

TECHNIKA

05.06.2020r.

KLASA IV

Temat: Pierwsza pomoc – inne urazy.

Bardzo często poszkodowanymi w wypadkach są rowerzyści. Każdy upadek na rowerze może być groźny. Najbardziej narażona na urazy jest głowa.

Na wyprawy rowerowe powinno się jeździć w towarzystwie innych osób.

Pamiętajmy zabrać ze sobą kask i podręczną apteczkę.

Podczas upadku z roweru mogą powstać takie urazy, jak stłuczenia czy uszkodzenia kości i stawów; mogą się też zdarzyć poważne rany, mocno krwawiące. Przeczytaj uważnie podstawowe informacje, jak należy udzielić pierwszej pomocy w razie poważnego urazu ciała. Najczęściej w takich wypadkach nie obędzie się bez fachowej, medycznej pomocy – nawet dorośli muszą w wielu sytuacjach ją wezwać.

Większe skaleczenia – jeżeli rana mocno krwawi, to najważniejsze jest **zatkanie krwawienia**.

Pierwsza pomoc:

- Uciskaj bezpośrednio krwawiące miejsce palcem lub całą dłońią – w zależności od tego, jak duża jest rana.
- Do krwawiących ran nie przykładaj ligniny, waty ani chusteczek higienicznych.
- Zranioną część ciała trzymaj w górze.
- Szybko wezwij pomoc medyczną.
- Uspokajaj rannego.

Stłuczenie, zwichnięcie, skręcenie czy złamanie. Przy uszkodzeniach kości i stawów, kiedy występuje opuchlizna, ból, ograniczona zdolność poruszania, tylko lekarz lub ratownik medyczny mogą ustalić, jaki jest to rodzaj obrażenia. Innym osobom trudno ocenić, czy jest to zwichnięcie, skręcenie czy złamanie kości.

Pierwsza pomoc:

- Właściwie ułóż poszkodowanego.
- Zabezpiecz poszkodowanego przed utratą ciepła.
- Szybko wezwij pomoc medyczną.

- Uspokajaj rannego.
- Pamiętaj, że nie wolno zmieniać położenia skręconej czy złamanej kończyny, ale należy ją unieruchomić tak, aby zapobiec przemieszczeniom.

Do **ukąszenia** lub **użądlenia** może dojść w różnych sytuacjach, np. podczas spaceru, wędrówek pieszych lub rowerowych czy zabawy na podwórku. Musisz wiedzieć, co wtedy zrobić.

Pierwsza pomoc:

- Sprawdź, czy w skórze tkwi jeszcze żądło.
- Jeśli żądło tkwi, to usuń je pęsetą lub paznokciami.
- Schłódź miejsce użądlenia lub ukąszenia zimnym okładem lub woreczkiem lodu, by złagodzić ból. Przy użądleniu pomaga też kwaśny okład, np. z octu, cytryny, cebuli.
- Jeśli do użądlenia doszło w obrębie jamy ustnej (wewnątrz buzi), to podaj poszkodowanemu do ssania kostki lodu – przyniosą mu ulgę.
- Jeśli u poszkodowanego występują objawy duszności (na co zazwyczaj wskazuje utrudniony, świszczący lub rzęzący oddech), to koniecznie **natychmiast wezwij pomoc medyczną**.

Udzielanie pierwszej pomocy poszkodowanemu nie wymaga od ratującego bohaterstwa oraz narażania własnego życia i zdrowia. Bezpieczeństwo ratującego i ratowanego jest tak samo ważne.

Zadanie

Wyobraź sobie, że Twoją siostrę użądliła w buzię osa – potrzebna jest jej pomoc. Sformułuj poprawny komunikat, który przekażesz ratownikowi, gdy zadzwonisz pod numer 112.

Zadanie zapisz i wyślij na adres e-mail: kowal73pl@gmail.com lub wyślij na messengerze.
(notatkę można wydrukować i wkleić do zeszytu).

Powodzenia😊