiši v zvezek. Nato na spodnji povezavi preveri ali bi ravnal/a prav.

Juretu se je mudilo na igrišču, ker so ga že čakali prijatelji. Vozil se je s kolesom, bil je nepozoren in nenadoma ga je zaneslo. Zapeljal je na rob ceste, zaneslo ga je in ni več obvladal krmila. Padec je bil neizbežen. Ob padcu je začutil hudo bolečino v predelu podlahti leve roke. Opazil je tudi, da mu iz nosa tečejo kapljice krvi.

Preveri, če tvoja oskrba izgleda približno takole:

https://rksozlj-my.sharepoint.com/:p/g/personal/nina_zalaznik_rdecikrizljubljana_si/EX_ViHZVI-BLvMxddekf8Hk9e5re0mjPr5T-Cdts0K7Tg?e=4YKE4H

6. NALOGA: OSKRBA ODRGNINE

Sedemletni deček se je na dvorišču igral z žogo. Po nekaj minutah se je deček nenadoma spotaknil in padel na koleno. Ko si prišel do dečka, je sedel na tleh, držal se je za koleno. Videl si, da je njegovo koleno močno odrgnjeno in malce krvavi.

Oskrba: odrgnino dobro speremo z vodo in naredimo sterilno obvezo (potrebuješ prvi povoj ali sterilno gazo in navaden elastični povoj).

7. NALOGA: OSKRBA OPEKLINE NA ROKI

Mama je kuhala kosilo, pomagal ji je mlajši sin. Pri odcejanju testenin je posoda sinu zdrsnila iz rok. Mama je poskušala pomagati, pri tem je vrela voda špricnila po njeni desni podlahti. Močno jo je peklo.

Oskrba: Opeklino hladimo do prenehanja bolečine, nato jo sterilno obvežemo. Namesto navadne sterilne gaze, uporabimo aluplast, ki ga na rahlo povijemo s povojem.

8. NALOGA: TEMELJNI POSTOPKI OŽIVLJANJA

Poglej posnetek CAR OŽIVLJA, kjer je na zabaven a poučen način, prikazan postopek oživljanja.

<https://www.youtube.com/watch?v=cg6CTCRLuyw>

Po ogledu posnetka v zvezek zapiši, kako je bilo izvedeno in poskrbljeno za:

1. VARNOST:
2. ODZIVNOST:
3. SPROSTITEV DIHALNE POTI:
4. PREVERJANJE DIHANJA:
5. OBVEŠČANJE (KLIC NA 112)
OŽIVLJANJE: Razmerje med stisi prsnega koša in vpihi:
Mesto za izvajanje stisov prsnega koša:
Globina stisov:
Hitrost stisov:

9. NALOGA: POLOŽAJ ZA NEZAVESTNEGA

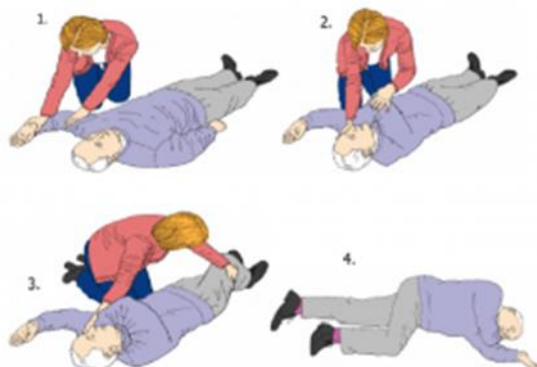
Poglej posnetka in v stabilni bočni položaj namesti svojega brata, sestro ali starša.

Posnetek 1: <https://rksozlj->

my.sharepoint.com/:v:/g/personal/nina_zalaznik_rdecikrizljubljana_si/ES5zRSAPk8FPmaKFY797utkB288ijM0cLVIAQDLxXXoXlw?e=WnvtID

Posnetek 2: <https://rksozlj->

my.sharepoint.com/:v:/g/personal/nina_zalaznik_rdecikrizljubljana_si/ETIARmrAe2pNIFcGCzOf2BYBsJXCgLT7lyoxHZIZVeZyXg?e=Fomx0U



10. NALOGA: PREPOZNAVANJE NUJNEGA STANJA

Šestdesetletnemu moškemu, kadilcu, je med igranjem tenisa nenadoma postalo slabo. V obraz je bil blede, oblival ga je mrzel pot. Moral je prenehati z igranjem. Soigralcu je priznal, da ga je že med igro začelo tiščati v prsnem košu. Zdaj je bila bolečina hujša, širila se je izza prsnice v vrat. Prosil je, naj ga odpeljejo domov.

V ZVEZEK ZAPIŠI:

Stanje obolele osebe:

Položaj obolele osebe:

Ukrep:

Svoje odgovore preveri z ogledom spodnjega posnetka:

<https://www.youtube.com/watch?v=1k-do9am-ag>

Naloge bomo pregledali pri prvi uri biologije v šoli.

Gradivo je bilo pripravljeno v sodelovanju z OZ RK Slovenska Bistrica.

Lep pozdrav,

Suzana Rajh