

# PRACOVNÍ LIST: Tepelná poranění

## 1. ÚKOL

Vypište, co všechno podle vás patří mezi tepelná poranění.

## 2. ÚKOL

Napište, za jakých okolností může k tepelným poraněním docházet, a navrhněte preventivní opatření.

## 3. ÚKOL

Nakreslete a popište základní stavbu kůže.

## 4. ÚKOL

Označte správnou odpověď.

Při hodnocení lokálního tepelného poranění je důležitý:

- a) stupeň a plocha poškození
- b) stupeň poškození
- c) plocha poškození

## 5. ÚKOL

Přiřadte k vyjmenovaným poškozeným částem kůže stupně poškození:

1. stupeň, II. a, II. b, III. stupeň, IV. stupeň

- poškození epidermis (zarudnutí, bolest)
- zničení kůže v celé tloušťce (nekróza)
- poškození hlubších vrstev dermis - vznikají jizvy
- zasaženy i hlubší struktury (facie, šlachy, svaly)
- povrchnější postižení dermis – puchýře, spontánní zhojení

## 6. ÚKOL

Co je to tzv. devítková metoda?

## 7. ÚKOL

Při jak závažných popáleninách (rozsah a stupeň) hrozí rozvoj šoku u dítěte (dospělého)?

## 8. ÚKOL

Přiřadte k modelovým situacím příznaky, první pomoc a příčiny vzniku. Dále napište názvy stavů, které modelové situace popisují.

### MODELOVÁ SITUACE

---

*Pětiletý chlapec si hrál v létě venku na písku bez klobouku a pítí v pravé poledne. Večer ho bolela hlava, zvracel a měl závratě.*

---

### MODELOVÁ SITUACE

---

*Čtyřčlenná rodina jela v létě autem na dovolenou do Prahy. Na dálnici se stala havárka a vytvořila se dlouhá kolona, ve které se auta posunovala minimální rychlostí. V autě bylo nedýchatelno a velké teplo. Děti začala bolet hlava, bylo jim na zvracení a měly zarudlou suchou kůži.*

---

- vzniká působením paprsků slunečního záření na hlavu a šíjí
- vzniká působením uzavřeného okolního prostředí, teplejšího než je teplota
- lidského těla (kotelny, kuchyně, pobyt v uzavřeném autě, ...) nebo při vysoké fyzické námaze v horkém prostředí s vysokou vlhkostí (maraton, ironman...)
- dochází k lokálnímu přehřátí hlavy, přehřátí mozku a jeho obalů
- první pomoc - chladné prostředí, zevní chlazení (ne celé tělo a hrudník), pokud je při vědomí podat tekutiny - ideálně minerálky, volat ZZS, pokud bezvědomí GL 2015
- příznaky mohou nastoupit až po několika hodinách, typicky večer po celodenním slunění
- příznaky - vysoká teplota (až 40 stupňů), bolest hlavy, nauzea, zvracení, křeče,
- zarudlá suchá kůže (klasický úpal), vlhká opocená kůže (námahový úpal), ztráta vědomí
- první pomoc - chladné prostředí, pokud je při vědomí podat tekutiny - ideálně minerálky

## 9. ÚKOL

Společně diskutujte, jak se zachovat při úrazu elektrickým proudem. Doporučujeme shlédnout před diskuzí film z projektu S dětmi v JMK v pohodě (Kubíková, Černá & Zuchová, 2011). Co jsou to pojmy nízké napětí, vysoké napětí, důležitost bezpečnosti zachránce, technická první pomoc, proč je důležité odpojit přívod elektrického proudu, jak těmto úrazům v domácnostech předcházet, jak poskytnete první pomoc člověku s tímto poraněním, co se může stát při lezení na vagóny na vlakovém nádraží.