INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Projekt:	**MO-ME-N-T MOderní MEtody s Novými Technologiemi**
Registrační č.:	CZ.1.07/1.5.00/34.0903
Operační program:	Vzdělávání pro konkurenceschopnost
Škola:	Hotelová škola, Vyšší odborná škola hotelnictví a turismu a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky Poděbrady
Předmět:	Technologie přípravy pokrmů
Tematický okruh:	První pomoc
Jméno autora:	Zdeněk Lebeda
Datum	23. srpna 2013
Ročník:	1. ročník
Anotace:	Seznámení žáků se základními prvky první pomoci, jak se chovat při úrazech. Žáci jsou dále seznámeni a varováni před nejčastějšími úrazy, které se vyskytují v gastronomii.

PRVNÍ POMOC

PRVNÍ PŘEDLÉKAŘSKOU POMOC JE POVINEN POSKYTNOUT KAŽDÝ, POKUD TÍM NEOHROZÍ SVŮJ ŽIVOT ČI ZDRAVÍ!

- úkolem první pomoci je zabránit v případě zranění nebo úrazu dalším škodám na zdraví a zajistit hlavní zdravotní funkce

- vlastní pomoc poskytne lékař

PŘIVOLÁNÍ ZDRAVOTNICKÉ ZÁCHRANNÉ SLUŽBY

- telefonní číslo 155 nebo 112
- místo, kde se zranění stalo
- co se stalo
- kolik je zraněných
- charakter zranění
- jaká byla poskytnuta první pomoc
- své jméno, telefonní číslo ze kterého se volá a čas kdy se zranění přihodilo
- vše oznamujeme v klidu, stručně a věcně

ŽIVOTNĚ DŮLEŽITÉ FUNKCE

- k životně důležitým funkcím člověka patří
  - VĚDOMÍ
  - DÝCHÁNÍ
  - ČINNOST SRDCE
- postiženého nikdy nenechávat bez dozoru

KONTROLA ŽIVOTNĚ DŮLEŽITÝCH FUNKCÍ

- zjistit, zda je postižený při vědomí (postiženého oslovit, lehce štípnout do hřbetu ruky,…)
- zjistit, zda postižený dýchá
  - dýchá → uložit do stabilizované polohy
  - nedýchá → zajistit průchodnost dýchacích cest, mírný záklon hlavy a předsunutí dolní čelisti

UMĚLÉ DÝCHÁNÍ

- uvolnit oděv postiženého, zvláště u krku
- uvolnit dýchací cesty - záklon hlavy
- vyčistit dutinu ústní
- nos postiženého ucpat stiskem prstů
- přiložit roušku na ústa postiženého a svá ústa tak těsně, aby žádný vzduch neunikal
- provést 2 hluboké vdechy, frekvence 12-16 dechů za minutu → dýchat do obnovení dechu nebo do vystřídání

MASÁŽ SRDCE

- postiženého položit na záda a podložit dolní končetiny
- místo masáže je na hrudní kosti, v její dolní třetině
- přiložit dlaň, na její hřbet překřížit druhou ruku, rytmicky kolmo dolů stlačit hrudní kost
- 30x stlačit hrudník
- 2x vdechnout

NEJČASTĚJŠÍ ÚRAZY V PROFESNÍM VZDĚLÁVÁNÍ V GASTRONOMII

- řezné a bodné rány
- spáleniny, opařeniny
- mdloby a ztráta vědomí
- krvácení z nosu
- cizí předmět v oku
- úraz elektrickým proudem

ŘEZNÉ A BODNÉ RÁNY

- rány nevymývat
- nepoužívat antibiotické roztoky ani zásypy
- rány pokrýt čistým obvazem, zraněnou část těla položit výš
- při vyšší ztrátě krve přiložit tlakový obvaz a na něj ještě jeden obvaz nebo obinadlo a pevněji se utáhne
- podvázání či zaškrcení jen v případech nouze
- nutné lékařské ošetření

MDLOBY A ZTRÁTA VĚDOMÍ

- ztráta vědomí se rozpozná tím, že postižený nereaguje → hrozí nebezpečí udušení
- mdloba = krátkodobý stav (1-2minuty) → zvednout dolní končetiny, zajistit dostatečný přísun čerstvého vzduchu, uvolnit oblečení, otírat obličej studenou vodou (chladit)
- následné předání do rukou lékaře

SPÁLENINY A OPAŘENINY

- **jsou v kuchyni velmi časté a velmi bolestivé!!**

rozlišují se spáleniny:

- 1.stupně – kůže je červená
- 2.stupně – vznikají puchýřky
- 3.stupně – kůže a tkáň zuhelnatí nebo se speče

PRVNÍ POMOC PŘI SPÁLENINÁCH

- při spáleninách na pažích a nohách ponořit do studené vody (ne ledová) dokud neustanou bolesti cca. 15min
- při 1 a 2 stupni použít mast na spáleniny, puchýřky nepropichovat
- při spáleninách 3. stupně (fritování) ošetřit ránu čistým obvazem nebo obinadlem na spáleniny, nestrhávat ošacení přilepené na kůži, podat malé množství tekutin
- bezpodmínečně ihned vyhledat lékaře

OPAŘENINY

- v případě opařenin – vařící tekutinou nebo horkou párou rozstřihnout oblečení a opatrně jej odstranit
- nikdy nestrhávat z těla, to by poškodilo kůži

CIZÍ PŘEDMĚT V OKU

- cizí předměty pod horním víčkem
  - horní víčko přetáhnout přes dolní víčko a opět ho posunout nahoru
  - řasy dolního víčka cizí předmět zastaví
- cizí předměty pod dolním víčkem
  - zraněný se musí dívat nahoru a spodní víčko stáhnout
  - kapesníkem opatrně vytřít ve směru k nos

ÚRAZ ELEKTRICKÝM PROUDEM

PŘI ÚRAZECH PROUDEM JE NUTNÉ NEJPRVE VYPNOUT PROUD!

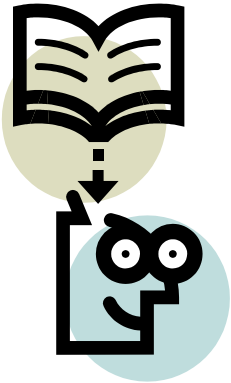
- vypnout spotřebič vypínačem, vytáhnout vidlici ze zásuvky, vypnout pojistky
- zraněného položit na záda, při bezvědomí začít oživovat
- když přijde k vědomí → dát napít vody
- zasažený proudem musí být vždy dovezen k lékaři (průchod elektrického proudu lidským tělem může vést k fibrilaci a zástavě srdce)

- v případě nemožnosti odpojit elektrické napětí, použít nevodivých - suchých předmětů (utěrka, karton, dřevo) a dostat zraněného mimo dosah proudu
- je třeba izolovat podlahu (karton)

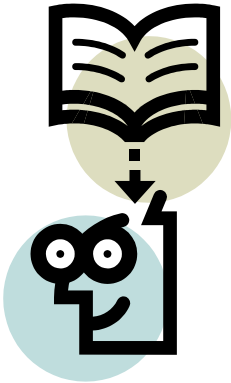
POLEPTÁNÍ

poleptání pokožky kyselinou nebo louhem

- okamžitě zasažené místo opláchnout proudem čisté vody (nejméně 5 minut)
- postižené místo překrýt sterilním materiálem (obvaz, rouška) a přivolat záchrannou službu



Pracovní list



1. Jaká telefonní čísla se používají pro volání záchranné služby?
2. Jaké jsou základní životní funkce člověka?
3. Jaká je frekvence při masáži srdce?
4. Jaké jsou nejčastější úrazy v kuchyni?

Vypracovaný pracovní list

1. 155 a 112
2. K základním životním funkcím patří vědomí, dýchání a činnost srdce.
3. 30x stlačit hrudník a 2x vdechnout.
4. Řezné a bodné rány, spáleniny, opařeniny, mdloby a ztráta vědomí, krvácení z nosu, cizí předmět v oku, úraz elektrickým proudem.

Literatura

- REINHOLD METZ, Hermann Grüner a Thomas Kessler, [z německého originálu ... přeložily Alena Formanová a Zdeňka ŽMUDOVÁ] a Bob FLOWERDEW. *Restaurace a host: základní odborné vědomosti : restaurace, hotel, kuchyně*. Vyd. 1. Překlad Viktor Faktor. Praha: Europa-Sobotáles, 2008, 85 s., [8] s. barev. obr. příl. Zahrádka. ISBN 80-867-0618-4.
- *Autoškola*. Praha: Business Media CZ s.r.o., 2013. ISBN 9788087388167.

Zdroje obrázků

- klipart