

# ČTENÍ INFORMAČNÍCH TEXTŮ

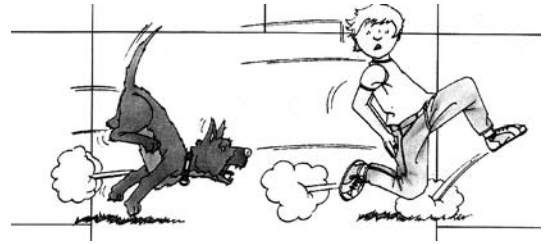
## ■ ÚLOHA 1: PRVNÍ POMOC

### PRVNÍ POMOC

Příroda není tak zlá, ale klade nám spoustu nástrah. Dáš-li se nachytat, hned je tu lehčí či těžší zranění. Když už se ti něco přihodí, není třeba ztrácet hlavu. V klidu posuď závažnost zranění.

Některé bolístky si přece můžeš ošetřit sám.

Vytáhnout třísku, vyčistit řeznou ránu. Vždyť máš s sebou příruční lékárničku. Avšak nevolnosti, hluboké rány, u nichž hrozí nebezpečí vniknutí infekce, horečky a podobně nepodceňuj a raději navštiv lékaře.



### DROBNÁ PORANĚNÍ

#### BODNUTÍ HMYZEM

Pokud jsi citlivý (alergický) na bodnutí komára, ováda či jiného nepříjemného hmyzu, vždycky měj v batohu speciální mast, kterou lze koupit v lékárně. Ale i kapka octa rozetřená na čerstvé ráně ti přinese okamžitou úlevu. Vosí, včelí nebo sršní bodnutí nebývá tak časté, ale k smíchu zrovna není. Tento hmyz zanechává většinou v pokožce žihadlo. Vytáhni ho pinzetou, ránu dezinfikuj, ale nemačkej.



#### PUCHÝŘE

Nikdy je nepropichuj a nestrhávej. Čekej, až samy prasknou, pak opláchni pod vodou a dezinfikuj. Ránu přelep náplastí.

#### Proti puchýřům

- Máš-li větší boty, navleč si tenké ponožky a na ně ještě jedny silnější. I tak se dá zabránit vzniku puchýřů.
- Dříve než obuješ úplně nové boty, nalep si na paty náplasti.

### ODŘENINY

Když spadneš z kola nebo sklouzneš po kameni, často se odřeš. Nejprve ránu dobře opláchni čistou vodou, odstraň zbytky hlíny, drobný štěrk nebo písek. Dezinfikuj postižené místo a přilož gázu (obvazový materiál).



### ŘÍZNUTÍ

- Povrchové řezné rány. Dezinfikuj postižené místo, obvaž gázou a přelep náplastí. Vyměňuj obvaz, dokud bude krev prosakovat na povrch.
- Hluboké řezné rány. S těmi je třeba jít k lékaři, aby je popřípadě i zašil. Prozatím přikládej kolmo na ránu sterilní obvaz.

Zdroj: KAYSER, R. *Přítel lesa (Příručka pro mladé skauty)*. Martin: Osveta, 1993. Ilustroval Pierre Ballouhey.