PRVA POMOČ

**Katera izmed spodnjih trditev velja za omrzline?**

1. Za njih je značilen padec temperature jedra telesa pod 35 stop. C
2. So kronične spremembe kože zaradi vpliva mraza pri temperaturah nad lediščem (ozebline)
3. So akutne poškodbe kože zaradi vpliva mraza pri temperaturah nad lediščem
4. **So akutne poškodbe kože zaradi vpliva mraza pri temperaturah pod lediščem**

**Esmarchovo prevezo moramo popustiti na:**

1. Na 20 min
2. Na 5-10 min
3. Na 5 min
4. **Ne popuščamo**

**V kakšen položaj namestimo poškodovanca z znaki težkega dihanja?**

1. Leže na hrbet
2. Leže na trebuhu
3. Leže na bok
4. **Sede**

**Označite pravilno trditev v zvezi s postopkom pri amputaciji prsta?**

1. **Najprej poskrbimo za ustrezno oskrbo amputiranega prsta, nato oskrbimo rano na krnu**
2. Najbolje da amputirani prst položimo neposredno na led in ga odnesemo v zdravstveni dom
3. Bolje da amputirani prst zavijemo v sterilno gazo in ga odnesemo v zdravstveni dom v strokovno oskrbo, kot da ga položimo neposredno na led
4. Vseeno je ali amputiran prst položimo neposredno na led ali kos zmrznjene hrane samo da ga čimprej odnesemo v najbližji zdravstveni dom v strokovno obravnavo

**Rautkov prijem izvajamo pri…**

1. Delni zapori dihalne poti
2. **Pri reševanju iz neposredne nevarnosti**
3. Pri dojenčku
4. Pri splošni podhladitvi

**Kako sprostimo dihalno pot pri poškodovancu s sumom na poškodbo hrbtenice?**

1. S trojnim manevrom
2. **Z modificiranim trojnim manevrom**
3. Zvrnemo glavo in dvignemo brado
4. Je ne smemo sprostiti

**Pri oživljanju odraslega če sta dva reševalca( profesionalna) je razmerje?**

1. 30 stisov:5 vpiha
2. **30 stisov :2 vpiha**
3. 15 stisov: 1 vpih
4. 15 stisov: 2 vpiha

**Avtomatični defibrilator uporabljamo?**

1. Kadar nam s Heimlichovim prijemom ni uspelo razrešiti dihalne poti
2. **V vseh primerih ko se človek nemudoma zgrudi in negibno leži**
3. Samo v primeru ko vemo da gre za srčnega bolnika
4. Če smo v dvomih da gre za srčnega bolnika ga n uporabljamo

**Kaj velja za oskrbo odprtega pneumotoraksa?**

1. Rano nepredušno zapremo
2. Rano pokrijemo in napravimo kopresijsko obvezo
3. Rano sterilno pokrijemo in napravimo esmarchovo obvezo
4. **Rano sterilno prekrijemo in ne zapiramo nepredušno**

**Kaj je znak popolne zapore dihalne poti?**

1. Prizadeti diha in je nemiren
2. Prizadeti kriči na pomoč da naj mu pomagamo, ker se bo zadušil
3. Prizadeti kašlja
4. **Prizadeti ne more govoriti ali učinkovito kašljati, med poskusi vdiha slišimo piske**

**Kaj pomeni kratica VODDO?**

1. Varnost, odzivnost, dihalna pot, dihanje, obveščanje
2. Varnost, ogrevanje, dihalna pot, dihanje, obtok
3. Varnost, odzivnost, dihanje, dihalna pot, obtok
4. **Varnost, odzivnost, dihalna pot, dihanje, obtok**

**Pri nezavestnem poškodovancu, kjer sumimo na poškodbo hrbtenice sprostimo dihalno pot:**

1. Zvrnemo glavo in dvignemo spodnjo čeljust, roke imamo naslonjene na čvrsto podlago
2. Ne sprostimo dihalne poti, ker je nevarnost, da pride do premika v predelu vratne hrbtenice (posledično so lahko hude komplikacije ali celo smrt poškodovanca)
3. Uporabimo trojni manever
4. **Uporabimo modificiran trojni manever**

**Pri izvajanju zunanje masaže srca je najbolj pomembno?**

1. Da jo izvajamo dovolj dolgo
2. Da jo izvajamo natančno na določenem mestu
3. Da jo izvajamo brez prekinitev z izjemo vpiha
4. **Da dosežemo ustrezno globino stisa prsnega koša**

**Epidermalno opeklino bomo prepoznali po:**

1. Po zelo počasnem celjenju
2. Koža je rdeča in na pritisk zbledi
3. Slabša občutljivost na mestu opekline
4. **Rdeča brez mehurjev, hitrem krvnem povratku**

**Za transport bolnika v bolnišnico z sumom na srčni infarkt velja?**

1. Izberemo najhitrejšo možnost
2. **Čakamo reševalno vozilo**
3. Če je razdalja velika, ga mora peljati kdo od svojcev, da ne vozi sam
4. Če je le mogoče ga transportiramo s helikopterjem

**Kaj pri izpiranju oči ob vbrizgu kemikalije v oko ni pravilno?**

1. S palcem in kazalcem razpremo očesni veki
2. Blag curek mlačne čiste vode usmerimo v notranji kot očesne reže
3. Voda mora teči od notranje strani očesne reže navzven
4. **Curek more teči naravnost na prizadeto zrklo**

**Pri izpahu je gibljivost?**

1. Normalna
2. Delno zavrta
3. Normalno ali delno zavrta
4. **Popolnoma zavrta**

**Kaj od naštetih primerov sodi v prvo pomoč pri ugrizu kače?**

1. Ud podvežemo
2. Mesto ugriza izsesavamo ali stiskamo
3. Mesto pika zarežemo da kri izpere rano
4. **Prizadeti mora mirovati**

**Kaj storimo, če je prizadeti brez znakov življenja, hkrati je poškodovan, v avtu naslonjen na volan**

1. Zaradi nevarnosti poškodbe vratne hrbtenice ga premikamo do prihoda reševalcev
2. **Oživljamo ga na običajen način( leže na hrbtu)**
3. Po možnosti ga oživljamo v položaju kot smo ga našli
4. Zapustimo prizadetega in stečemo po vsaj tri pomočnike, da ga varno izvlečemo iz vozila

**Skupna značilnost bolnikov z akutnim koronarnim sindromom je:**

1. Takojšen srčni zastoj
2. **Stenokardialna bolečina**
3. Agonalno dihanje
4. Kašelj

**Kaj velja za oceno površine opeklinske rane pot.i. pravilu dlani?**

1. Površina prstov ene roke opečenca je približno neka 1 % skupne površine telesa
2. **Površina dlani poškodovanca je približno enaka 1% skupne površine telesa**
3. Površina dlani poškodovanca je približno enaka 5 % skupne površine telesa
4. Površina dlani poškodovanca je približno enaka 9% skupne površine telesa

**Kdaj moramo pomisliti na opeklino dihalne poti?**

1. **Pri poškodovancih, ki so se poškodovali v požaru v zaprtem prostoru.**
2. Pri poškodovancih, ki so se poškodovali v požaru na prostem
3. Pri poškodovancih z opeklinami na dlaneh
4. Pri poškodovancih, ki so se poškodovali z električnim tokom

**Kaj bi svetovali staršem, ki so poklicali v ambulanto NMP, da je njihov 5-letni otrok zaužil detergent za ročno pranje?**

1. **Naj zaužije sredico kruha**
2. Naj popije 1-2 dcl navadne vode
3. Naj mu izzovejo bruhanje
4. Naj zaužije aktivno oglje

**Kateri od naslednjih ukrepov sodi v okvir zdravstvene pomoči v primeru ugriza strupene kače?**

1. Ud podvežemo
2. Mesta ugriza izsesamo
3. Mesto ugriza zarežemo
4. **Mesto ugriza hladimo z obkladki**

**Kaj je pravilno ukrepanje medicinske sestre na terenu pri oskrbi raztrganine zrkla?**

1. Poškodovancu z blagim curkom vode izperemo oko(curek teče od notranjega proti zunanjemu očesnemu kotu) in oko prekrijemo s sterilno gazo
2. Poškodovancu z blagim curkom vode izperemo oko(curek teče od zunanjega proti notranjemu očesnemu kotu) in oko prekrijemo s sterilno gazo
3. Poškodovano oko prekrijemo s sterilno gazo in napravimo kompresijsko obvezo
4. **Poškodovano oko pokrijemo s sterilno gazo in nežno obvežemo**

**Kaj je značilno za pretres možganov?**

1. **Poškodovanec se onesvesti, po povrnitvi zavesti je omotičen, zmeden, dogodka se ne spominja, boli ga glava, navaja slabost in bruhanje**
2. Nezavest in čedalje hujša motnja zavesti, omotičnost, zaspanost, zmedenost, ena zenica postaja širša od druge, hropeče dihanje, ima upočasnjen pulz
3. Trzaji in krči obraza in udov, ohromelost ene strani telesa
4. Ena zenica postane širša od druge, hropeče diha in ima upočasnjen pulz

**Kaj je značilno za sončarico?**

1. Značilna je pekoča bolečina za prsnico, ki izžareva v levo ramo, vrat ali celo v spodnjo čeljust (angina pektoris)
2. V možganih se zamaši krvna žila ali pa iz nje krvavi
3. **Je nevarno možgansko stanje, ki nastane zaradi delovanja sončnih žarkov na golo glavo in tilnik**
4. Je nevarno stanje ki ga povzroči čezmerno kopičenje toplote

**Kaj od naštetega velja če oživljamo otroka in smo na kraju dogodka sami?**

1. Najprej pokličemo 112,nato izvajamo TPO
2. **Najprej 1min izvajamo TPO, nato kličemo 112( enak ukrep pri utopljencu)**
3. Vseeno je ali najprej pokličemo 112 ali najprej izvajamo TPO
4. Najprej izvedemo 30 masaž srca nato 5 vpihov

**Pri oživljanju otroka je hitrost vpihov…**

1. 10/min
2. **12/min(otrok)**
3. Nad 20/min(dojenček)
4. 30-60/min(novorojenček)

**Kaj je definicija politravmatiziranega bolnika?**

1. Padel je z velike višine
2. **Poškodovane ima 3 ali več organskih sistemov**
3. Poškodovan je bil v prometni nesreči
4. Ima slabe možnosti preživetja

Pri popolni zapori dihalne poti:

1. Prizadeti lahko govori, kašlja in diha
2. Vzpodbujamo kašljanje
3. Najprej izvedemo helmichov prijem, nato 5 udarcev nad lopatico
4. **Če žrtev izgubi zavest, pričnemo s TPO**

**Kje je mesto izvajanja masaže srca pri odraslem?**

1. Na zgornji polovici prsnice
2. Na sredini prsnice
3. Na spodnji polovici prsnega koša
4. **Na sredini prsnega koša**

**Kakšen je vpihni volumen če oživljamo odraslega?**

1. 50-65ml zraka
2. 100ml zraka
3. **500-650 ml zraka (0,5-0,6l)**
4. 1000ml zraka

**Izberite pravilno trditev v zvezi z avtomatičnimi defibrilatorji:**

1. Njihovo uporabo pri otrocih zaradi pomanjkanja izkušenj zaenkrat odsvetujejo
2. Defibriliramo tudi dojenčke ( pod enim letom starosti)
3. Če defibrilacija ni potrebna, tudi niso potrebni TPO
4. **Aparat sunka ne dovoli, če ta ni zanesljivo potreben**

**Pri komu od naštetih je uporaba avtomatičnega defibrilatorja odsvetovana?**

1. **Pri dojenčkih**
2. Pri nosečnicah
3. Pri bolnikih z vgrajenim srčnim spodbujevalnikom in defibrilatorjem
4. Pri bolnikih ki ležijo na snegu

**Če oživljamo dojenčka znaša globina srčne masaže:**

1. Za 3-4cm
2. Za4-5cm
3. **1/3 premera prsnega koša**
4. 2/3 premera prsnega koša

**Vzrok zastoja srca pri otroku je največkrat:**

1. Alergija
2. **Predhodni zastoj dihanja**
3. Srčni infarkt
4. Prekatna fibrilacija

**Kaj velja za nameščanje vratne opornice?**

1. **Potrebna sta dva reševalca**
2. Nudi odlično imobilizacijo vratu
3. Dovolj je en reševalec
4. Ročna imobilizacija glave po namestitvi ni več potrebna

**MONA je kratica za …**

1. Algoritem ugotavlja odzivnost kirurškega bolnika na terenu
2. Algoritem ugotavlja odzivnost internističnega bolnika na terenu
3. **Terapijo pri srčnem infarktu**
4. Terapijo po možganski kapi

**Spodnje trditve se nanašajo na zastrupitve s kemičnim orožjem. Obkrožite pravilno.**

1. V Sloveniji je za odstranjevanje kemičnega orožja usposobljena zdravstvena služba
2. **Mehurjevci so bojni strupi**
3. Zastrupljence s kemičnim orožjem nikoli ne slačimo
4. V primeru kontaminacije kože le te ne smemo čistiti z milnico in spirati z vodo

**Za klor je značilno, da…**

1. **Je težji od zraka**
2. Ga uvrščamo med manj strupene pline
3. Ga s čutili zaznamo šele pri veliki koncentraciji
4. Je pri manjši koncentraciji zelenkasto- rumene barve

**Za zaščitne ukrepe pri nesreči s klorom velja:**

1. Takojšnji umik v nižje ležeče kraje
2. Čim hitrejši umik v smeri vetra
3. **Kožo umivati oči spirati 10-15 minut**
4. Zdravniško pomoč poiskati samo v primeru takojšnjih težav

**Spodaj navedene trditve se nanašajo na reševanje utapljajočega iz vode. katera je pravilna?**

1. Najbolj smiselno je reševanje s skokom v vodo
2. Če rešujemo utapljajočega s skokom v vodo ne izgubljamo časa s slačenjem svoje obleke
3. **Utapljajočega poskušamo najprej reševati iz kopnega**
4. Zdravstveni delavci so dolžni rešiti utapljajočega v vodi ne glede na okoliščine?

**Za zmanjšanje izpostavljenosti poškodbam in boleznim na potovanju se držimo pravila…**

1. Pravila 4F-freedom(svoboda) in 4S-safety(varnost)
2. Da se bolezni na potovanju prenašajo predvsem preko umazanih kljuk, sedežev, jedilnega pribora in posode
3. Da večje tveganje obstaja pri olupljenem kot neolupljenem sadju
4. **Pravila 4F- varna hrana, varna pijača, zaščita pred piki mrčesa, izogibanje tveganim spolnim odnosom: 4S- zaščita pred soncem, nevarnost vode, nevarnosti v prometu, stres na potovanjih**

**Hipocenter je sinonim za:**

1. Nadžarišče potresa(epicenter)
2. **Žarišče potresa**
3. Nadžarišče ali žarišče potresa
4. Velikost potresa

**Naslednje trditve se nanašajo na navodila za ravnanje v trenutku potresa. Obkrožite pravilno trditev:**

1. **Poiščemo zaščito pod masivnim i mizami**
2. Če nas potres preseneti v poslopju se čim prej umaknemo na prosto
3. Na hodniku se prislonimo k zunanjim stenam
4. Najbolj varna je evakuacija po stopnišču, izjema dvigalo

**Trditve spodaj se nanašajo na nesrečo z ionizirajočim sevanjem. Označite pravilno.**

1. Nesreče z ionizirajočim sevanjem se vsakodnevno dogajajo
2. **Ionizirajočega sevanja s človeškimi čutili ne zaznamo**
3. V Sloveniji je največja nevarnost za tovrstno nesrečo nesreča v jederskem reaktorju
4. V Sloveniji se še ni zgodil primer sevalne nesreče

**Faktorji zaščite pred radioaktivnim sevanjem so:**

1. **Čas, razdalja, ščitenje**
2. Čas, ščitenje, zavarovanje
3. Čas, oddaljenost, razdalja
4. Čas, odboje izpostavljenosti, oddaljenost

**Za koliko časa lahko pustimo odraslega v srčnem zastoju brez TPO, da stečemo po defibrilator(če smo sami ob prizadetem)?**

1. **Ne smemo ga pustiti**
2. 10 min
3. 1-3min
4. Pustimo ga lahko, če bomo nazaj pred reševalci

**Če prizadeti med oživljanjem začne kazati znake življenja:**

1. To je zelo malo verjetno, zato za vsak slučaj nadaljujemo s TPO do prihoda reševalcev
2. Namestimo ga v stabilni bočni položaj in odlepimo elektrode AED-ja
3. Namestimo ga v stabilni bočni položaj, elektrode pustimo,AED izključimo
4. **Namestimo ga v stabilni bočni položaj, elektrode pustimo, AED pustimo vključen**

**Glede na izvor ločimo…**

1. **Arterijske, venske in kapilarne krvavitve**
2. Poškodbene in bolezenske
3. Zunanje in notranje
4. Vidne in skrite

**Kompresijsko obvezo je potrebno preveriti…**

1. Vsako minuto
2. Vsako minuto do dve
3. Na vsake 3 minute
4. **Na vsakih 5-10 minut**

**V kakšen položaj namestimo poškodovanca s hudo poškodbo obraza?**

1. Leže na hrbtu
2. Leže na trebuhu
3. Leže na bok
4. **Sede**

**Pri srčni masaži odraslega pritiskamo prsnico navzdol :**

1. Za3-4cm
2. **Za 4-5cm**
3. 1/3 premera prsnega koša
4. 2/3 premera prsnega koša

**Kaj od naštetega je najprepričljivejši znak srčne kapi?**

1. Nezavest
2. **Pekoča bolečina za prsnico**
3. Občutek razbijanja srca/srčne aritmije
4. Dušenje

**Kakšna je pravilna hitrost vpihov, če oživljamo odraslega človeka?**

1. **10 vpihov/min**
2. 16 vpihov/min
3. 12 vpihov/min (od enega leta do pubertete)
4. 20vpihov/min (otrok)

(dojenček 30-60 vpihov)

**Zadah po acetonu je značilen za…**

1. **Hiperglikemijo**
2. Hipoglikemijo
3. Zastrupitev z dobro hlapnimi petrolejskimi derivati
4. Zastrupitev z slabo hlapnimi petrolejskimi derivati

**Katera spodaj navedenih trditev je pravilna v zvezi s klicem v sili 112?**

1. Številka 112 je evropska številka za klic v sili
2. **V primeru prometne nesreče je nujno potrebno klicati tako tel. št. 112 kot tudi 113**
3. Klic na številko 112 je vedno mogoč ne glede na to kje se nahajamo(npr. podzemni jami)
4. Pri vzpostavi zveze za klic v sili se najprej oglasi dispečer (MS ali zdravnik) v najbližjem zdravstvenem domu

**Pri udarninah se ravnamo po črkah angleške besede RICE( slovensko plod) ki pomeni…**

1. Aktivno razgibavanje, hlajenje, kompresija, dvig poškodovanega uda
2. Aktivno razgibavanje, ogrevanje, kompresija, dvig poškodovanega uda
3. Počitek, ogrevanje, kompresija, dvig poškodovanega uda
4. **Počitek, hlajenje, kompresija, dvig poškodovanega uda**

**Če vstavitev izbitega stalnega zoba na mestu poškodbe ni mogoča**

1. Je najbolje da izbiti zob zavijemo v sterilno gazo in poskrbimo za čimprejšnjo strokovno pomoč
2. Z izbitim zobom ne izgubljamo časa
3. **Damo izbiti zob v fiziološko raztopino, mleko ali vodo in poskrbimo za čimprejšnjo strokovno pomoč**
4. Je edini smiseln način transporta izbitega zoba do strokovne pomoči v ustih poškodovanca(v slini)