

# Zdravotník

## **1) Znej zásady poskytování první pomoci a postup při poskytování první pomoci**

Přezkoušení nebo beseda pro družinu.

## **2) Znej druhy poranění, úrazů a způsob jejich ošetření**

Znát především tato poranění a úrazy: podvrtnutí a vykloubení, zlomeniny, popáleniny, úpal a úžeh, omrznutí, poranění plic, krvácení (druhy ran). Znát příznaky poranění, způsob ošetření. Přezkoušení s praktickou ukázkou.

## **3) Znej první pomoc při šoku, mdlobě, bezvědomí**

Znát příznaky, předvést uložení pacienta do stabilizované polohy. Praktické a teoretické přezkoušení.

## **4) Uměj provádět kříšení (resuscitaci)**

Vědět co znamená kříšení, kdy a jak se provádí. Přezkoušení teoreticky, beseda pro družinu, je li model i prakticky.

## **5) Znej první pomoc při hromadném úrazu.**

Viz. 1)

## **6) Znej druhy obvazů a obvazovou techniku.**

Přezkoušení teoretické, prakticky předvést alespoň 5 způsobů použití obvazů a dlah.

## **7) Znej vybavení a použití lékárníčky**

Znát vybavení lékárníčky domácí, táborové, na výpravy a osobní. Vědět jak se vybavení používá. Přezkoušení nebo beseda pro družinu.

## **8) Znej základní hygienické předpisy pro provoz letního tábora, jak předcházet epidemiím**

Znát uvedené předpisy, vědět, jaké epidemie se mohou vyskytnout a jak postupovat při karanténě. Přezkoušení.

## **9) Znej anatomii a fyziologii lidského těla**

Znát lidskou kostru (české názvy jednotlivých kostí). Vědět kudy prochází důležité cévy (tlakové body), znát obecně funkce jednotlivých orgánových soustav (hlavně soustava dýchací, cévní, trávicí a nervová).