

PRACOVNÍ LIST: Poranění pohybového aparátu

Podvrtnutí (1. část)

MODELOVÁ SITUACE

Na školním výletě devítiletá dívka v lese špatně došlápla na kořen stromu a upadla. Ucítla bolest v pravém kotníku a za chvíli byl viditelný otok a krevní výron.

1. ÚKOL

Vymyslete situace, za kterých může k podvrtnutím docházet. Společná diskuze.

2. ÚKOL

Jakým způsobem budete postupovat při ošetření dívky?

- odvoz na odborné ošetření na ortopedii či úrazovou chirurgii
- znehybnění poraněné končetiny (na malé klouby lze použít elastické obinadlo)
- chlazení a zvednutí končetiny (omezení otoků)

3. ÚKOL

Proč se nemá při chlazení přikládat led na holou tkáň?

4. ÚKOL

Vytvořte křížovku s tajenkou **PODVRTNUTÍ**. Použijte pouze pojmy z biologie člověka.

5. ÚKOL

Odpovězte na otázky: ano x ne

- vykloubený kloub je nutné vždy před ošetřením napravit **ano x ne**
- podvrtnutý kotník je nejlepší rozchodit **ano x ne**
- poraněný kloub znehybníme v poloze, jaké je **ano x ne**
- pro zmenšení otoku a zmírnění bolesti poraněný kloub chladíme **ano x ne**