

# Obsah:

## I. ČERVENÝ KŘÍŽ A ZÁKLADNÍ PRINCIPY HUMANITÁRNÍHO PRÁVA

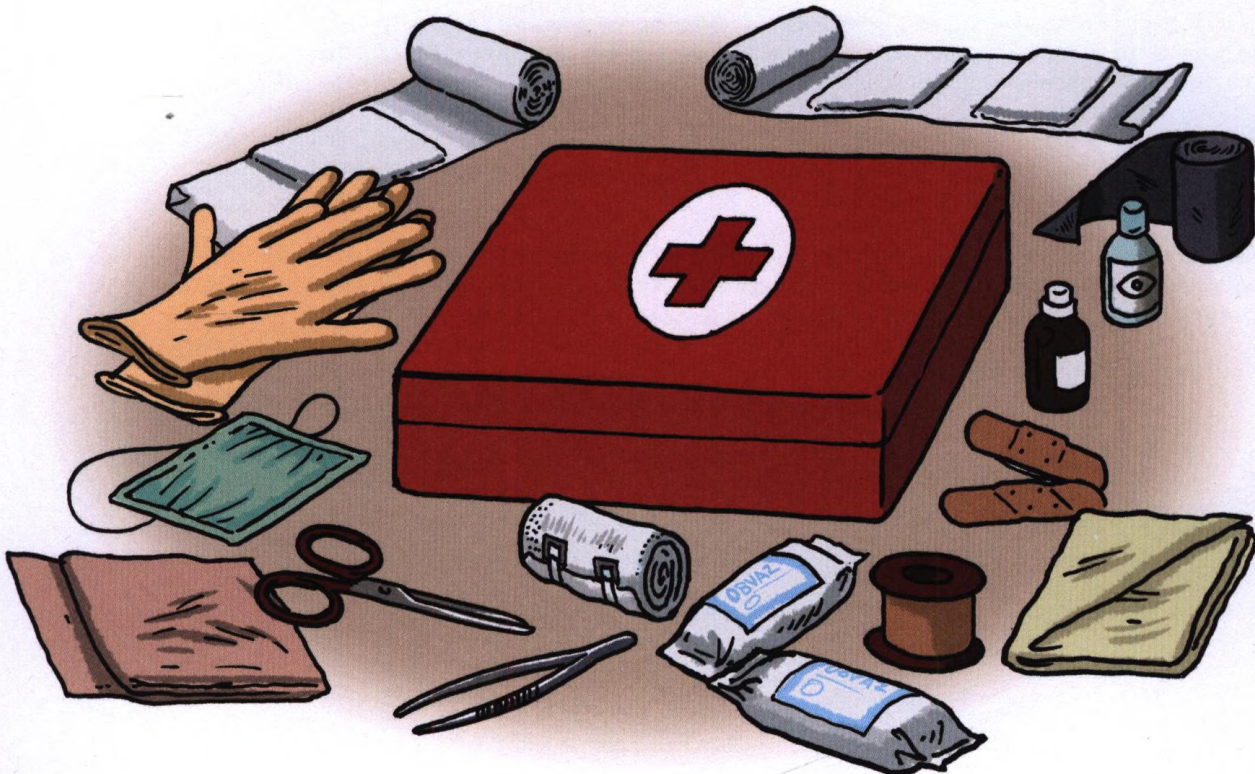
Doc. RNDr. Marek Jukl, Ph.D.

O Červeném kříži	6
Historie Mezinárodního hnutí	7
Sedm principů	8
Český červený kříž	8
Humanitární právo	8

## II. STAVBA A FUNKCE LIDSKÉHO TĚLA

MUDr. Jaroslav Horných

1. Stavba a funkce lidského těla	10
2. Soustava pohybová	12
3. Krevní oběh, krev	16
4. Soustava trávicí	18
5. Soustava dýchací	20
6. Soustava vylučovací	22
7. Soustava kožní	23
8. Soustava pohlavní	24
9. Soustava smyslová	26
10. Soustava nervová	28
11. Žlázy s vnitřní sekrecí	31



### III. PRVNÍ POMOC

#### 1. O první pomoci 32

*Mgr. Eva Bernatová*

#### 2. Než začneš ošetřovat 32

*Mgr. Eva Bernatová*

Vlastní bezpečnost zachránce	33
Základní vyšetření postiženého	34
Pořadí ošetření	34
Volání záchranné služby	34
Péče o postiženého do příjezdu záchranné služby	34

#### 3. Když jde o život 35

*Mgr. Eva Bernatová*

Bezvědomí	35
Zástava dechu	37
Dospělý	37
Dítě	39
Použití automatizovaného externího defibrilátoru	40
Dušení cizím tělesem	40
Masivní krvácení	41

#### 4. Když jde o zdraví 42

*Bc. Jitka Fikarová*

Poranění hlavy	42
Poranění hrudníku	42
Poranění břicha	44

#### 5. Úrazy 45

*Bc. Jitka Fikarová*

Poranění páteře	45
Poranění končetin	46
Rány	47
Úrazové amputace	48
Bodnutí hmyzem	48
Poranění očí	50
Popáleniny, omrzliny a poleptání	50
Krvácení z tělních otvorů	52

#### 6. Neúrazové stavy 53

*Mgr. Eva Bernatová*

Mdloba	53
Záchvat křečí	54
Stavy náhlé dušnosti	54
Alergická reakce	55
Náhlá bolest na hrudi	56
Cévní mozková příhoda	57
Celkové přehřátí	57
Celkové podchlazení	58
Opakování	58

#### 7. Lékárnička a obvazová technika 60

*Bc. Jitka Fikarová*

Lékárnička	60
Obvazy	61
Náplastové obvazy	61
Šátkové obvazy	61
Obinadlové obvazy	62
Tlakový obvaz	62
Dlahy	62

#### 8. Transport poraněných 63

*Mgr. Eva Bernatová*

Doprovod	63
Rautekův manévr	63
Rautekův manévr ve dvou	63
Nesení na stoličce	63
Nesení na nosítkách	63

### IV. MIMOŘÁDNÉ UDÁLOSTI

*Ing. Bc. Martin Srb, Ph.D.*

1. Co je to mimořádná událost	66
2. Devět tipů, jak se připravit na mimořádnou událost	67
3. Když zazní siréna	68
4. Evakuace	70
5. Požár	71
6. Teroristický útok	72
7. Povodně	73
8. Extrémní horko a sucho	74
9. Bezpečnost potravin a vody	75
10. Bezpečnost u vody	76

Poznámky	77
Správné řešení úkolů	80