**Ispitnja pitanja i odgovori iz predmeta Prva pomoć**

**1. Kako osigurati mjesto prometne nezgode?**

* sigurnosni trokut na udaljenosti 100m + pri ograničenoj vidljivosti-svijetlo
* isključiti motor, izvaditi kontakt ključ ili skinuti priključak akumulatora
* zakočiti vozilo ili postaviti prikladan predmet pod kotač
* iz eventualno zapaljenog vozila najprije osloboditi putnike

**2. Značenje i pravila pružanja prve pomoći!**

Brza pomoć koja se ukazuje ozljeđenome na mjestu nesreće

* ne stvarati paniku
* pridržavati se principa «prije svega ne štetiti»
* ne činiti više nego što se očekuje
* «ne dopustiti pristup znatiželjnim promatračima»

**3. Gdje i kako obaviti prvi orijentacijski pregled unesrećenog?**

* u vozilu, osim izuzetno nakon izvlačenja iz vozila
* treba uočiti da li je u besvjesnom stanju i guši se, da li diše, da li snažno krvari, i ima li ozljeđenu kralježnicu

**4. Nabrojite sadržaj kutije za prvu pomoć i njezinu namjenu!**

* 2x individualni prvi zavoj -pokrivanje otvorenih ozljeda i opeklina
* Kaliko zavoj -pričvršćivanje sterilne gaze ,komprese
* Sterilna gaza -pokrivanje otvorenih ozljeda i opeklina
* Sterilna kompresa -pokrivanje otvorenih rana i opeklina
* Hansaplast -pokrivanje sitnih površinskih ozljeda
* Ljepljivi flaster -pričvršćivanje gaze i komprese za kožu
* Trokutni rubac -imobilizacija, podvezivanje, previjanje
* Ziherica -učvršćivanje kraja zavoja pri imobilizaciji
* Žilet -paranje odjeće
* Najlonska vrećica -amputirani dijelovi, prodorne rane prsnog koša
* škare s tupim vrhom
* pvc rukavice za jednokratnu upotrebu
* aluplast-zavoj za opekline

**5. Koja su standardna sredstva za pružanje prve pomoći?**

* sredstva iz kutije prve pomoći

**6. Nabrojite priručna sredstva za pružanje prve pomoći!**

* prometni trokut -šal
* pumpa -kravata
* kišobran -rubac
* daska -remen

**7. Kako postupiti s ozlijeđenim osobama u vozilu?**

* ako se guši omogućiti prohodnost dišnih putova
* ako jako krvari, zaustaviti krvarenje
* ako ne diše započeti s umjetnim disanjem

**8. Navedite redoslijed pružanja prve pomoći kod unesrećenog u prometnoj nezgodi!**

* neodgodiva pomoć
* izvlačenje iz vozila
* detaljan pregled i potrebna pomoć, pripreme za transport

**9. Nabrojite sigurne i nesigurne znakove smrti!**

SIGURNI

* mačje oko
* mrtvačke pjege
* mlohavost -težina ozljeda – nespojivih sa životom
* ukočenost zglobova

NESIGURNI

* prestanak disanja i rada srca

**10. Kako ukloniti odjeću s određenog dijela tijela?**

* odjeća se skida samo u slučajevima kada je to prijeko potrebno
* odjeća se ne smije nepotrebno oštetiti,
* nepromišljen postupak za vrijeme skidanja odjeće može pogoršati postojeće ozljede
* Kaput se skida sa zdrave pa s ozlijeđene ruke
* odjeća se para po šavovima
* nagorena odjeća se obrezuje oko opekline

**11. Kako postupiti s ozlijeđenim osobama u naseljenim, a kako izvan naseljenog mjesta?**

* pružiti neodgodivu pomoć i pozvati hitnu pomoć 94 i policiju 92
* u naselju sve ostalo prepustiti stručnom osoblju hitne pomoći
* izvan, ako hitna pomoć ne može stići ili ju ne možemo pozvati ozlijeđene moramo pripremiti za transport i transportirati u bolnicu

**12. Kako prepoznati da li je unesrećeni bez svijesti?**

* ako ne reagira na zbivanja u okolini i ne odgovara na pitanja, ali diše i srce mu radi
* mišići tijela omlohave, ostaju bez tonusa-napetosti
* nestaju zaštitni refleksi kašljanja i gutanja

**13. Koji su najčešći uzroci gubitka svijesti?**

* ozljeda glave, otrovanje ispušnim plinovima, toplinski udar, udar električne energije, groma, utapanje

**14. Koji je najčešći uzrok smrti kod onesviještenih osoba?**

* gušenje

**15. Kako prepoznati da se onesviještena osoba guši?**

* ne diše i koža dobiva plavičastu boju

**16. Zbog čega se najčešće guši ozljeđeni koji je bez svijesti?**

* mlohavi jezik pada u ždrijelo a korijen jezika zatvara dušnik

**17. Nabrojite moguće uzroke gušenja ozljeđenih osoba!**

* gušenje vlastitim jezikom ili dušnik zatvoren krvlju, slinom, hranom, povraćenim sadržajem

**18. Kako pružiti prvu pomoć osobi koja je bez svijesti?**

* postaviti je u stabilan bočni položaj

**19. Kada onesviještenog moramo staviti u položaj na trbuh?**

* kod ozljede kralježnice

**20. Neodgodiva prva pomoć**

* ako se guši omogućiti prohodnost dišnih puteva
* ako jako krvari zaustaviti krvarenje
* ako ne diše početi s umjetnim disanjem
* ako ne radi srce-početi s postupkom oživljavanja

**21. Koje metode zaustavljanja krvarenja poznajete?**

* pritiskom prsta (prstiju) na žilu kucavicu
* izravan pritisak na ranu
* postavljanje kompresnog zavoja na ranu
* podvezivanjem uda

**22. Prva pomoć kod vanjskih krvarenja!**

* pritiskom prsta na arteriju privremeno ili izravnim pritiskom na ranu se zaustavlja krvarenje a onda se na ranu postavi kompresivni zavoj
* potražiti znakove iskrvarenja

**23. Na kojim dijelovima tijela se ne može kompresivnim zavojem potpuno zaustaviti krvarenje?**

* na vratu, na debelom mesu, preponama
* na otrgnutim odnosno smrskanom dijelu ruke ili noge

**24. Prepoznavanje i prva pomoć kod unutarnjeg krvarenja!**

* prepoznavanje je vrlo teško, iskašljavanje krvi, povraćanje krvi ili krv u stolici, odnosno znakovi iskrvarenja
* pravilan način transporta

**25. Koji su znakovi iskrvarenja i mjere prve pomoći?**

* puls ubrzan i slab - jedva opipljiv
* disanje ubrzano i površno
* koža blijeda, hladna, orošena hladnim ljepljivim znojem
* moguć gubitak svijesti
* Nakon zaustavljanja svih krvarenja ozlijeđenog treba postaviti u autotransfuzijski položaj, prekriti i hitno transportirati u bolnicu
* ako nema povredu trbuha može mu se dati da pije vodu, čaj, dehidracijsku otopinu.

**26. Kako se zaustavlja krvarenje podvezivanjem udova?**

* nekoliko centimetara iznad rane zaveže se trokutni rubac, kravata ili šal dovoljno labavo da omogući zatezanje pomoću komadića drveta. Nakon dovoljno uvrtanja komadić drveta se fiksira da ne dozvoli odvrtanje. Potrebno je zapisati točno vrijeme postavljanja poveza, premotati, imobilizirati transportirati u odgovarajućem položaju u bolnicu.

**27. Kako postupiti s amputiranim udovima?**

* zamotati u više slojeva sterilne gaze, omotati zavojem, staviti u plastičnu vrećicu koju treba dobro zatvoriti da ne propušta zrak. Tako zapakovano pokušati smjestiti u uvijete temperature oko 4 °C. Stupnja tj. staviti u drugu vrećicu u kojoj ima leda koji se topi, a nakon toga sve umotati u ručnik ili neku drugu tkaninu. Zapisati točno vrijeme i okolnosti.

**28. Što je šok i kako ga prepoznati?**

* Šok je za život opasano stanje poremećene cirkulacije krvi, opći poremećaj organizma, čest pratilac težih povreda
* najčešće pri svijesti ali potpuno nezainteresiran za sebe i okolinu
* gleda odsutno: koža blijeda, hladna, orošena ljepljivim znojem
* usne modričaste, disanje brzo i površno, puls slab i ubrzan

**29. Postupak s ozlijeđenom osobom u šoku!**

* zaustaviti krvarenja, imobilizirati prijelome i iščašenja
* postaviti u vodoravan položaj
* pokrivanjem zaštititi od danjeg gubitka topline
* ako nisu ozlijeđeni trbušni organi, dati mu čaja ili vode
* transportirati u bolnicu

**30. Kako prepoznati prestanak disanja?**

* nema podizanja i spuštanja prsnog koša
* iz nosa i otvorenih usta ne izlazi zrak

**31. Što može prouzročiti prestanak disanja?**

* ozljeda glave koja je izazvala i nesvjesno stanje
* začepljeni dišni putovi, gušenje stranim tijelom, otrovanja, razne bolesti pluća, krvarenje u mozak

**32.Što učiniti s ozlijeđenim koji ne diše?**

* sa dva prsta podići bradu i zabaciti glavu, osloboditi dišni put
* provjeriti usnu šupljinu i odstraniti strani sadržaj, zubnu protezu
* ako i dalje ne diše pristupiti davanju umjetnog disanja

**33. Koje metode umjetnog disanja poznajete?**

* «usta na usta»
* «Usta na nos»

**34. Kada primijeniti metodu umjetnog disanja «usta na usta»?**

* -uvijek kad unesrećeni ne diše, osim ako postoje zapreke kao: davatelj ne može obuhvatiti usta unesrećenog itd. – tada dati «usta na nos»

**35. Primijenite metodu disanja «usta na usta»!**

Izvodi se ovako:

* kleknuti pored unesrećenog,
* zabaciti mu glavu i osloboditi dišne puteve,
* -jednom rukom potiskujete mu čelo prema dolje i ujedno mu prstima zatvorite nos,
* drugu ruku stavite pod vrat unesrećenog i podizanjem vrata pomognite zabacivanju glave,
* udahnite zrak iz okoline,
* svoja usta prislonite na usne unesrećenog i upušite zrak u njega i pri tome promatrajte da li se diže prsni koš unesrećenog,
* dignite glavu i udahnite svježi zrak iz okoline, a za to vrijeme pustite da unesrećenom upuhnuti zrak slobodno može izaći,  
  -ponavljajte postupak u ritmu normalnog disanja.
* Umjetno disanje obično počinjemo s nekoliko bržih upuhivanja zraka i nastavljamo u ritmu normalnog disanja (oko 12 do 16 puta u minuti).

**36. Što su rane i kako mogu nastati?**

* rane su oštećenja kože uz vrlo česta oštećenja i dijelova ispod kože
* najčešće nastaju djelovanjem izvana mehanički, toplinski ili kemijski na površinu kože
* ubodne, ugrizne, razderotine, posjekotine, ogrebotine, strijelne rane

**37. Koje su moguće opasnosti u svezi s ranom?**

* rane su otvorene ozlijede
* krvarenje, infekcija, šok

**38. Kako postupiti s ranom?**

* ranu treba pokriti sterilnom gazom (ili jastučićem prvog zavoja) i previti povojem, a na manje rane može se staviti hansaplast ili flaster

**39. Što se ne smije činiti s ranom?**

* dirati prstima, čistiti
* ispirati tekućinama
* premazivati niti zaprašivati, sprejati
* iz nje vaditi predmete koji su ušli duboko

**40. Kako postupiti s opeklinom neposredno nakon djelovanja topline?**

* otečeno mjesto deset minuta hladiti mlazom vode, nakon toga može oblozima. Poslije hlađenja staviti sterilnu gazu zavoj za opekline – aluplast (ili ništa). Ozlijeđenom davati čaj ili vode (ukoliko smije piti)

**41. Što je cilj prve pomoći kod opeklina?**

* spriječiti prodiranje topline dublje u tkivo, hlađenjem opečenog dijela tkiva
* spriječiti infekciju
* spriječiti šok

**42. Kako postupiti s ozljedom djelovanja sumporne kiseline?**

* što hitnije isprati mlazom vode do 10 minuta i odstraniti odjeću natopljenu kiselinom, sterilno premotati ozljedu kože

**43. Kada se i zašto izvodi imobilizacija?**

* kod prijeloma i iščašenja te kod svih težih ozljeda da se spriječi povećanje ozljeda za vrijeme transporta

**44. Koji su sigurni a koji nesigurni znakovi prijeloma?**

SIGURNI

* ispad funkcije (ne može se služiti prelomljenim dijelom tijela) -bol, modrica,

NESIGURNI

* deformacija - oteklina

**45. Kako prepoznati iščašenje zgloba?**

* iščašenje je povreda kada zglobna glavica iskoči iz zglobne čašice
* po izbočenju i pokretljivosti zgloba
* bol i deformacija – najčešće se događa u ramenom zglobu i zglobu palca

**46. Koja su pravila pružanja prve pomoći kod prijeloma?**

* pažljivo postupati da se ne izazovu još veća oštećenja
* kod premještanja hvatati za dva susjedna zgloba i umjereno istezati u suprotnim smjerovima pridržavati rukom ispod mjesta prijeloma
* prijelom treba imobilizirati

**47. Koji je postupak pružanja prve pomoći kod otvorenog prijeloma?**

* na ranu se stavlja sterilna gaza po potrebi zaustavlja krvarenje
* ostalo kao kod običnog prijeloma

**48. Koja sredstva za imobilizaciju poznajete?**

* trokutasta marama, zavoji i ziherica iz kutije prve pomoći
* daske, letve, metalne šipke, udlage, kartoni, dijelovi odjeće itd.

**49. Kako izvršiti pregled unesrećenog sa sumnjom na ozljedu kralježnice?**

* pitanjem ima li bolove u vratu i leđima, osjeća li dodir na rukama, nogama
* ima li neosjetljivost, mrtvilo na nekom dijelu tijela
* može li podići ruke, noge

**50. Navedite važnost pružanja prve pomoći kod sumnje na ozljedu kralježnice!**

* ozljeda kralježnice može dovesti do trajnog invaliditeta
* pravilnim pružanjem prve pomoći to se možda izbjegne

**51. Kada posumnjati na ozljedu kralježnice?**

* ima bolove u vratu i leđima
* ne osjeća neki dio tijela
* ne može pokretati ruke i noge (mišići ne reagiraju)

**52. Kada posumnjati na ozljedu zdjelice?**

* javlja jaku bol u kukovima, preponama i leđima
* oteklina, krvni podljevi, asimetrija lijeve i desne strane
* ne može podignuti noge ni stati na njih iako mišići reagiraju
* ne može stajati, hodati

**53. Koje vrste vozila su najprikladnije za transport unesrećenih osoba?**

* kombi vozila (dostavna)

**54. Koja vozila nisu prikladna za transport unesrećenih osoba i zašto?**

* zaprežna vozila, traktori, kamioni , motocikli

**55. Kada koristiti osobno vozilo za transport unesrećenih osoba?**

* kada povreda zahtjeva sjedeći transportni položaj, i mala djeca
* povreda glave (pri svijesti), povreda prsnog koša i vrata

**56. Na koji način se prevoze i kakav mora biti postupak s unesrećenim osobama u tijeku transporta?**

* postepena ubrzavanja i usporavanja , polako preko neravnina
* ako je potrebno odabrati i duži put s boljom cestom
* radije odabrati udaljenije mjesto koje ima bolnicu
* stalno promatrati unesrećenog i pružati dodatnu pomoć kada treba
* saslušati primjedbe i žalbe unesrećenog

**57. U koji položaj se stavlja unesrećeni kod unutarnjeg krvarenja?**

* krvarenje u prsnom košu i trbuhu – unesrećenog poleći ravno i tako transportirati
* u autotransfuzijski položaj ako ima znakove iskrvarenja, a da se ne radi o krvarenju u trbušnu šupljinu i prsni koš

**58.Što je autotransfuzijski položaj?**

* noge podignute za 20 – 30 cm, glava spuštena na podlogu, podignute ruke

**59.Kako se ozlijeđena osoba postavlja u autotransfuzijski položaj?**

* ležećem na leđima (horizontalno) postaviti predmet ispod potkoljenice
* ili predmet postaviti pod dasku na kojoj leži (ispod stopala)
* ruke pridržavati u zraku

**60. Kada se ozlijeđena osoba ne smije staviti u autotransfuzijski položaj?**

* kod unutarnjih krvarenja
* ako nisu zaustavljena sva vanjska krvarenja
* ako je bez svijesti

**61. Što je prividna smrt i oživljavanje?**

* onesviještena osoba ne diše niti joj radi srce
* 2 upuhivanja zraka u pluća pa 15 pritisaka na prsnu kost
* nakon svaka 4 ciklusa provjera disanja i rada srca

**62. Kada se prestaje s oživljavanjem?**

* kod pojave spontanog disanja i rada srca
* dolaskom liječnika
* kad je spasilac fizički iscrpljen i ne može nastaviti
* nakon 1/2 sata (ili 30 minuta) ako nije bilo moguće uspostaviti ni disanje ni rad srca

**63. Trovanje alkoholom?**

* 3-5 promila alkohola u krvi (iznad 5 nastupa smrt)
* povraćanjem izazvati izbacivanje alkohola iz želudca da ne dospije u krv
* otrovanog u besvjesnom stanju staviti u bočni položaj
* ako ne diše – postupak umjetnog disanja
* ako srce ne radi – postupak oživljavanja

**64. Otrovanje ispušnim plinovima?**

* ugljični monoksid – plin bez boje, okusa i mirisa (kada sagorijeva organska materija (nafta, ugljen, olin , drvo) uz premalo kisika)-zagrijavanje automobila u garaži, dugotrajna vožnja u koloni
* jaka glavobolja, napetost mišića, umor, potpuna nepokretnost
* iznijeti na svježi zrak, onesviješteni u bočni položaj, prividna smrt-oživljavanje, što hitnije u bolnicu radi primjene kisika

**65. Otrovanje antifrizom?**

* antifriz je uljasta tekućina, kemijski spada u skupinu alkohola (etilenglikol)
* najčešće djeca zbog nepravilnog skladištenja i privlačne boje, ½ dcl izaziva smrt
* znakovi pijanstva koje brzo prelazi u prividnu smrt
* popiti 2-3 dcl vode te povraćati, ako se može izazvati povraćanje
* protuotrov-etilni alkohol-(žestoka pića 1dl i zatim ¼ dcl svaki sat)
* hitan prijevoz u bolnicu
* bez svijesti ne davati piti i ne izazivati povraćanje, postaviti u bočni položaj
* ako ne diše i srce ne radi – postupak oživljavanja

**66. Što je automobilska bolest?**

* bolest vožnje – kratkotrajni poremećaj zdravlja tijekom vožnje
* nadražaj organa za ravnotežu u unutarnjem uhu
* prije puta pojesti malen obrok lakoprobavljive hrane
* pola sata prije puta tablete, po preporuci liječnika
* voziti se na mjestu suvozača s pogledom dalje unaprijed
* zavojima i prijevojima voziti polako, imati vrećicu
* tijekom vožnje tijelo i glava trebaju biti čvrsto prislonjeni na naslon kako bi se izbjegli neželjeni pokreti
* pogled treba usmjeriti (fiksirati) na određeni predmet u daljini