

## Test sprawdzający wiedzę z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej.

Imię i nazwisko ucznia:

Klasa:

Zapraszamy do rozwiązania testu i sprawdzenia wiedzy dotyczącej udzielania zasad pierwszej pomocy. Prawidłową odpowiedź (a, b, c lub d) otocz kółkiem, jeśli się pomylisz, błędną odpowiedź przekreśl krzyżykiem. Pamiętaj, pytanie czytaj uważnie, w każdym pytaniu tylko jedna odpowiedź jest poprawna.

Test został wykonany:

Przed rozpoczęciem szkolenia

Po zakończeniu szkolenia

### 1. Kto ma prawo i obowiązek udzielania pierwszej pomocy w ramach posiadanych kompetencji:

- A. tylko osoby z odpowiednimi kwalifikacjami,
- B. personel medyczny, bo za popełnione błędy grozi odpowiedzialność karna,
- C. przeszkoleni wolontariusze PCK,
- D. każdy członek społeczeństwa.

### 2. Która z poniższych osób znajduje się w bezpośrednim stanie zagrożenia życia:

- A. osoba, która ma nudności i wymioty,
- B. osoba krzycząca z bólu,
- C. osoba zachłyśnięta,
- D. osoba z krwawiącą raną palca.

### 3. Aby wezwać pomoc z telefonu komórkowego, należy zadzwonić pod numer alarmowy:

- A. 112,
- B. 999,
- C. 998,
- D. 997.

**4. Jesteś świadkiem wypadku komunikacyjnego kilka kilometrów poza miastem.**

**Co robisz w pierwszej kolejności:**

- A. wydajesz telefon komórkowy i dzwonisz do pogotowia,
- B. sprawdzasz stan swojej apteczki samochodowej,
- C. natychmiast przystępujesz do wyciągnięcia ofiar z samochodu,
- D. sprawdzasz bezpieczeństwo własne i otoczenia.

**5. Jak długo powinna trwać ocena oddychania u osoby nieprzytomnej:**

- A. około 5sek,
- B. około 15sek,
- C. około 10sek,
- D. około 20sek.

**6. Na ulicy leży nieprzytomna kobieta. Aby sprawdzić, czy oddycha:**

- A. kładziesz dłoń na klatce piersiowej i obserwujesz czy się porusza,
- B. kładziesz dłoń przed przeponą i obserwujesz czy się porusza,
- C. zbliżasz ucho do jej ust by wyczuć i usłyszeć czy oddycha, obserwujesz ewentualne ruchy klatki piersiowej,
- D. przykładasz lusterko do jej ust i obserwujesz czy osiada na nim para.

**7. Resuscytację krążeniowo-oddechową prowadzisz do momentu:**

- A. zgonu poszkodowanego,
- B. uruchomienia Automatycznego Defibrylatora Zewnętrznego (AED),
- C. zmęczenia ratownika,
- D. zaobserwowania nieregularnych ruchów klatki piersiowej.

**8. W sytuacji słabej baterii w telefonie, lub problemów z zasięgiem sieci, w pierwszej kolejności należy podać dyspozytorowi:**

- A. imię, nazwisko oraz numer, z którego telefonujemy,
- B. ilość poszkodowanych,
- C. miejsce i rodzaj zdarzenia,
- D. stan poszkodowanych oraz informacje o udzielonej pomocy.

**9. Jesteś świadkiem wypadku drogowego z udziałem pieszego, który został potrącony przez samochód. Ofiara potrącenia leży na skraju jezdni i nie może wstać.**

**Co powinieneś zrobić w tej sytuacji:**

- A. pomóc stanąć poszkodowanemu na nogi,
- B. przesunąć samodzielnie poszkodowanego na chodnik,
- C. nie ruszasz poszkodowanego, ponieważ podejrzewasz uraz kręgosłupa,
- D. ułożyć poszkodowanego w pozycji bezpiecznej aby się nie zachłysnął.

**10. W przypadku zakrztuszenia osoby dorosłej pierwszą pomoc rozpoczynamy od:**

- A. wygarnięcia ręką zawartości jamy ustnej,
- B. uniesienia rąk do góry,
- C. zabiegu Heimlicha,
- D. uderzeń w okolicę między łopatkową.

**11. Chusta trójkątna może być stosowana w celu:**

- A. unieruchomienia złamania przedramienia,
- B. jako zaimprovizowany opatrunek,
- C. jako temblak podtrzymujący zranioną kończynę,
- D. wszystkie odpowiedzi są poprawne.

**12. Jakie jest prawidłowe postępowanie w przypadku podejrzenia udaru ciepłego:**

- A. intensywne schładzanie przez zanurzenie ciała w lodowatej kąpieli,
- B. intensywne schładzanie przez spryskiwanie ciała letnią wodą i owiewanie chłodnym powietrzem,
- C. natychmiastowe podanie leków przeciwgorączkowych,
- D. prawidłowe są odpowiedzi a i c.

**13. Podczas pobytu w górach jeden z uczestników wycieczki był pod działaniem bardzo niskiej temperatury i doznał odmrożenia palców stop. Jakie powinno być postępowanie doraźne:**

- A. należy jak najszybciej rozcierać i masować palce stóp,
- B. zanurzyć w bardzo gorącej wodzie na około 20 minut,
- C. ogrzewać palce w wodzie o temperaturze nie wyższej niż około 42 stopnie,
- D. pozostawić stopy aby ogrzały się same w temperaturze pokojowej.

**14. Po upadku z roweru chłopiec na krótko stracił przytomność. Po jej odzyskaniu nie pamięta wydarzeń bezpośrednio poprzedzających uraz. Jaka może być tego przyczyna:**

- A. fizjologiczna odpowiedź na stres,
- B. doznał urazu głowy i wstrząśnienia mózgu,
- C. ma złamanie podstawy czaszki,
- D. cierpi na zaniki pamięci.

**15. W przypadku otwartego złamania kości:**

- A. zakładamy opatrunek uciskowy,
- B. unieruchamiamy kończynę,
- C. delikatnie wkładamy kość do rany i opatrujemy uszkodzone tkanki,
- D. zakładamy opatrunek i unieruchamiamy dwa sąsiednie stawy.

**16. Postępowanie w sytuacji poparzenia płomieniem to:**

- A. schładzanie lodowatą wodą, aby jak najszybciej zmniejszyć temperaturę,
- B. opatrzenie bandażem elastycznym,
- C. podanie środków przeciwbólowych,
- D. schładzanie chłodną wodą, polewając powyżej poparzonego miejsca.

**17. Jesteś świadkiem napadu drgawkowego u ucznia w szkole.**

**Poza tobą są inni świadkowie. Co robisz:**

- A. starasz się ochronić głowę chłopca przed urazami,
- B. przeciwdziałasz drganiom ciała,
- C. szukasz sprzętu w celu zabezpieczenia przed przygryzieniem języka,
- D. układasz chłopca w pozycji bocznej i odchodzisz aby zatelefonować po pomoc.

**18. W przypadku oparzenia nie należy:**

- A. chłodzić rany oparzeniowej,
- B. zakładać opatrunku,
- C. przebijać pęcherzy,
- D. zdejmować ubrania, jeśli da się łatwo usunąć.

**19. Przy obfitym krwawieniu z rany należy:**

- A. unieść kończynę,
- B. zastosować opatrunek uciskowy,
- C. włożyć tampon w głąb rany,
- D. odpowiedzi a i b są prawidłowe.

**20. Chorego nieprzytomnego z zachowanym oddechem i krążeniem ułożysz w pozycji:**

- A. na wznak,
- B. przeciwwstrząsowej,
- C. czterokończynowej,
- D. bezpiecznej.