

Podchlazení

Správné řešení úkolů pro mladší žáky

1. Spolužák mohl vykazovat tyto příznaky:
 - chladná a bledá kůže
 - zmatenost
 - poruchy jemné motoriky
 - ústup pocitu bolesti
 - nepravidelné dýchání
 - zpomalené dýchání
 - zpomalené reflexy
 - rozšířené zornice
 - spavost
 - apatie
 - poruchy vědomí až bezvědomí
 - pomalý, těžko hmatný tep
 - nepravidelné dýchání
 - svalová ztuhlost
 - zástava dýchání a srdeční činnosti
2. Začal/a bych kamaráda resuscitovat.
3. Zásady BOZP, se kterými je seznámili vyučující.
4. Předvedení ukázky telefonátu: je nutné uvést jméno, své telefonní číslo, popsat, co se stalo, jaké příznaky u postiženého pozorujete, místo, příp. orientační bod, počet poraněných, věk poraněného, jaká první pomoc byla poskytnuta, ...)

Správné odpovědi na kontrolní otázky pro mladší žáky

1. Prevence podchlazení: vhodný oděv, více vrstev oděvu, nevzdalovat se od skupiny v terénu, nepít alkohol a neužívat návykové látky, uzpůsobit dobu pobytu v chladném prostředí oděvu a momentálnímu zdravotnímu stavu a tělesné konstituci apod.
2. K zástavě životně důležitých funkcí
3. Volná odpověď žáků.

Správné řešení úkolů pro starší žáky

1. Jedná se o mírné podchlazení.
2. Škrtneme: a), d)
odejde a pokusí se najít cestu sám
sedne si vedle kamaráda a bude čekat, zda je někdo objeví
3. Správné možnosti první pomoci: a), b), c)
postiženého postupně zahřívát
sledovat životní funkce
použít alufólii
4. Volné odpovědi žáků.

Správné odpovědi na kontrolní otázky pro starší žáky

1. Normální tělesná teplota zdravého jedince je 35,8 až 37 °C
2. Může dojít k zástavě životně důležitých funkcí.
3. Alkohol a některé druhy drog způsobují roztažení cév a tím dochází k úniku tepla z organismu.