\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

imię i nazwisko

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

klasa data

***Pierwsza pomoc***

**1.** (2 p.) **Uporządkuj nazwy części układu oddechowego (A–E) w taki sposób, aby schemat prezentował przemieszczanie się powietrza przy wdechu. Wpisz w pustych polach odpowiednie litery.**

1. gardło
2. płuca
3. krtań
4. jama nosowa/jama ustna
5. tchawica

**Droga powietrza przez organizm przy wdechu**

D

**2.** (2 p.) **Wymień 2 elementy apteczki pierwszej pomocy zapewniające bezpieczeństwo osobie wykonującej resuscytację krążeniowo-oddechową.**

* + ………………………………………………………………………………………………
	+ ………………………………………………………………………………………………

**3.** (2 p.) **Dopisz do podanych numerów alarmowych nazwy służb lub instytucji, które możesz dzięki nim zawiadomić.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Numer alarmowy** | **Nazwa służby ratunkowej/instytucji** |
| **112** |  |
| **998** |  |

**4.** (2 p.) **Dobierz do ogniw łańcucha przeżycia (1–4) cel ich wykonywania (A–D). Wpisz w tabeli odpowiednie litery.**

A. zyskanie na czasie

B. zapobiegnięcie nagłemu zatrzymaniu krążenia (NZK)

C. przywrócenie jakości życia

D. przywrócenie czynności serca

|  |  |
| --- | --- |
| **Ogniwo łańcucha przeżycia** | **Cel** |
| 1. Wczesne rozpoznanie i wezwanie pomocy
 |  |
| 1. Wczesne rozpoczęcie RKO
 |  |
| 1. Wczesna defibrylacja
 |  |
| 1. Opieka poresuscytacyjna
 |  |

**5.** (2 p.) **Wyjaśnij, co oznaczają wymienione litery w schemacie oceny stanu poszkodowanego ABC.**

**A** – ………………………………………………………………………………………………

**C** – ………………………………………………………………………………………………

**6.** (2 p.) **Oceń prawdziwość podanych zdań. Zaznacz P, jeśli zdanie jest prawdziwe, lub F, jeśli jest fałszywe.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Zdanie** | **Prawda** | **Fałsz** |
| 1. Jeśli poszkodowany głośno i nieregularnie wzdycha, należy uznać jego oddech za prawidłowy.
 | **P** | **F** |
| 1. Poszkodowanego nieprzytomnego, ale oddychającego zawsze układa się w pozycji bezpiecznej, nawet gdy okoliczności zdarzenia wskazują na uraz kręgosłupa.
 | **P** | **F** |
| 1. Udzielając pierwszej pomocy, zawsze w pierwszej kolejności należy zadbać o własne bezpieczeństwo.
 | **P** | **F** |
| 1. Podczas resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO) uciski klatki piersiowej należy wykonywać w tempie 100–120 razy na minutę.
 | **P** | **F** |

**7.** (2 p.) **Wymień 3 objawy zwiastujące zawał serca.**

* + ………………………………………………………………………………………………
	+ ………………………………………………………………………………………………
	+ ………………………………………………………………………………………………

**8.** (1 p.) **Nagle odkrywasz, że twój dziesięciomiesięczny brat nie oddycha. Co robisz w pierwszej kolejności? Zaznacz poprawną odpowiedź.**

A. Wykonuję 15 uciśnięć klatki piersiowej.

B.Wykonuję 5 oddechów ratowniczych.

C. Przytrzymuję go w pozycji pionowej.

D. Kładę na brzuchu i wykonuję 5 uderzeń między łopatkami.

**9.** (1 p.) **Zaznacz poprawne dokończenie zdania.**

Resuscytację krążeniowo-oddechową (RKO) osoby dorosłej wykonujemy…

A. w trzech seriach i z dwiema minutowymi przerwami.

B. w dziesięciu seriach bez przerw.

C. nieprzerwanie do momentu wykonania telefonu na numer ratunkowy.

D. nieprzerwanie do momentu przyjazdu zespołu ratownictwa medycznego.

**10.** (2 p.) **Wyjaśnij, na jakie rany stosuje się opatrunek osłaniający, a na jakie – uciskowy.**

…………………………………………………………………………………………..………

……………………………………………………………………………………...……………

…………………………………………………………………………………………….…..…

**11.** (2 p.) **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** |
|  | zwęglone fragmenty ciała  |
|  | martwica tkanek, wypalone, zagłębione rany o zwęglonych brzegach  |
|  | piekący ból, zaczerwienienie skóry i obrzęk  |

**12.** (2 p.) **Podczas zimowej wycieczki klasowej twoja koleżanka zgubiła rękawiczki i odmroziła sobie dłonie. Zaznacz dwie 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.

**13.** (3 p.) **Po wykonaniu wyskoku podczas gry w siatkówkę kolega poczuł ostry ból w kolanie. Staw jest zniekształcony i zaczyna puchnąć. Wymień 3 czynności, które wykonujesz, udzielając mu pierwszej pomocy.**

* + ………………………………………………………………………………………………
	+ ………………………………………………………………………………………………
	+ ………………………………………………………………………………………………

**14.** (3 p.) **Uzupełnij algorytm postępowania ratowniczego w przypadku zadławienia niemowlęcia.**

**1.**

Ułóż niemowlę na przedramieniu twarzą do dołu, palcami podtrzymuj żuchwę.

**ZADŁAWIENIE**

**2.**

Odwróć dziecko na plecy, ułóż na przedramieniu z głową skierowaną w dół.

**3.**

dziecko kaszle i oddycha

dziecko ma problem z oddychaniem i kaszlem

Jeśli dziecko straciło przytomność, rozpocznij RKO.