**Táborové bolístky**

*Na táboře se mohou stát nejrůznější drobné úrazy. Vždy je nutné se v této situaci správně zachovat. Zkus si zopakovat, jak bys ošetřil následující zdravotní problémy!*

Velké obrázky malé texty

Obr. puchýř

**Tlakový puchýř**

* vydezinfikovat místo, kde je puchýř,
* zalepit náplastí

obr koleno

**Odřené koleno**

* vymýt nečistoty
* vydezinfikovat
* nechat být nebo zalepit náplasti nebo obvázat obvazem
* při ošetřování zraněného uklidňovat

obr říznutí

**Malé říznutí**

* vydezinfikovat
* přelepit náplastí

obr bodnutí

**Bodnutí hmyzem**

* zeptat se, jestli je zraněný alergicky na bodnutí včelou
* opatrně vytáhnout z ranky zbytky žihadla (u včely)
* místo vpichu vydezinfikovat
* místo chladit studeným obkladem
* je možné místo potřít i Fenistil-gelem
* zavolat dospělého

obr popaleniny

**Popálenina**

* postižené místo co nejdéle chladíme studenou pitnou vodou (10-15 minut)
* sterilně lehce překryjeme obinadlem

obr kotník

**Pohmožděný kotník**

* studený obklad
* obvaz kotníku elastickým obinadlem

obr krvácení

**Krvácení z nosu**

* posadit postiženého s lehce předkloněnou hlavou.
* stisknout krvácející nosní dírku kapesníkem namočeným ve studene vodě a studený obklad položit postiženému na zátylek.
* po zastavení krvácení ponechat postiženého v klidu
* nezastaví-li se krváceni do 10 minut, je nutné vyhledat lékaře

rámeček

Táborovým zdravotníkem je \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Za ním mohu přijít s jakýmkoli zdravotním problémem a vím, že mi vždy pomůže.

Připravila: Hopsinka, ilustrace: Milan Lesniak - Barva