

Przypominam o zadaniu domowym, które mieliście wykonać do 15 maja

1. **Zadanie obowiązkowe** - wyślij krótki filmik **na Teams czy Messenger** , na którym przedstawiś ,jak należy wykonać opatrunek kłosowy dłoni zstępujący niepełny:(użyj bandaża elastycznego; link powyżej) oraz napisz (w Wordzie), co powinno znaleźć się w apteczce pierwszej pomocy.
2. **Jeśli masz chęci**, możesz dodatkowo zaprezentować opatrywanie urazu głowy, opatrunek nosa itp. oraz **przesłać filmik na Teams czy Messenger**.

Jeśli ktoś chce jeszcze dosłać zadania, to może to zrobić, ale tylko dzisiaj.

W poniedziałek wpiszę Wam oceny.

Temat: Urazy kości i uszkodzenia stawów.

22.05.

Wejdź na poniższy link:

<https://epodreczniki.pl/a/urazy-konczyn/DH8Eqc6Wx>

***ćwiczenia 1-4 wykonaj na platformie**

***Polecenie 5.1 wykonaj w zeszycie przedmiotowym. NIE WYSYLAJ ROZWIAZANIA –SPRAWDZE GO PRZY OCENIE ZESZYTU PRZEDMIOTOWEGO.**

***Polecenia 1-3 wykonaj ustnie; polecenia 4 nie musisz robić.**

Przepisz do zeszytu:

- Wskutek działania na organizm człowieka znacznych sił zewnętrznych może dojść do urazów w obrębie układu kostnego. **Złamania, zwichnięcia czy skręcenia** same w sobie nie stanowią zagrożenia życia, powodują jedynie znaczny ból. Jednak urazy wtórne, takie jak np. rozerwanie ostrymi krawędziami złamanej kości naczyń krwionośnych czy uszkodzenie przy zwichnięciu połączeń nerwowych, mogą spowodować trwałe kalectwo a nawet śmierć.
- **Stabilizowanie** uszkodzonych kończyn musi odbywać się tak, aby nie dochodziło do dalszych przemieszczeń, a w konsekwencji do powstawania nowych lub pogłębiania już istniejących urazów.
- Przy **złamaniach otwartych** poszkodowany jest dodatkowo narażony na zakażenia i utratę krwi – złamanie jednej kości udowej może prowadzić do utraty nawet 1 litra krwi.

- Udzielając pierwszej pomocy, **nie należy różnicować** złamań, skręceń i zwichnięć, tylko wszystkie urazy traktować jak złamanie (czyli unieruchomić i przetransportować poszkodowanego do szpitala lub wezwać pogotowie ratunkowe).
- **Unieruchamiając kończyny**, należy stosować następujące zasady:
 - przy uszkodzeniu kości unieruchamiamy kość i dwa sąsiadujące z nią stawy,
 - przy uszkodzonym stawie – staw i dwie sąsiadujące z nim kości.
- **Największym błędem** przy urazie jest nadmierne poruszanie uszkodzoną kończyną, co może powodować dalsze powikłania, np. przerwania ciągłości naczyń krwionośnych i spowodowanie obfitego krwawienia.
- Wzywając pomoc, pamiętaj o [numerach alarmowych](#).

Starannie przepisuj z każdej lekcji wszystkie notatki. Przed podaniem proponowanej oceny poproszę Cię o przesłanie zdjęć z notatkami z lekcji.