**TEST ZNAJMOŚCI ZASAD PIERWSZEJ POMOCY PRZEDMEDYCZNEJ (wersja1)**

Test składa się z 11 pytań, w których jest tylko jedna poprawna odpowiedź. Na rozwiązanie testu macie 20 minut. POWODZENIA!!!

*Zaznaczenie poprawnej odpowiedzi:* 🗷  *Zaznaczenie pomyłki:* 🗷

IMIĘ I NAZWISKO ………………………………………………..KLASA ……………

**1. Celem udzielania pierwszej pomocy jest:**

 A) ratowanie życia i zdrowia poszkodowanego

 B) ratowanie życia i zdrowia poszkodowanego połączone z wezwaniem służb ratunkowych

 C) opieka psychiczna i fizyczna nad poszkodowanym na miejscu wypadku

 D) ratowanie życia i zdrowia poszkodowanego połączone z ograniczeniem skutków urazów
i opieką nad poszkodowanym

**2. W nagłych wypadkach obowiązek udzielenia pierwszej pomocy spoczywa:**

 A) na wszystkich osobach obecnych na miejscu zdarzenia, do czasu przybycia pomocy medycznej

 B) wyłącznie na pracownikach służby zdrowia, policji i straży pożarnej, którzy znajdują się na miejscu zdarzenia.

 C) na osobach, które przeszły kurs udzielania pierwszej pomocy, do czasu przybycia pomocy medycznej.

 D) wyłącznie na zespołach ratownictwa medycznego

**3. Jesteś w terenie zabudowanym, w łatwy sposób możesz określić swoją lokalizację. Wzywając pogotowie ratunkowe (zespół ratownictwa medycznego) do osoby w stanie zagrożenia życia w pierwszej kolejności powinieneś wybrać numer:**

 A) 112 C) 998

 B) 997 D) 999

**4. W miejscu publicznym widzisz mężczyznę, który ma silne drgawki, nie można nawiązać z nim kontaktu. Z ust wydobywa się ślina podbarwiona krwią. Jakie postępowanie zastosujesz?**

 A) ułożyć na wznak i uniosę nogi do góry a następnie wezwę zespół ratownictwa medycznego

 B) ułożę na boku

 C) odsunę niebezpieczne przedmioty od chorego, podłożę coś miękkiego pod głowę aby nie doznał obrażeń, wezwę zespół ratownictwa medycznego

 D) włożę do ust jakiś twardy przedmiot, gdyż na pewno przygryzł język, wezwę zespół ratownictwa medycznego

**5. Jakie postępowanie zastosujesz u poszkodowanego ugodzonego nożem w brzuch przed przyjazdem zespołu ratownictwa medycznego?**

 A) przemywam czystą wodą dookoła i nie usuwam noża

 B) nie usuwam noża, zabezpieczam przed jego przemieszczeniem

 C) jeśli posiadam natychmiast przemywam dużą ilością wody utlenionej i nie usuwam noża

 D) usuwam nóż z rany, zakładam opatrunek jałowy układasz chłopca w pozycji bocznej i telefonujesz po pomoc

**6. Brak oddechu u nieprzytomnego dorosłego stanowi podstawę do podjęcia resuscytacji w schemacie:**

 A) 2 wdechy, 15 uciśnięć kl. piersiowej

 B) 2 wdechy, 30 uciśnięć kl. piersiowej

 C) 15 uciśnięć kl. piersiowej, 2 wdechy

 D) 30 uciśnięć kl. piersiowej, 2 wdechy

**7. Osobie, która uległa podtopieniu, po wyjęciu z wody należy:**

 A) wylać wodę z dróg oddechowych poprzez odpowiednie ułożenie

 B) utrzymywać stabilizację kręgosłupa, gdyż najczęściej dochodzi do urazu w odcinku szyjnym

 C) udrożnić drogi oddechowe i w przypadku braku oddechu wykonać 5 oddechów ratowniczych

 D) wszystkie odpowiedzi są prawdziwe

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

 A) na wznak

 B) przeciwwstrząsowej

 C) czterokończynowej

 D) bezpiecznej

**9.Udzielając pomocy 4 letniemu dziecku, u którego przed chwilą doszło do oparzenia gorącą wodą kończyn dolnych należy w pierwszej kolejności:**

 A) posmarować poparzone miejsce maścią

 B) zastosować na poparzone miejsce środek odkażający (np. Panthenol)

 C) schłodzić poparzone miejsce strumieniem zimnej wody

 D) obłożyć poparzony miejsce lodem

**10. Jesteś świadkiem sytuacji w której Twój sąsiad kosił trawnik kosiarką elektryczną zasilaną z sieci 220V. Nagle upada na skutek porażenia prądem trzymając przedłużacz w zaciśniętej dłoni. Jakie będzie Twoje postępowanie?:**

 A) wzywam zespół ratownictwa medycznego, powiadamiam energetykę, nie podchodzę do poszkodowanego

 B) podbiegam do niego i udrażniam drogi oddechowe, sprawdzam oddech, wykonuję dalsze czynności zgodnie z jego stanem

 C) bezpiecznie odcinam źródło prądu, następnie udrażniam drogi oddechowe i wykonuję dalsze czynności

 D) nakrywam kocem aby uniknąć wyziębienia i obserwuję czy wymaga pomocy

**11. U nieprzytomnej osoby dorosłej znalezionej zimą na dworze, ocenę oddychania**

**prowadzimy przez:**

 A) 10 sekund

 B) 20 sekund

 C) pół minuty

 D) 1 minutę

 ZDOBYTE PUNKTY ………………………

**DOGRYWKA (wersja 1)**

**TEST ZNAJMOŚCI ZASAD PIERWSZEJ POMOCY PRZEDMEDYCZNEJ (wersja1)**

Test składa się z 1 pytania zamkniętego, w którym jest tylko jedna poprawna odpowiedź i 2 pytań otwartych. Na rozwiązanie testu macie 15 minut. POWODZENIA!!!

*Zaznaczenie poprawnej odpowiedzi:* 🗷  *Zaznaczenie pomyłki:* 🗷

IMIĘ I NAZWISKO ………………………………………………..

**1. Nieprzytomną kobietę w widocznej ciąży z zachowanym oddechem układamy
w pozycji bezpiecznej na:**

 A) na prawym boku

 B) na lewym boku

 C) na plecach z głową powyżej poziomu serca

 D) na plecach z nogami ugiętymi w stawach kolanowych

**2. Podczas przerwy 12 – letni chłopiec zakrztusił się kęsem jabłka. Jest przytomny. Nie może mówić i ma trudności w oddychaniu. Jakie czynności należy u niego wykonać?/2p.**

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

3. **Czy na polu walki wykonujemy RKO? Odpowiedź uzasadnij. /2p**

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

ZDOBYTE PUNKTY ………………………

**TEST ZNAJMOŚCI ZASAD PIERWSZEJ POMOCY PRZEDMEDYCZNEJ (wersja2)**

Test składa się z 11 pytań, w których jest tylko jedna poprawna odpowiedź. Na rozwiązanie testu macie 20 minut. POWODZENIA!!!

*Zaznaczenie poprawnej odpowiedzi:* 🗷  *Zaznaczenie pomyłki:* 🗷

IMIĘ I NAZWISKO ……………………………………………….. ZHP

**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) każdy członek społeczeństwa

 D) przeszkoleni wolontariusze PCK

**2. Pierwszą czynnością, którą wykonujesz po przybyciu na miejsce wypadku jest...:**

 A) wstępne badanie (sprawdzenie przytomności, tętna, oddechu)

 B) zadbanie o własne bezpieczeństwo

 C) przystąpienie do RKO

 D) sprawdzenie czy poszkodowany krwawi

**3. Rękoczyn Heimlicha stosujemy w przypadku...**

 A) odmy

 B) gdy chcemy wywołać wymioty

 C) zadławienia

 D) krwotoku tętniczego

**4. Podczas jazdy rowerem 9 letni chłopiec przewrócił się i doznał złamania otwartego kości**

**podudzia z obfitym krwawieniem. Jest przytomny, przerażony zaistniałą sytuacją**

**z cierpiącym wyrazem twarzy. Co należy zrobić w pierwszej kolejności?**

 A) dokonać stabilizacji uszkodzonej kończyny poprzez unieruchomienie dwóch sąsiednich

stawów

 B) zatamować krwawienie

 C) zapewnić komfort cieplny – przykrycie kurtką, kocem itp

 D) wezwać pomoc

**5. Groźne konsekwencje biegunki u małego dziecka to:**

 A) brak apetytu

 B) bolesne skurcze żołądka

 C) podrażnienie okolicy krocza

 D) ciężkie odwodnienie i niedobór elektrolitów

**6. Po wyjściu z kąpieli osoba zgłasza nudności i wymioty, zawroty głowy, podejrzewasz:**

 A) za długo przebywała w gorącej kąpieli i polecasz jej odpoczynek w pokoju

 B) sądzisz że „coś” zjadła i jej zaszkodziło

 C) podejrzewasz zatrucie gazami spalinowymi w łazience

 D) zabierasz na spacer by się „przewietrzyła”

**7. Częstym powikłaniem masażu serca u osoby z zatrzymaniem oddechu i krążenia, jest/są:**

 A) uraz kręgosłupa

 B) niedowład kończyn dolnych

 C) złamanie żeber

 D) uszkodzenie naczyń w kl. piersiowej

**8. Osobę we wstrząsie zabezpieczamy przed wychłodzeniem folią „życia”, należy ja ułożyć:**

 A) złotą stroną na zewnątrz

 B) srebrną stroną na zewnątrz.

 C) kolor nie ma znaczenia, gdyż ma na celu ułatwić zauważenie poszkodowanego

 D) najważniejsze jest okrycie poszkodowanego folią

**9.** **Podczas przerwy 12 – letni chłopiec zakrztusił się kęsem jabłka. Jest przytomny, nie może**

**mówić, ma trudności w oddychaniu. Jakie czynności należy u niego wykonać:**

 A) 5 uderzeń między łopatkami, do momentu usunięcia ciała obcego, lub utraty

przytomności

 B) 5 uderzeń między łopatkami, naprzemiennie z 5 uciśnięciami nadbrzusza do

momentu usunięcia ciała obcego lub utraty przytomności

 C) 5 uciśnięć nadbrzusza do momentu usunięcia ciała obcego lub utraty przytomności

 D) zachęcać do kaszlu do momentu usunięcia ciała obcego lub utraty przytomności

**10. Podczas wykonywania defibrylacji:**

 A) tylko ratownik może dotykać poszkodowanego

 B) sprawdzamy czy nie powstała rozedma

 C) nikt nie może dotykać poszkodowanego

 D) ratownik wciska przycisk „Analiza”

**11. Wskaż zdanie nieprawdziwe dotyczące informacji o tlenku węgla:**

 A) ma charakterystyczny zapach i barwę

 B) jest lżejszy od powietrza

 C) popularnie nazywają tlenek węgla czadem

 D) powstaje podczas spalania

 ZDOBYTE PUNKTY ………………………

**DOGRYWKA**

**TEST ZNAJMOŚCI ZASAD PIERWSZEJ POMOCY PRZEDMEDYCZNEJ (wersja2)**

Test składa się z 1 pytania zamkniętego, w którym jest tylko jedna poprawna odpowiedź i 2 pytań otwartych. Na rozwiązanie testu macie 15 minut. POWODZENIA!!!

*Zaznaczenie poprawnej odpowiedzi:* 🗷  *Zaznaczenie pomyłki:* 🗷

IMIĘ I NAZWISKO ……………………………………………….. ZHP

**1. 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 ok. 20 min

 C) ogrzewać palce w wodzie o temperaturze nie wyższej niż ok. 42 st.

 D) pozostawić stopy aby ogrzały się same w temperaturze pokojowej

**2. Wyjaśnij, dlaczego w przypadku krwawienia z nosa nie wolno odchylać głowy do tyłu./2p.**

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

### 3. Wyjaśnij na czym polega różnica między opatrunkiem uciskowym a opaską uciskową i podaj sytuacje kiedy stosuje się opatrunek uciskowy a kiedy opaskę. / 2p.

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

ZDOBYTE PUNKTY ………………………

**DOGRYWKA (wersja 3)**

**TEST ZNAJMOŚCI ZASAD PIERWSZEJ POMOCY PRZEDMEDYCZNEJ (wersja3)**

Test składa się z 1 pytania zamkniętego, w którym jest tylko jedna poprawna odpowiedź i 2 pytań otwartych. Na rozwiązanie testu macie 15 minut. POWODZENIA!!!
*W przypadku równej ilości zdobytych punktów o wygranej zadecyduje krótszy czas pisania Testu.*

*Zaznaczenie poprawnej odpowiedzi:* 🗷  *Zaznaczenie pomyłki:* 🗷

IMIĘ I NAZWISKO ………………………………………………..

**1. Chłopiec po upadku z drabiny z wysokości 3 m leży na ziemi i jęczy. Co należy zrobić**

**w pierwszej kolejności:**

 A) odciągnąć go w bezpieczne miejsce

 B) próbować postawić na nogi

 C) podać środek p/bólowy w tabletce

 D) nie ruszać do czasu przybycia zespołu ratownictwa medycznego

**2. W jakich przypadkach rozpoczynamy resuscytację (BLS) od 5 oddechów ratowniczych?/2p.**

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

**3. Na czym polega doraźne działanie w przypadku silnego krwawienia ze zranionej kończyny górnej? /2p**

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

ZDOBYTE PUNKTY ………………………CZAS PISANIA………...