



# Zdravotná výchova

Adriana Katunincová

# Prvá pomoc pri úrazoch

- Porezanie
- Tečenie krvi z nosa
- Bodnutie včelou  
/osou/
- Popáleniny
- Úpal
- Zlomeniny



# POREZANIE



Andrej sa porezal do dlane nožíkom. Rana je hlboká a silno krváca.

Úloha: Ako ranu ošetríme?

**Ranu nikdy neumývame.**

**Ruku treba držať zdvihnutú, krvácanie sa tým zoslabí.**

**Na ranu priložíme tlakový obväz a previažeme ju.**

# TEČENIE KRVÍ Z NOSA



Jankovi sa spustila krv z nosa.

Úloha: Ako postupujeme pri jej zastavení?

**Hlavu mu musíme predkloniť.**

**Na záhlavie mu dáme mokrý uterák alebo mokrú šatku.**

**Ak je krvácanie veľmi silné, treba ihneď zavolať lekára.**



## BODNUTIE VČELOU /OSOU/



Jurka bodla včela. Bodnutie včelou alebo osou je veľmi bolestivé.

Úloha: Ako postupujeme pri podávaní prvej pomoci?

**Postihnuté miesto vpichu nestláčame.**

**Žihadlo vytiahneme pinzetou.**

**Miesto vpichu ochladzujeme ľadom alebo studeným obkladom.**

# POPÁLENINY



Tomáš rád pomáha v kuchyni. Chytil sa elektrickej platne a popálil sa.

Úloha: Ako postupujeme pri podávaní prvej pomoci?

**Popálené miesto treba dať pod tečúcu vodu aspoň na 10 minút.**

**Popálené miesto prekryjeme vlhkou gázou alebo vreckovkou.**

**Navštívime v každom prípade lekára.**

# ÚPAL



Majka bola príliš dlho na slnku. Dostala úpal.

Úloha: Ako jej podáme prvú pomoc?

**Okamžite ju treba dať do tieňa, na hlavu mokrú šatku a uložiť s podložením hlavy.**

**Privoláme pomoc lekára.**

**Ochladzujeme organizmus.**

## ZLOMENÁ RUKA



Betka sa bicyklovala a spadla na ruku. Zlomila si ju

Úloha: Ako postupujeme pri podávaní prvej pomoci?

**Ruku treba zavesiť do trojcípej šatky.**

**Ranu nikdy nečistíme a nenaprávame.**

**Treba zavolať lekára.**



# Ďakujem za pozornosť

Použité zdroje: Prvá pomoc pre deti  
/vyd. Príroda/

