



Kviz znanja o prvi pomoči

Upoštevajte, da je možnih več rešitev.

1. Na avtocesti vidite nezgodo. Kako se pravilno odzovete?

- a) Takoj zavijem v desno, ustavim in vključim vse štiri smernike.
- b) Takoj stečem do poškodovanega vozila in pomagam poškodovancem.
- c) Peljem dalje in z mobilnim telefonom obvestim službo nujne medicinske pomoči.
- d) Najprej zavarujem kraj nezgode z varnostnim trikotnikom.
- e) Ker nisem udeleženec nezgode, mi tudi ni treba ustaviti in pomagati.

2. Sosed si je pri žaganju drv hudo poškodoval podlaket, ki zelo močno krvavi. Hitite mu na pomoč. Kaj je treba storiti, da bi ustavili krvavitev?

- a) Poškodovano roko najprej dvigniti v višjo lego.
- b) Roko nad poškodbo trdno prevezati.
- c) Pritiskati na arterijo nad nadlahtnico.
- d) Namestiti kompresijsko obvezo.
- e) Poškodovanca pokriti.
- f) Poškodovanca z lastnim osebnim vozilom prepeljati k zdravniku.
- g) Opraviti klic v sili – obvestiti službo nujne medicinske pomoči na številko 112.
- h) Prva pomoč ni potrebna.
- i) Noge poškodovanca položiti v nekoliko višjo lego.

3. Kako ugotovite, da je vaš sosed zaradi izgube krvi v šoku?

- a) Njegov pulz je hiter in slaboten.
- b) V obraz je rdeč.
- c) Njegova koža je hladna, zebe ga.
- d) Nemiren je, na čelu ga obliva mrzel pot.
- e) Toži zaradi glavobola.
- f) Njegova koža je bleda.
- g) Ima razširjene zenice.

4. Kako je treba ukrepati ob šoku?

- a) Izvajati umetno dihanje.
- b) Noge namestiti v višjo lego.
- c) Prizadetega namestiti v stabilni bočni položaj za nezavestnega.
- d) Prizadetega pomirjati.
- e) Prizadetega pokriti z reševalno odejo (ali dvostransko metalizirano folijo), da ne bi izgubljal toplote.
- f) Namestiti mu mrzle obkladke.
- g) Preverjati krvni obtok (pulz).
- h) Opraviti klic v sili – obvestiti službo nujne medicinske pomoči na številko 112.

5. Vaš sodelavec se nenadoma zelo slabo počuti. Drži se za prsi. Kateri znaki kažejo na srčni infarkt?

- a) Močne bolečine v prsih in levi roki.
- b) Težko dihanje.
- c) Hud glavobol.
- d) Slabost.
- e) Slaboten, nepravilen pulz.
- f) Strah in nemir.
- g) Blede siva, hladno oznojena koža.
- h) Rdečica obraza.

6. Katere ukrepe morate opraviti pri srčnem infarktu?

- a) Odpreti ozka oblačila (npr. ovratnik na srajci).
- b) Namestiti prizadetega v udoben položaj z dvignjenim zgornjim delom telesa.
- c) Klic v sili – obvestiti službo nujne medicinske pomoči na številko 112.
- d) Namestiti prizadetega v vodoravno lego.
- e) Dati prizadetemu sredstvo proti bolečinam.
- f) Prizadetega z lastnim osebnim vozilom kar najhitreje prepeljati v najbližjo bolnišnico.
- g) Preprečevati, da bi se prizadeti vznemirjal ali naprezal.

7. Pokličite vas na otroško igrišče, kjer se je poškodoval otrok. Z gugalnico je padel na glavo. Kako boste ugotovili, da ima otrok pretres možganov in da mora v bolnišnico?

- a) Po otrokovem hudem glavobolu.
- b) Po slabosti in bruhanju.
- c) Po zelo rdeči glavi.
- d) Po udarnini na glavi.
- e) Po vrtoglavici in omotici.

8. Na zabavi se eden od gostov pri ražnju močno opeče. Kako je treba ukrepati pri opeklinah?

- a) Opraviti klic v sili – obvezno službo nujne medicinske pomoči na številko 112.
- b) Opečene dele kože takoj dlje časa polivati s hladno vodo.
- c) Opekline oskrbeti s prahom.
- d) Poškodovanca po možnosti pokriti z reševalno odejo (dvostransko metalizirano folijo).
- e) Na prizadeta mesta nanesti mazilo za opekline.
- f) Rane oskrbeti s sterilno obvezo.
- g) Rane ne smemo močiti.

9. Pri igranju nogometa si je učenec zvil nogo in lahko stopi na nogo le z bolečinami. Kakšna je pravilna prva pomoč pri poškodbi gležnja?

- a) Učenec mora takoj prenehati igrati in noge ne sme več obremenjevati.
- b) Takojšnja prva pomoč ni potrebna, to lahko opravimo pozneje.
- c) Takoj je treba nanesti mazilo za športne poškodbe.
- d) Gleženj je treba takoj dlje časa oblagati s hladnimi ovitki in vsaj s hladnimi obkladki.
- e) Prizadeto nogo je treba položiti v nekoliko dvignjen položaj.
- f) Hladilni ovitek je treba pritrditi z obvezo.
- g) Prizadeti naj se skopa v vroči kopeli.
- h) Poškodbo mora oceniti in zdraviti zdravnik.

10. Naletite na močno poškodovanega človeka, pri katerem ne zaznavate niti dihanja niti pulza. Kateri so pravilni ukrepi oživljanja?

- a) Prizadetega položimo na trdo podlago.
- b) Takoj ga moramo začeti oživljati.
- c) Zunanjo masažo srca in umetno dihanje izmenjujemo v razmerju 30:2.
- d) Umetno dihanje in zunanjo masažo srca izmenjujemo v razmerju 4:20.
- e) Oživljati je treba vse do prihoda službe nujne medicinske pomoči ali zdravnika.
- f) Zaradi nevarnosti zloma reber smejo srce in pljuča oživljati le strokovnjaki.
- g) Pri oživljanju je treba prizadetega najprej namestiti v stabilni bočni položaj za nezavestnega.

Rešitve: