

• **05. 05. 2020**

**Temat: Inne groźne przypadki. Zawał serca, udar mózgu, napad padaczkowy, ciało obce w oku.**

Temat realizujemy z podręcznika od strony 111 do strony 113. Do tego polecam zapoznanie się z tematem na:

<https://epodreczniki.pl/a/podstawy-zachowania-wobec-osob-chorych-na-padaczkę-i-z-bolem-w-klatce-piersiowej/D14dEHFK1>

Notatka pod tematem lekcyjnym:

- Co to jest padaczka i choroba niedokrwienna serca;
- Zapobieganie chorobie wieńcowej;
- Zasady zachowania się odpowiednio w czasie ataku epilepsji i odczuwania bólu w klatce piersiowej.
- Zasady postępowania – ciało obce w oku.
- 

Padaczka, zwana też epilepsją, jest jedną z najczęściej występujących w Polsce [chorób neurologicznych](#). Jej głównym objawem jest okresowe pojawianie się tzw. napadów. Są one efektem przejściowych zaburzeń czynności mózgu wywołanych nagłymi i nadmiernymi wyładowaniami elektrycznymi w komórkach nerwowych.

Udzielając pierwszej pomocy pamiętaj:

- zachowaj spokój (większość napadów ustępuje samoistnie w ciągu 2-3 min);
- jeżeli możesz – zminimalizuj upadek chorego;

- usunąć wszystkie niebezpieczne przedmioty lub przenieść chorego w bezpieczne miejsce (z dala od ruchu ulicznego, wody, ostrych przedmiotów itp.);
- jeżeli poszkodowany ma okulary, zdejmij je;
- chronić głowę chorego przed urazami (np. ukłęknij za głową chorego i przytrzymaj ją między kolanami lub złap rękami, albo podłóż coś miękkiego pod głowę);
- jeśli chory zacznie wymiotować, ułóż go na boku (pamiętaj o ochronie głowy);
- jeśli możesz, przykryj poszkodowanego folią NRC lub zwykłym kocem.
- W czasie ataku nie należy:
  - powstrzymywać drgawek na siłę,
  - wkładać żadnych przedmiotów do ust,
  - cucić, np. polewając wodą,
  - podawać żadnych leków, płynów ani jedzenia,
- Po ataku, jeżeli chory zasypia, nie budź go, lecz zapewnij mu spokój. Sen po napadzie jest zjawiskiem naturalnym i korzystnym dla chorego.

Zawsze wezwij pogotowie ratunkowe, gdy chory w czasie napadu doznał urazu, po napadzie nie odzyskuje przytomności lub gdy jest to pierwszy w życiu napad padaczki.

Krew dopływa do serca tętnicami wieńcowymi, które tworzą sieć kanalików zaopatrujących mięsień sercowy w tlen i pożywienie. Gdy tętnica wieńcowa ulegnie zwężeniu, do serca dopływa mniej krwi niż potrzeba. Taki stan lekarze nazywają chorobą wieńcową, a bóle odczuwane wtedy w klatce piersiowej – bólami wieńcowymi. Całkowite zamknięcie tętnicy wieńcowej w którymkolwiek miejscu powoduje zawał serca czyli obumarcie tej części serca, do której tętnica doprowadzała krew.

Osoba ze zwężonymi tętnicami wieńcowymi początkowo nie odczuwa dolegliwości. Z czasem serce staje się coraz bardziej niedokrwione i pojawiają się bóle w klatce piersiowej. Ból często promieniuje w kierunku szyi i lewej ręki, zazwyczaj pojawia się podczas dużego wysiłku. W miarę postępowania choroby ból może występować podczas mniejszego wysiłku, a nawet w spoczynku.

Zapobiegać chorobie wieńcowej można, prowadząc higieniczny tryb życia:

- unikając dymu papierosowego, który uszkadza tętnice wieńcowe i przyspiesza ich zwężanie;

- będąc aktywnym fizycznie - ruch mięśni pobudza krążenie krwi, a tym samym poprawia ukrwienie serca;
- odżywiając się prawidłowo - jedząc z umiarem i unikając zbyt tłustych oraz słodkich potraw;
- utrzymując prawidłową masę ciała.
- Całkowite zamknięcie tętnicy wieńcowej prowadzi do zawału mięśnia sercowego, który jest stanem bezpośrednio zagrażającym życiu człowieka. Jeżeli ból w klatce piersiowej utrzymuje się u kogoś dłużej niż 20-30 min, stale nawraca lub utrzymuje się w spoczynku, a równocześnie występują:
  - uczucie lęku, niepokój, strach przed śmiercią,
  - duszność, osłabienie,
  - wzmożona potliwość,
  - zawroty głowy,
  - kołatanie serca,
- poproś taką osobę, żeby usiadła i unikała niepotrzebnego wysiłku fizycznego. Następnie wezwij pogotowie ratunkowe.

Dziś nie odsyłacie pracy domowej. Wykonujecie jedynie notatki własne na bazie podanych materiałów w podręczniku i na epodreczniki.pl.

- używać siły,
- wykonywać sztucznego oddychania,
- zostawiać chorego samego.

- **28.04.2020r EDB**

Temat: Inne groźne przypadki- zadławienie

Zapiszcie notatkę pod tematem lekcji:

- Zadławienie – częściowa lub całkowita niedrożność dróg oddechowych spowodowana obecnością ciała obcego w gardle, krtani lub tchawicy.
- Objawy zadławienia:
  - - silne odruchy kaszlowe
  - wytrzeszczone oczy
  - zaczerwieniona i siniejąca skóra twarzy
  - uszkodzony najczęściej trzyma się za szyję i pochyla do przodu
  - nasilające się trudności z nabraniem powietrza.

### 3. Pierwsza pomoc przy zadławieniu.

Tutaj proszę o obejrzenie filmu na <https://www.youtube.com/watch?v=7WNcVvkw7GY>

Kolejny to zadławienie u kilkulatka <https://www.youtube.com/watch?v=NlsNF6go6PU>

Zadławienie u niemowlaka <https://www.youtube.com/watch?v=ygERbaANnVM>

Powoli proszę przygotowywać się do sprawdzenia wiadomości z pierwszej pomocy.

### **Praca domowa:**

1. Opisz sposób udzielania pierwszej pomocy w każdym przypadku:

- Zadławienie osoby dorosłej
- Zadławienie dziecka
- Zadławienie niemowlaka
- Prace odsyłają uczniowie, którzy mają nr w dzienniku **2, 9, 11, 12**. Pozostali zapisują w zeszytach. Termin oddania pracy to **4.05.2020r.**

Pozdrawiam Was serdecznie

Renata Binkiewicz

---

• **21. 04. 2020**

## **Temat: oparzenia i odmrożenia**

Realizowany temat znajduje się w Waszym podręczniku na stronach od 104 do 108.

Zapiszcie notatkę w zeszytcie przedmiotowym.

- Oparzenia termiczne.
- Objawy i odpowiadające im stopnie oparzeń.
- Oparzenia spowodowane środkami chemicznymi.
- Udar słoneczny i udar cieplny.
- Wychłodzenie i odmrożenie.
- Hipotermia.
- Pierwsza pomoc w przypadku oparzeń i odmrożenia.
- Przeczytajcie dzisiejszy temat. Zapoznajcie się z filmami, do których linki podałam poniżej.

### **Oparzenia:**

<https://www.youtube.com/watch?v=yHA9x6rVb80> oparzenia

<https://www.youtube.com/watch?v=jddpdxR751A> I pomoc u dzieci- oparzenia

<https://www.youtube.com/watch?v=u8sBusjyN8c> - oparzenia chemiczne u dzieci

Na temat **odmrożeń** proponuję Wam zapoznanie się z materiałami:

<https://www.youtube.com/watch?v=9GRjOO4nY9I>

<https://www.youtube.com/watch?v=u8sBusjyN8c> hipotermia

Zastanówcie się w jaki sposób udzielilibyś/abyś I pomocy osobie:

- Która przez przypadek wypła środek do czyszczenia toalet

- Wpadła do lodowatej wody i przemoczona wracała do domu w czasie silnego mrozu
- Prace odsyłają osoby, które mają nr w dzienniku: **1, 2, 9,11, 12, 15** na adres [reniabinkiewicz76@gmail.com](mailto:reniabinkiewicz76@gmail.com). Macie czas do **26.04.2020r**

Pozostali nie wysyłają prac, zapisujecie je tylko w zeszycie.

Pozdrawiam serdecznie.

Renata Binkiewicz

---

- **7.04.2020**

Temat: Złamania i zwichnięcia

Temat realizowany w oparciu o podręcznik, str.99-103. Przeczytajcie dzisiejszy temat i zapiszcie poniższą notatkę.

Notatka zapisana pod tematem:

1.Złamanie- całkowite przerwanie ciągłości kości.

a) otwarte

b) zamknięte

2. Zwichnięcia- przemieszczenie względem siebie nasad kości tworzących staw.

a) skręcenia- naruszenie tkanek miękkich otaczających staw, ale bez przemieszczenia kości.

3. Urazy kręgosłupa

4. Pierwsza pomoc przy złamaniach i zwichnięciach

5. Zakładanie chusty trójkątnej

Przećwiczcie w domu zakładanie chusty trójkątnej.

Praca w zeszycie, na ocenę, do oddania na dzień 15.04.2020r. Prześlijcie zdjęcia waszych prac na adres mailowy [reniabinkiewicz76@gmail.com](mailto:reniabinkiewicz76@gmail.com)

Ćwiczenia 1,2,3 ze str.103 (Sprawdź czy potrafisz)

Uczniowie, którzy nie odesłali pierwszej pracy domowej otrzymują oceny niedostateczne, proszę o ich poprawienie do końca tego tygodnia.

Z okazji Świąt Wielkanocnych życzę Wam i Waszym bliskim wszystkiego najlepszego, dużo zdrowia i spokoju w tym trudnym dla nas czasie.

Jeśli będziecie mieli problemy ze zrozumieniem dzisiejszej lekcji, pytajcie mailowo.

Pozdrawiam.

Renata Binkiewicz

• **31.03.2020r**

Drodzy uczniowie

W związku z tym, że dziś piszecie próbny egzamin, nie podaję Wam nowych zagadnień.

W ubiegłym tygodniu przesłałam Wam kartę pracy- powtórzenie zagadnień z resuscytacji krążeniowo- oddechowej.

Rozwiązania mieliście zapisać w zeszycie lub wydrukować i wkleić do zeszytu przedmiotowego. Rozwiązane ćwiczenia ( z poprzedniego tygodnia) proszę o przesłanie na adres e-mail [reniabinkiewicz76@gmail.com](mailto:reniabinkiewicz76@gmail.com). Termin oddania prac to 6.04.2020r. Bardzo proszę o przekazanie tej informacji wszystkim uczniom klasy VIII.

Jeżeli chcielibyście zrobić coś dodatkowo, przedstawiam Wam ciekawe zadanie na:

<https://www.facebook.com/RatujemyIUczymyRatowac/photos/a.415558198500145/2807655859290355/?type=3&theater>

Rozwiązanie przesyłajcie też na maila. Czekam na Wasze prace.

Przypominam także o prasówkach. Zdjęcia waszych prac też przesyłamy na powyżej podany adres e-mail.

Pozdrawiam Was serdecznie, uważajcie na siebie. Renata Binkiewicz

• **24.03.2020r**

Drodzy uczniowie

Zgodnie z zaleceniem ministra edukacji czas spędzony w domu przeznaczamy jeszcze na powtórzenie i utrwalenie wiadomości.

Poniżej znajdziecie kartę pracy. Proszę Was o przypomnienie sobie zagadnień z resuscytacji krążeniowo- oddechowej. Rozwiążcie poniższe ćwiczenia. Rozwiązania możecie zapisać w zeszytach lub wydrukować i wkleić do zeszytu przedmiotowego.

Przypominam także o prasówkach.

Pozdrawiam Was serdecznie, uważajcie na siebie. Renata Binkiewicz

karta pracy w linku:

<http://zpowiazownica.staszow.pl/uploads/pliki/Dokumenty/23.03.2020%20EDB.pdf>

## **EDUKACJA DLA BEZPIECZEŃSTWA**

• **17.03.2020r (WTOREK)**

Witam Was serdecznie.

W dniu dzisiejszym zapoznajcie się z tematem ze str.95 w podręczniku „Tamowanie krwawień i krwotoków”.

Zapisać w zeszytach temat i poniższe punkty:

- 1.Rana- miejsce przzerwania powłok i tkanek miękkich organizmu
2. Krwotok- gwałtowna utrata krwi w wyniku choroby albo doznanych urazów
- 3.Wstrząs krwotoczny
4. Rodzaje opatrunków

Zastanów się nad odpowiedziami do ćwiczeń podanymi pod tematem na str. 98.

Jako pracę domową zróbcie ze „Sprawdź czy potrafisz” zadanie 2.

Dla chętnych: Jak wykonać opatrunek rany brzucha i głowy.

Myślę, że to już czas na przygotowanie drugiej w tym roku prasówki. Tak jak za pierwszym razem podajcie 5 wiadomości, przypominam, że każda musi zawierać datę i min. 5 zdań. Na końcu zapiszcie



źródła informacji z których skorzystaliście.

Gorąco pozdrawiam i do zobaczenia we wtorek 24.03.2020r

Renata Binkiewicz