

Wpływ wysokich i niskich temperatur na organizm człowieka – pierwsza pomoc – karta pracy

1. Oceń prawdziwość poniższych zdań. Wybierz P, jeśli zdanie jest prawdziwe, lub F, jeśli jest fałszywe.

Udzielając pierwszej pomocy w razie oparzenia, **nie wolno**:

1.	polewać alkoholem miejsca urazu	P	F
2.	smarować oparzeń tłuszczem	P	F
3.	nakłuwać powstałych pęcherzy	P	F
4.	stosować opatrunków na poparzoną twarz	P	F
5.	zrywać lub odklejać przylegającej do ciała odzieży	P	F
6.	polewać oparzonego miejsca wodą	P	F

2. Zaznacz poprawne dokończenie zdania.

Skórę rąk oparzoną wrzątkiem należy natychmiast

- A. obficie zdezynfekować spirytusem.
- B. grubo posmarować tłustym kremem.
- C. posmarować białkiem jajka kurzego.
- D. schładzać chłodną wodą, a następnie przykryć jałową gazą.

3. **Dobierz do podanych objawów stopień oparzenia. Wpisz w każdym wierszu tabeli odpowiednią cyfrę rzymską.**

- I. pierwszego stopnia
- II. drugiego stopnia
- III. trzeciego stopnia
- IV. czwartego stopnia

Cyfra	Objawy oparzenia
	martwica tkanek, wypalone, zagłębione rany o zwęglonych brzegach
	piekący ból, zaczerwienienie skóry i obrzęk
	pęcherze z płynem surowicznym, silny ból

4. **Podczas rodzinnego spotkania wujek wylał sobie na rękę świeżo zaparzoną herbatę. Zaznacz dwie czynności ratownicze, które w tej sytuacji wykonujesz.**

- A. Zakładam suchy, jałowy opatrunek.
- B. Zakładam opatrunek uciskowy.
- C. Smaruję oparzone miejsce tłustą maścią.
- D. Przez kilka minut schładzam oparzoną rękę niezbyt zimną bieżącą wodą.
- E. Układam wujka w pozycji bezpiecznej.
- F. Przekłuwam pęcherze z płynem surowicznym.

5. **Udzielasz pomocy 4-letniemu dziecku, które przed chwilą oparzyło sobie nogi gorącą wodą. Co musisz zrobić w pierwszej kolejności? Zaznacz poprawną odpowiedź.**

- A. Posmarować oparzone miejsce maścią.
- B. Zastosować na oparzone miejsce środek odkażający (np. Panthenol, spirytus).
- C. Schodzić miejsce oparzenia zimną wodą.
- D. Założyć jałowy opatrunek.

6. Wśród podanych sposobów udzielenia pomocy w przypadku wychłodzenia lub odmrożenia wykreśl te, których nie wolno stosować.

- Przenieś poszkodowanego do ciepłego pomieszczenia.
- Zmień przemoczoną odzież na suchą.
- Intensywnie rozgrzewaj poszkodowanego, np. gorącą wodą.
- Podaj do picia ciepły, mocno osłodzony napój.
- Rozcieraj odmrożone miejsca śniegiem.
- Ogrzewaj powierzchnie odmrożone ciepłem własnego ciała.
- Podaj poszkodowanemu do picia napój rozgrzewający, np. alkohol.
- Nałóż na odmrożenie suchy, jałowy opatrunek.
- Opatrunek ciasno przytwierdź bandażem.
- Osobę wychłodzoną okryj kocem lub folią termiczną.

7. Podczas zimowej wycieczki klasowej twoja koleżanka zgubiła rękawiczki i odmroziła sobie dłonie. Zaznacz 2 czynności ratownicze, które w tej sytuacji wykonujesz.

- A. Intensywnie rozcieram odmrożone dłonie.
- B. Stopniowo ogrzewam odmrożone dłonie ciepłą wodą.
- C. Uciskam miejsce odmrożenia, aby przywrócić krążenie.
- D. Nakładam na odmrożenie suchy, jałowy opatrunek.
- E. Układam koleżankę w pozycji bezpiecznej.
- F. Zakładam na dłonie opatrunek uciskowy.

8. Jak trzeba udzielić poszkodowanemu pierwszej pomocy w przypadku oparzenia skóry środkiem chemicznym?

- A. Należy przetrzeć oparzone miejsce wilgotną ściereczką.
- B. Należy usunąć nadmiar substancji na sucho, a pozostałą część dokładnie spłukać wodą.
- C. Należy położyć oparzone miejsce spirytusem.

9. Ile procent powierzchni ciała dorosłego człowieka stanowi jego dłoń (reguła dłoni)?

- A. 1 procent
- B. 5 procent
- C. 10 procent

10. Oparzenie jak dużej powierzchni ciała poszkodowanego wymaga konsultacji lekarskiej?

- A. Każde oparzenie należy skonsultować z lekarzem.
- B. Trzeba skonsultować oparzenie powyżej 1% powierzchni ciała.
- C. Trzeba skonsultować oparzenie powyżej 10% powierzchni ciała.

11. Jak należy postępować z osobą wychłodzoną?

- A. Należy ją położyć i stosować ogrzewanie bierne.
- B. Trzeba rozgrzać ją jak najszybciej gorącą kąpielą.
- C. Trzeba rozcierać jej stopy i ręce, podać do picia gorące płyny.

12. Co jest przyczyną udaru słonecznego?

- A. długotrwałe przebywanie w pomieszczeniu pozbawionym oświetlenia słonecznego
- B. zbyt długie przebywanie w miejscu silnie nasłonecznionym
- C. długotrwałe przebywanie w pomieszczeniu silnie nagrzanym promieniowaniem słonecznym, np. blaszanym garażu