



KARTA PLNENIA ODBORKY PRVÁ POMOC

Červený stupeň

Úspešne som absolvoval 33-hodinový kurz organizovaný Červeným krížom.
(alebo splnil som nasledujúce úlohy)

Meno: _____

Inštruktori: _____

Zelený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Robil som družinového zdravotníka. Poznám základné zloženie lekárničky a použitie liekov. Poznám alergie a iné choroby členov svojej družiny a viem im pomôcť, keď treba.		
2. Viem poskytnúť resuscitáciu (uvoľnenie dýchacích ciest, umelé dýchanie, masáž srdca). Správne som predviedol uloženie zraneného do stabilizovanej polohy.		
3. Dokážem ošetriť krvácanie zo žily a z tepny, poznám tlakové body.		
4. Vyskúšal som si rôzne druhy transportu zraneného (jeden nosič, dvaja a viacerí nosiči, bez pomôcok, s pomôckami, improvizované nosidlá).		
5. Správne som obviazal zranenie prstu, dlane, laktá, kolena, členka a hlavy.		
6. Viem, ako fixovať končatinu pri zlomenine a ako vyrobiť improvizovanú dlahu. Prakticky som si vyskúšal znehybnenie zlomeniny predlaktia, kľúčnej kosti a stehna.		
7. Dokážem vybrať kliešťa, ošetriť bodnutie hmyzom, pohryznutie zvierat'om (i hadom). Viem vybrať cudzí predmet z oka.		
8. Poznám príznaky chrípky, črevnej chrípky, úpalu, alergickej reakcie a viem správne postupovať.		
Zelený stupeň som získal:		

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Vyskúšal som si záchranu topiaceho sa a dopravenie topiaceho na breh.		
2. Viem, ako postupovať pri úpale a úžehu, popáleninách, omrzlinách a podchladení.		
3. Viem, ako postupovať pri šoku a bezvedomí.		
4. Viem, ako sa prejavuje otras mozgu a ako pri ňom postupovať.		
5. Dokážem pomôcť pri vracaní, hnačke, zápche, otrave. Poznám príznaky zápalu slepého čreva.		
6. Viem ošetriť poranenie chrbtice.		
7. Viem, ako postupovať pri zásahu el. prúdom.		
8. Viem identifikovať príznaky alergickej reakcie, epileptického záchvatu, problémoch pri cukrovke a okamžite reagovať.		
9. Viem ošetriť vytknutý členok a otvorenú zlomeninu.		
10. Viem rozpoznať príznaky srdcovej príhody, mozgovej príhody (porážky) a rýchlo reagovať.		
Červený stupeň som získal:		



KARTA PLNENIA ODBORKY PRVÁ POMOC

Meno: _____

Inštruktori: _____

Zelený stupeň

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Robil som družinového zdravotníka. Poznám základné zloženie lekárničky a použitie liekov. Poznám alergie a iné choroby členov svojej družiny a viem im pomôcť, keď treba.		
2. Viem poskytnúť resuscitáciu (uvolnenie dýchacích ciest, umelé dýchanie, masáž srdca). Správne som predviedol uloženie zraneného do stabilizovanej polohy.		
3. Dokážem ošetriť krvácanie zo žily a z tepny, poznám tlakové body.		
4. Vyskúšal som si rôzne druhy transportu zraneného (jeden nosič, dvaja a viacerí nosiči, bez pomôcok, s pomôckami, improvizované nosidlá).		
5. Správne som obviazal zranenie prstu, dlane, laktá, kolena, členka a hlavy.		
6. Viem, ako fixovať končatinu pri zlomenine a ako vyrobiť improvizovanú dlahu. Prakticky som si vyskúšal znehybnenie zlomeniny predlaktia, kľúčnej kosti a stehna.		
7. Dokážem vybrať kliešťa, ošetriť bodnutie hmyzom, pohryznutie zvierat'om (i hadom). Viem vybrať cudzí predmet z oka.		
8. Poznám príznaky chrípky, črevnej chrípky, úpalu, alergickej reakcie a viem správne postupovať.		
Zelený stupeň som získal:		

Červený stupeň

Úspešne som absolvoval 33-hodinový kurz organizovaný Červeným krížom.
(alebo splnil som nasledujúce úlohy)

Podmienka	Dátum splnenia	Podpis inštruktora
1. Vyskúšal som si záchranu topiaceho sa a dopravenie topiaceho na breh.		
2. Viem, ako postupovať pri úpale a úžehu, popáleninách, omrzlinách a podchladení.		
3. Viem, ako postupovať pri šoku a bezvedomí.		
4. Viem, ako sa prejavuje otras mozgu a ako pri ňom postupovať.		
5. Dokážem pomôcť pri vracaní, hnačke, zápche, otrave. Poznám príznaky zápalu slepého čreva.		
6. Viem ošetriť poranenie chrčbtice.		
7. Viem, ako postupovať pri zásahu el. prúdom.		
8. Viem identifikovať príznaky alergickej reakcie, epileptického záchvatu, problémoch pri cukrovke a okamžite reagovať.		
9. Viem ošetriť vytknutý členok a otvorenú zlomeninu.		
10. Viem rozpoznať príznaky srdcovej príhody, mozgovej príhody (porážky) a rýchlo reagovať.		
Červený stupeň som získal:		