

05 Zdravověda

Rádce se občas octne s družinou zcela sám, a tehdy si musí vědět rady, když se něco přihodí. Může jít i o život.

Jako skauti se často pohybujeme v lesnatém terénu, pracujeme s nožem, sekerou, kladivem, pilou a z toho plynou nejběžnější úrazy

- DEZINFEKCE

septonex, peroxid vodíků, betadine, jodová tinktura, alkohol

- OTEVŘENÉ RÁNY

oděrky - dezinfikujeme, zalepíme
malé řezné - stáhneme motýlkem, očistíme, ovážeme
velké řezné - stejně jako malé, ale rychle voláme lékaře/dopravíme k lékaři
tržné rány - o kámen/pilu - utlumíme krvotok polštářkem sterilního materiálu a ovážeme, pozor na přílišné utažení

- NARAŽENINY, ZLOMENINY

podivně ohnuté končetiny se nesnažíme narovnat, otestujeme, zda pacient může pohnout a narovnat sám
naraženy bolí, ale nejsou nebezpečné
oteklý kotník může být vyvrknutý i zlomený, pokud velká bolest, nepokračovat v chůzi, volat lékaře
zlomeniny zafixovat, pokud nelze, zabezpečit proti podchlazení pacienta a volat pomoc

- ÚRAZY HLAVY, BŘICHA

nebezpečné, nejsou vidět, rychle k lékaři
nejběžnější je otřes mozku, pacient zvrací, točí se mu hlava, vidí dvojité, chlad/stín/volat lékaře

- ŠOK a bezvědomí

příznaky šoku: bledost, pocení, slabý puls na zápěstí, zrychlený tep, pacientovi je zima, třese se a může být zmatený, má poruchy vědomí nebo je dokonce v bezvědomí.
velmi nebezpečný stav při úrazu
položit, zvednout nohy, hlídat teplotu těla(stín ale teplo), nepít, nejíst, neopouštět, uklidňovat, volat lékaře
při bezvědomí rychle zvednout nohy, krev nateče do hlavy, možno také proplesknout, zavolat jménem, šplouchnout vodu, čichnout čpavek

- POPÁLENINY - velmi bolestivé, špatně se hojí

drobné nebo od slunce - nastříkáme panthenolem
žádné masti, rychle chladíme, přivoláme lékaře/odvezeme k lékaři

- ALERGIE, ŠTÍPNUTÍ, UŠTKNUTÍ

je dobré vědět, kdo je alergický a co se mu podává, mít to s sebou
na štípnutí: cibule, tea-tree olejíček
astma, otok krku - dýchátko stříknout do krku, v případě hrozby smrti vrazit hadičku, proříznout hrdlo
otoky všeho druhu - pít kalcium
uštknutí zmijí /nejlépe hlavně ihned zavolat lékaře, klid, žádná námaha, nezaškrcovat/

- KLÍŠŤATA A TŘÍSKY

klíště hlavně rychle vyndat /pinzetou, nebo vytočit, možno mastičkou přidusit/
vydezinfikovat a zapsat kdy a kde
třísku jehlou vydezinfikovanou vytáhneme, zabráníme hnisání - vyčistit a znovu vydezinfikovat
špinavé odřeniny a třísky nemilosrdně vydrhnout kartáčem

- RESUSCITACE

člověk který nedýchá, zemře, cokoli uděláme pro jeho oživení je lepší
dech zjistíme poslechem u nosu/úst
vyčistíme ústa, zakloníme hlavu, opřeme se do plic a začneme 100x za minutu masírovat srdce
krátké prudké stisky plnou vahou s napjatýma rukama (prohnout hrudník o 3-5cm, u dětí 2-3 cm)