

PRVNÍ POMOC U DĚTI

ŽIVOT OHROŽUJÍCÍ STAVY
&
ZÁVAŽNÉ ÚRAZY

CO TĚ ČEKÁ

Tenhle materiál vznikl pro mámy, táty, babičky, dědy, tety, strejdy a vůbec všechny, co se ve svém životě potkávají s dětma a chtějí jim, v případě potřeby, umět poskytnout první pomoc.

Jsou pro tebe nachystané úkoly vztahující se ke konkrétním tématům.

Za úkoly následuje shrnutí postupů první pomoci, rady a tipy, jak situaci v případě potřeby zvládnout.

Forma úkolů a závěrečného shrnutí není zvolena náhodně. Náš mozek se nejlépe učí tak, že na předchozí znalosti nabaluje něco nového. Podobně, jak když staviš sněhuláka. Proto si nejdřív projdi úkoly. I když máš pocit, že nic neumíš a jsi tu přece proto, abyses něco dozvěděl/a.

Jsem si jistá, že něco víš. Umíš. Něco jsi slyšel/a. Vždyť první pomoc je součástí školního vzdělávání a povinnou součástí testů k získání řidičského průkazu!

Vstup s myslí otevřenou a stejně jako děti v tvém okolí zjistíš, že hra je nejlepší způsob, jak se něco naučit.





OBSAH

BEZPEČNOST

BEZVĚDOMÍ

RESUSCITACE

KRVÁCENÍ

CIZÍ TĚLESO V DÝCHACÍCH
CESTÁCH

POPÁLENINY

ALERGIE

LARYNGITIDY

PŘEHŘÁTÍ &
DEHYDRATACE

ÚRAZY HLAVY

Já jsem Pavla

JSEM MÁMA, ZÁCHRANÁŘKA A LEKTORKA PRVNÍ POMOCI

První pomoc jsem školila dělníky ve velkých výrobních halách i zubaře v privátních praxích. Jsem certifikovanou školitelkou kurzů akreditovaných Evropskou resuscitační radou a vedu školení zaměřená na první pomoc u dětí.

Vím, že chceš pro své dítě to nejlepší a první pomoc není výjimkou. Taky vím, že dávat první pomoc svému dítěti je mnohem náročnější, než pomáhat komukoliv jinému. Společně se teď podíváme na situace, které přímo ohrožují život a naučíme se na ně adekvátně reagovat. Chladnou hlavu a klid ti nezaručím. Vědomosti a sebedůvěru ale ano.

Pokud budeš mít jakékoliv otázky k první pomoci, napiš mi na e-mail nebo mě kontaktuj na instagramu.



BEZPEČNOST

Bezpečnost je alfou a omegou každé záchranné akce. Zajištění bezpečnosti může někdy trvat pár vteřin, jindy i 10 minut.

Bezpečnost začíná rozhlédnutím. Pořádně se dívat a vnímat situaci je naprosto zásadním předpokladem. Proto tě čekají dvě aktivity, na kterých si svoji pozorovací schopnost trochu potrénuješ.

Na další stránce najdeš dva obrázky. Vezmi si mobil, nastav na stopkách 1 minutu a zkus během ní najít všech 10 rozdílů.





I pro tebe, jako rodiče je bezpečnost nesmírně důležitá. Pokud se vrhneš na pomoc svému dítěti a něco se ti v průběhu záchrany stane, situaci vůbec nepomůžeš. Nejen, že bude potřeba tě taky ošetřovat, ale nebudeš moct svému dítěti dál pomáhat. Nebo ho třeba doprovázet do nemocnice.

Proto vždycky myslí v první řadě na sebe. Nezapomeň ani na další, ještě nezraněné děti, které máš s sebou. I o ně je potřeba se postarat, než se pustíš do záchrany ostatních.

Rozhodni, která situace
vyžaduje odbornou
pomoc (155/nemocnici) a
kdy to zvládnete doma.

1. dítě 6 let, sáhlo na žehličku prstem, má začervenalou špičku prstu
2. dítě 10 let, spadlo do ohniště, chytnul mu rukáv košile, má popáleninu celé paže, jsou vidět puchýře
3. dítě 1 rok, rozkousalo kabel od lampy, má černou spáleninu na rtu, je při vědomí
4. dítě 3 roky, zapalovalo svíčku, má puchýřek na prstě
5. dítě 5 let, při koupání si pustilo vroucí vodu z kohoutku, má rudé nohy a zadek, vidíš pár puchýřů
6. dítě 14 let, přelézalo vagóny na nádraží, má úplně černou ruku, vidíš kost, dítě spadlo ze střechy vagónu na zem, probírá se
7. dítě 2 roky, strhlo na sebe zapnutou žehličku, má rudou kůžu přes celý hrudník a břicho

do nemocnice: 2, 3, 5, 6, 7