



Test dotyczący krwawienia i krwotoków

- 1) Przy krwawieniach z nosa należy:
 - a) odchylić głowę do tyłu
 - b) zatkać nos palcami i podać wodę do picia
 - c) pochylić głowę do przodu
- 2) Przy krwotoku lub silnym krwawieniu stosujemy:
 - a) opaskę uciskową
 - b) pozwalamy na swobodny wypływ krwi do momentu przyjazdu służb ratowniczych
 - c) opatrunek uciskowy
 - d) dużą ilość waty
- 3) Jeżeli krwawienie jest obfite i pierwszy opatrunek zaczyna przeciekać to:
 - a) ściągamy stary opatrunek zakładamy nowy
 - b) dokładamy drugi opatrunek i całość owijamy bandażem
 - c) pozwalamy aby krew spokojnie przeciekła
 - d) powyżej razy zakładamy opaskę uciskową
- 4) Jeśli mamy do czynienia z krwotokiem tętnicznym to:
 - a) krew jest ciemna jednostajny wypływ
 - b) krew jasna jednostajny wypływ
 - c) krew ciemna pulsujący wypływ
 - d) krew jasna pulsujący wypływ
- 5) Przy krwawieniu staramy się aby poszkodowany:
 - a) położył się lub usiadł
 - b) cały czas stał
 - c) klęczał

Test dotyczący oparzeń

- 1) Ile jest stopni oparzeń
 - a) 5
 - b) 10
 - c) 4
 - d) 6

- 2) Wymień rodzaje oparzeń w zależności od czynników wywołujących oparzenie
 - a).....
 - b).....
 - c).....

- 3) Objawy oparzenia drugiego stopnia to:
 - a) skóra ma kolor czarny
 - b) zaczerwienienie skóry i pęcherze z płynem surowiczym
 - c) skóra ma kolor białawy

- 4) Czego nie powinniśmy robić w przypadku oparzenia
 - a) ściągamy biżuterię
 - b) schładzamy zimną bieżącą wodą
 - c) nacieramy tłuszczem
 - d) rozcinamy odzież w miejscu oparzenia

- 5) Jak długo schładzamy oparzenie
 - a) godzinę
 - b) 3 min
 - c) 15-30 min
 - d) nie schładzamy

Test dotyczący pierwszej pomocy

- 1) Pierwszą czynnością, którą wykonujesz przybywając na miejsce wypadku jest:
 - a) wysłuchanie relacji świadków
 - b) wezwanie pomocy, np. służb ratowniczych
 - c) zadbanie o bezpieczeństwo własne i innych ratujących
 - d) wstępna diagnoza poszkodowanego (przytomność, oddech, oznaki krążenia)

- 2) Opowiadasz znajomym o wypadku. Nagle jedna z osób osuwa się na ziemię. Twoje postępowanie jest następujące:
 - a) po stwierdzeniu obecności oddechu i oznak krążenia układasz ratowaną w pozycji bezpiecznej
 - b) każesz pozostałym podnieść leżącą
 - c) udrażniasz ratowanej drogi oddechowe, potwierdzasz obecność oddechu i oznaki krążenia, a następnie unosisz jej nogi do góry

- 3) Prawidłowym sposobem (w pierwszej pomocy) sprawdzenia czy poszkodowany oddycha jest:
 - a) przybliżyć policzek do jego ust i obserwować wychylenia klatki piersiowej
 - b) sprawdzić osiadanie pary wodnej na lusterku
 - c) sprawdzić reakcję źrenic na światło
 - d) sprawdzić tętno na tętnicy szyjnej

- 4) Numery pod które należy zadzwonić by połączyć się z pogotowiem to:
 - a) 997 lub 112
 - b) 998 lub 112
 - c) 999 lub 112

- 5) Jeśli osoba nieprzytomna (z zachowanym oddechem) po uniesieniu kończyn dolnych nie odzyskała przytomności należy:
 - a) ułożyć ją na wznak
 - b) posadzić ją i odchylić głowę do tyłu
 - c) ułożyć ją w pozycji bocznej bezpiecznej
 - d) połączyć ją szklanką zimnej wody



Test dotyczący resuscytacji

- 1) Aby udrożnić górne drogi oddechowe u poszkodowanego nieprzytomnego należy:
 - a) odchylić głowę do tyłu
 - b) rozpięciu paska
 - c) usunięciu ciała obcego z jamy ustnej
 - d) rozluźnić kołnierzyk
 - e) wysunąć żuchwę

- 2) Właściwy stosunek oddechów do uciśnień mostka wynosi:
 - a) 30 uciśnień - 2 oddechy
 - b) 15 uciśnień - 5 oddechów
 - c) 5 uciśnień - 2 oddechy
 - d) 5 uciśnień - 1 oddech

- 3) Przystępujesz do resuscytacji u dorosłej osoby. Jak jest prawidłowe ułożenie rąk podczas uciskach serca?
 - a) centralnie na mostku
 - b) w dolnej połowie mostka
 - c) w połowie drogi pomiędzy obojczykiem a kością biodrową
 - d) w najwyższej części mostka

- 4) Prawidłowe tempo uciśnień mostka u osoby dorosłej wynosi:
 - a) 80/min
 - b) 100/min
 - c) 60/min
 - d) 15/min

- 5) Po stwierdzeniu braku przytomności i braku oddechu u poszkodowanego wykonujemy:
 - a) 2 wdechy następnie 30 uciśnień
 - b) 20 uciśnień następnie 5 wdechów
 - c) 30 uciśnień potem 2 wdechy
 - d) 4 wdechy potem 15 uciśnień



Test dotyczący ukąszeń

- 1) Czego nie wolno zrobić w przypadku ukąszenia przez żmiję:
 - a) jeśli mamy pod ręką używamy Aspivenin
 - b) na miejsce ukąszenia kładziemy zimny okład
 - c) wysysamy jad i wypływamy go
 - d) pozwalamy na swobodny wypływ krwi z miejsca ukąszenia

- 2) Jeśli sami usuniemy kleszcza należy zgłosić się do lekarza gdy:
 - a) w miejscu gdzie był kleszcz czujemy dziwny zapach
 - b) nie musimy w ogóle iść do lekarza
 - c) w miejscu po kleszczu pojawi się zaczerwienienie, obrzęk
 - d) zawsze należy zgłosić się do weterynarza by pokazać mu wyciągniętego kleszcza

- 3) Usuwając jad żmii przy użyciu Aspiveninu jak długo odsysamy jad?:
 - a) ok 20 min
 - b) ok 30 min
 - c) ok 3 min
 - d) ok 1 min

- 4) Czym charakteryzuje się ukąszenie żmii?:
 - a) pojedyncza ranka silnie krwawiąca
 - b) rozległa rana szarpana
 - c) dwa ślady obok siebie silnie bolesne
 - d) żmija pozostawia w ciele człowieka zęby jadowe

Test dotyczący uszkodzeń kręgosłupa

- 1) O uszkodzenie kręgosłupa podejrzewamy poszkodowanego który:
 - a) uczestniczył w wypadku komunikacyjnym
 - b) spadł z wysokości
 - c) znajdujemy go nieprzytomnego nie znając przyczyn tego stanu
 - d) wszystkie odpowiedzi są prawidłowe
- 2) W przypadku podejrzenia urazu kręgosłupa przede wszystkim musimy unieruchomić:
 - a) odcinek szyjny kręgosłupa
 - b) odcinek piersiowy kręgosłupa
 - c) odcinek lędźwiowy kręgosłupa
 - d) kończyny poszkodowanego
- 3) Przy urazie kręgosłupa porażenie obejmuje:
 - a) obszar powyżej uszkodzenia
 - b) okolice ciała na wysokości urazu
 - c) okolice ciała poniżej urazu
 - d) wszystkie odpowiedzi są prawidłowe
- 4) Do unieruchomienia szyjnego odcinka kręgosłupa nie przyda się nam:
 - a) kołnierz ortopedyczny
 - b) własne ręce
 - c) szyna Kramera
 - d) własne nogi
- 5) Po zabezpieczeniu odcinka szyjnego u poszkodowanego z podejrzeniem urazu kręgosłupa:
 - a) jak najszybciej przenosimy poszkodowanego do pomieszczenia zamkniętego
 - b) prosimy poszkodowanego aby usiadł i staramy się by nie zasnął
 - c) nie ruszamy poszkodowanego i zapewniamy mu komfort psychiczny do czasu przyjazdu pogotowia
 - d) podkładamy poszkodowanemu poduszkę lub zwinięty koc pod głowę

Test dotyczący złamań otwartych

1) Napisz czym różni się złamanie otwarte od zamkniętego

.....

.....

.....

.....

2) Gdy mamy do czynienia ze złamaniem otwartym to:

- a) postępujemy dokładnie tak jak ze złamaniem zamkniętym
- b) wpychamy wystającą kość do środka rany następnie unieruchamiamy kończynę
- c) stosujemy tzw. opatrunek stabilizujący następnie unieruchamiamy kończynę
- d) trzymamy kończynę powyżej serca do przyjazdu pogotowia

3) Jeśli jest konieczność podniesienia złamanej kończyny chwytamy ją

- a) jedną ręką trzymając w miejscu złamania
- b) dwiema rękami chwytając za dwa sąsiednie stawy
- c) dwiema rękami trzymając miejsce złamania
- d) prosimy poszkodowanego aby sam podniósł kończynę

4) Wykonując opatrunek stabilizujący bandażę układamy

- a) na wystającej kości
- b) w poprzek wystającej kości
- c) po obu stronach wzdłuż wystającej kości
- d) wzdłuż rany z jednej strony wystającej kości

5) Jeśli w ranie widoczne jest jakieś ciało obce to:

- a) wyciągamy je by uniknąć zakażenia
- b) owijamy bandażem
- c) wykonujemy opatrunek stabilizujący tak jak przy złamaniu otwartym
- d) wpychamy tak aby nie wystawało i wykonujemy zwykły opatrunek

Test dotyczący złamań zamkniętych

- 1) Jeżeli podejrzewamy złamanie kości to musimy unieruchomić:
 - a) dwie sąsiednie kości
 - b) dwa sąsiednie stawy
 - c) tylko miejsce złamania
 - d) całą kończynę

- 2) Wymień jakimi przyrządami możemy się posłużyć do unieruchomienia kończyny
 - a).....
 - b).....
 - c).....
 - d).....

- 3) Jeśli podejrzewamy uraz stawu to unieruchamiamy:
 - a) dwa sąsiednie stawy
 - b) nic nie unieruchamiamy
 - c) dwie sąsiednie kości

- 4) Wymień objawy wskazujące na złamanie zamknięte:
 - a).....
 - b).....
 - c).....
 - d).....

- 5) W jakim wypadku nie powinniśmy samodzielnie zawozić poszkodowanego do szpitala:
 - a) złamanie nosa
 - b) złamanie palca
 - c) złamanie kości udowej
 - d) złamanie ręki