

PRVA POMOČ

Katera izmed spodnjih trditev velja za omrzline?

- a) Za njih je značilen padec temperature jedra telesa pod 35 stop. C
- b) So kronične spremembe kože zaradi vpliva mraza pri temperaturah nad lediščem (ozeblina)
- c) So akutne poškodbe kože zaradi vpliva mraza pri temperaturah nad lediščem
- d) **So akutne poškodbe kože zaradi vpliva mraza pri temperaturah pod lediščem**

Esmarchovo prevezo moramo popustiti na:

- a) Na 20 min
- b) Na 5-10 min
- c) Na 5 min
- d) **Ne popuščamo**

V kakšen položaj namestimo poškodovanca z znaki težkega dihanja?

- a) Leže na hrbet
- b) Leže na trebuhu
- c) Leže na bok
- d) **Sede**

Označite pravilno trditev v zvezi s postopkom pri amputaciji prsta?

- a) **Najprej poskrbimo za ustrezno oskrbo amputiranega prsta, nato oskrbimo rano na krnu**
- b) Najbolje da amputirani prst položimo neposredno na led in ga odnesemo v zdravstveni dom
- c) Bolje da amputirani prst zavijemo v sterilno gazo in ga odnesemo v zdravstveni dom v strokovno oskrbo, kot da ga položimo neposredno na led
- d) 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...

- a) Delni zapori dihalne poti
- b) **Pri reševanju iz neposredne nevarnosti**
- c) Pri dojenčku
- d) Pri splošni podhladitvi

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

- a) S trojnim manevrom
- b) **Z modificiranim trojnim manevrom**
- c) Zvrnemo glavo in dvignemo brado
- d) Je ne smemo sprostiti

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

- a) 30 stisov:5 vpiha
- b) **30 stisov :2 vpiha**
- c) 15 stisov: 1 vpih
- d) 15 stisov: 2 vpiha

Avtomatični defibrilator uporabljamo?

- a) Kadar nam s Heimlichovim prijemom ni uspelo razrešiti dihalne poti
- b) **V vseh primerih ko se človek nemudoma zgrudi in negibno leži**
- c) Samo v primeru ko vemo da gre za srčnega bolnika
- d) Če smo v dvomih da gre za srčnega bolnika ga n uporabljamo

Kaj velja za oskrbo odprtega pneumotoraksa?

- a) Rano nepredušno zapremo
- b) Rano pokrijemo in napravimo kopresijsko obvezo
- c) Rano sterilno pokrijemo in napravimo esmarchovo obvezo
- d) **Rano sterilno prekrijemo in ne zapiramo nepredušno**

Kaj je znak popolne zapore dihalne poti?

- a) Prizadeti diha in je nemiren
- b) Prizadeti kriči na pomoč da naj mu pomagamo, ker se bo zadušil
- c) Prizadeti kašlja
- d) **Prizadeti ne more govoriti ali učinkovito kašljati, med poskusi vdiha slišimo piske**

Kaj pomeni kratica VODDO?

- a) Varnost, odzivnost, dihalna pot, dihanje, obveščanje
- b) Varnost, ogrevanje, dihalna pot, dihanje, obtok
- c) Varnost, odzivnost, dihanje, dihalna pot, obtok
- d) **Varnost, odzivnost, dihalna pot, dihanje, obtok**

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

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

Pri izvajanju zunanje masaže srca je najbolj pomembno?

- a) Da jo izvajamo dovolj dolgo
- b) Da jo izvajamo natančno na določenem mestu

- c) Da jo izvajamo brez prekinitev z izjemo vpiha
- d) **Da dosežemo ustrezno globino stisa prsnega koša**

Epidermalno opeklino bomo prepoznali po:

- a) Po zelo počasnem celjenju
- b) Koža je rdeča in na pritisk zbledi
- c) Slabša občutljivost na mestu opekline
- d) **Rdeča brez mehurjev, hitrem krvnem povratku**

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

- a) Izberemo najhitrejšo možnost
- b) **Čakamo reševalno vozilo**
- c) Če je razdalja velika, ga mora peljati kdo od svojcev, da ne vozi sam
- d) Če je le mogoče ga transportiramo s helikopterjem

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

- a) S palcem in kazalcem razpremo očesni vek
- b) Blag curek mlačne čiste vode usmerimo v notranji kot očesne reže
- c) Voda mora teči od notranje strani očesne reže navzven
- d) **Curek more teči naravnost na prizadeto zrklo**

Pri izpahu je gibljivost?

- a) Normalna
- b) Delno zavrta
- c) Normalno ali delno zavrta
- d) **Popolnoma zavrta**

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

- a) Ud podvežemo
- b) Mesto ugriza izsesavamo ali stiskamo
- c) Mesto pika zarežemo da kri izpere rano
- d) **Prizadeti mora mirovati**

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

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

Skupna značilnost bolnikov z akutnim koronarnim sindromom je:

- a) Takojšen srčni zastoj
- b) **Stenokardialna bolečina**
- c) Agonalno dihanje
- d) Kašelj

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

- a) Površina prstov ene roke opečenca je približno neka 1 % skupne površine telesa
- b) **Površina dlani poškodovanca je približno enaka 1% skupne površine telesa**
- c) Površina dlani poškodovanca je približno enaka 5 % skupne površine telesa
- d) Površina dlani poškodovanca je približno enaka 9% skupne površine telesa

Kdaj moramo pomisliti na opekline dihalne poti?

- a) **Pri poškodovancih, ki so se poškodovali v požaru v zaprtem prostoru.**
- b) Pri poškodovancih, ki so se poškodovali v požaru na prostem
- c) Pri poškodovancih z opeklinami na dlaneh
- d) 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?

- a) **Naj zaužije sredico kruha**
- b) Naj popije 1-2 dcl navadne vode
- c) Naj mu izzovejo bruhanje
- d) Naj zaužije aktivno oglje

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

- a) Ud podvežemo
- b) Mesta ugriza izsesamo
- c) Mesto ugriza zarezemo
- d) **Mesto ugriza hladimo z obkladki**

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

- a) Poškodovancu z blagim curkom vode izperemo oko(curek teče od notranjega proti zunanjemu očesnemu kotu) in oko prekrijemo s sterilno gazo
- b) Poškodovancu z blagim curkom vode izperemo oko(curek teče od zunanjega proti notranjemu očesnemu kotu) in oko prekrijemo s sterilno gazo
- c) Poškodovano oko prekrijemo s sterilno gazo in napravimo kompresijsko obvezo
- d) **Poškodovano oko pokrijemo s sterilno gazo in nežno obvežemo**

Kaj je značilno za pretres možganov?

- a) **Poškodovanec se onesvesti, po povrnitvi zavesti je omotičen, zmeden, dogodka se ne spominja, boli ga glava, navaja slabost in bruhanje**
- b) Nezavest in čedalje hujša motnja zavesti, omotičnost, zaspanost, zmedenost, ena zenica postaja širša od druge, hropeče dihanje, ima upočasnen pulz
- c) Trzaji in krči obraza in udov, ohromelost ene strani telesa
- d) Ena zenica postane širša od druge, hropeče diha in ima upočasnen pulz

Kaj je značilno za sončarico?

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

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

- a) Najprej pokličemo 112, nato izvajamo TPO
- b) **Najprej 1min izvajamo TPO, nato kličemo 112(enak ukrep pri utopljenču)**
- c) Vseeno je ali najprej pokličemo 112 ali najprej izvajamo TPO
- d) Najprej izvedemo 30 masaž srca nato 5 vpihov

Pri oživljanju otroka je hitrost vpihov...

- a) 10/min
- b) **12/min(otrok)**
- c) Nad 20/min(dojenček)
- d) 30-60/min(novorojenček)

Kaj je definicija politravmatiziranega bolnika?

- a) Padel je z velike višine
- b) **Poškodovane ima 3 ali več organskih sistemov**
- c) Poškodovan je bil v prometni nesreči
- d) Ima slabe možnosti preživetja

Pri popolni zapori dihalne poti:

- a) Prizadeti lahko govori, kašlja in diha
- b) Vzpodbujamo kašljanje
- c) Najprej izvedemo helmichov prijem, nato 5 udarcev nad lopatico
- d) **Če žrtev izgubi zavest, pričnemo s TPO**

Kje je mesto izvajanja masaže srca pri odraslem?

- a) Na zgornji polovici prsnice
- b) Na sredini prsnice
- c) Na spodnji polovici prsnega koša
- d) **Na sredini prsnega koša**

Kakšen je vpihni volumen če oživljamo odraslega?

- a) 50-65ml zraka
- b) 100ml zraka
- c) **500-650 ml zraka (0,5-0,6l)**
- d) 1000ml zraka

Izberite pravilno trditev v zvezi z avtomatičnimi defibrilatorji:

- a) Njihovo uporabo pri otrocih zaradi pomanjkanja izkušenj zaenkrat odsvetujejo
- b) Defibriliramo tudi dojenčke (pod enim letom starosti)
- c) Če defibrilacija ni potrebna, tudi niso potrebni TPO
- d) **Aparat sunka ne dovoli, če ta ni zanesljivo potreben**

Pri komu od naštetih je uporaba avtomatičnega defibrilatorja odsvetovana?

- a) **Pri dojenčkih**
- b) Pri nosečnicah
- c) Pri bolnikih z vgrajenim srčnim spodbujevalnikom in defibrilatorjem
- d) Pri bolnikih ki ležijo na snegu

Če oživljamo dojenčka znaša globina srčne masaže:

- a) Za 3-4cm
- b) Za 4-5cm
- c) **1/3 premera prsnega koša**
- d) 2/3 premera prsnega koša

Vzrok zastoja srca pri otroku je največkrat:

- a) Alergija
- b) **Predhodni zastoj dihanja**
- c) Srčni infarkt
- d) Prekatna fibrilacija

Kaj velja za nameščanje vratne opornice?

- a) **Potrebna sta dva reševalca**
- b) Nudi odlično imobilizacijo vratu
- c) Dovolj je en reševalec
- d) Ročna imobilizacija glave po namestitvi ni več potrebna

MONA je kratica za ...

- a) Algoritem ugotavlja odzivnost kirurškega bolnika na terenu
- b) Algoritem ugotavlja odzivnost internističnega bolnika na terenu
- c) **Terapijo pri srčnem infarktu**
- d) Terapijo po možganski kapi

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

- a) V Sloveniji je za odstranjevanje kemičnega orožja usposobljena zdravstvena služba
- b) **Mehurjevci so bojni strupi**
- c) Zastrupljence s kemičnim orožjem nikoli ne slačimo
- d) V primeru kontaminacije kože le te ne smemo čistiti z milnico in spirati z vodo

Za klor je značilno, da...

- a) **Je težji od zraka**
- b) Ga uvrščamo med manj strupene pline
- c) Ga s čutili zaznamo šele pri veliki koncentraciji
- d) Je pri manjši koncentraciji zelenkasto- rumene barve

Za zaščitne ukrepe pri nesreči s klorom velja:

- a) Takojšnji umik v nižje ležeče kraje
- b) Čim hitrejši umik v smeri vetra
- c) **Kožo umivati oči spirati 10-15 minut**
- d) Zdravniško pomoč poiskati samo v primeru takojšnjih težav

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

- a) Najbolj smiselno je reševanje s skokom v vodo
- b) Če rešujemo utapljajočega s skokom v vodo ne izgublamo časa s slačenjem svoje obleke
- c) **Utapljajočega poskušamo najprej reševati iz kopnega**
- d) Zdravstveni delavci so dolžni rešiti utapljajočega v vodi ne glede na okoliščine?

Za zmanjšanje izpostavljenosti poškodbam in boleznim na potovanju se držimo pravila...

- a) Pravila 4F-freedom(svoboda) in 4S-safety(varnost)
- b) Da se bolezni na potovanju prenašajo predvsem preko umazanih kljuk, sedežev, jedilnega pribora in posode
- c) Da večje tveganje obstaja pri olupljenem kot neolupljenem sadju
- d) **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:

- a) Nadžarišče potresa(epicenter)
- b) **Žarišče potresa**
- c) Nadžarišče ali žarišče potresa
- d) Velikost potresa

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

- a) **Poiščemo zaščito pod masivnim i mizami**
- b) Če nas potres preseneti v poslopju se čim prej umaknemo na prosto
- c) Na hodniku se prislonimo k zunanjim stenam
- d) Najbolj varna je evakuacija po stopnišču, izjema dvigalo

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

- a) Nesreče z ionizirajočim sevanjem se vsakodnevno dogajajo
- b) **Ionizirajočega sevanja s človeškimi čutili ne zaznamo**
- c) V Sloveniji je največja nevarnost za tovrstno nesrečo nesreča v jederskem reaktorju
- d) V Sloveniji se še ni zgodil primer sevalne nesreče

Faktorji zaščite pred radioaktivnim sevanjem so:

- a) **Čas, razdalja, ščitenje**
- b) Čas, ščitenje, zavarovanje
- c) Čas, oddaljenost, razdalja
- d) Čas, odboje izpostavljenosti, oddaljenost

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

- a) **Ne smemo ga pustiti**
- b) 10 min
- c) 1-3min
- d) Pustimo ga lahko, če bomo nazaj pred reševalci

Če prizadeti med oživljanjem začne kazati znake življenja:

- a) To je zelo malo verjetno, zato za vsak slučaj nadaljujemo s TPO do prihoda reševalcev
- b) Namestimo ga v stabilni bočni položaj in odlepimo elektrode AED-ja
- c) Namestimo ga v stabilni bočni položaj, elektrode pustimo, AED izključimo
- d) **Namestimo ga v stabilni bočni položaj, elektrode pustimo, AED pustimo vključen**

Glede na izvor ločimo...

- a) **Arterijske, venske in kapilarne krvavitve**
- b) Poškodbene in bolezenske
- c) Zunanje in notranje
- d) Vidne in skrite

Kompresijsko obvezo je potrebno preveriti...

- a) Vsako minuto
- b) Vsako minuto do dve
- c) Na vsake 3 minute
- d) **Na vsakih 5-10 minut**

V kakšen položaj namestimo poškodovanca s hudo poškodbo obraza?

- a) Leže na hrbtu
- b) Leže na trebuhu
- c) Leže na bok
- d) **Sede**

Pri srčni masaži odraslega pritiskamo prsnico navzdol :

- a) Za 3-4cm
- b) **Za 4-5cm**
- c) 1/3 premera prsnega koša
- d) 2/3 premera prsnega koša

Kaj od naštetega je najprepričljivejši znak srčne kapi?

- a) Nezavest
- b) **Pekoča bolečina za prsnico**
- c) Občutek razbijanja srca/srčne aritmije
- d) Dušenje

Kakšna je pravilna hitrost vpihov, če oživljamo odraslega človeka?

- a) **10 vpihov/min**
- b) 16 vpihov/min
- c) 12 vpihov/min (od enega leta do pubertete)
- d) 20 vpihov/min (otrok)

(dojenček 30-60 vpihov)

Zadah po acetonu je značilen za...

- a) **Hiperglikemijo**
- b) Hipoglikemijo
- c) Zastrupitev z dobro hlapnimi petrolejskimi derivati
- d) Zastrupitev z slabo hlapnimi petrolejskimi derivati

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

- a) Številka 112 je evropska številka za klic v sili
- b) **V primeru prometne nesreče je nujno potrebno klicati tako tel. št. 112 kot tudi 113**
- c) Klic na številko 112 je vedno mogoč ne glede na to kje se nahajamo (npr. podzemni jami)
- d) Pri vzpostavitvi 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...

- a) Aktivno razgibavanje, hlajenje, kompresija, dvig poškodovanega uda
- b) Aktivno razgibavanje, ogrevanje, kompresija, dvig poškodovanega uda
- c) Počitek, ogrevanje, kompresija, dvig poškodovanega uda
- d) **Počitek, hlajenje, kompresija, dvig poškodovanega uda**

Če vstavitev izbitega stalnega zoba na mestu poškodbe ni mogoča

- a) Je najbolje da izbiti zob zavijemo v sterilno gazo in poskrbimo za čimprejšnjo strokovno pomoč
- b) Z izbitim zobom ne izgubljammo časa
- c) **Damo izbiti zob v fiziološko raztopino, mleko ali vodo in poskrbimo za čimprejšnjo strokovno pomoč**
- d) Je edini smiseln način transporta izbitega zoba do strokovne pomoči v ustih poškodovanca (v slini)