

MAGAZÍN

MLADÉHO ZDRAVOTNÍKA



první pomoc • zábava • kvízy • fotoseriály • zajímavosti •

angličtina • rozhovor



**První pomoc**

Poranění pohybového aparátu ..	4
Tábor plný úrazů	7
Transport poraněných – dokreslovačka	9
Mdloba	22
Termická poranění organismu ..	30

**Pro chytré hlavičky**

Sudoku	6
Osmisměrka	10
Hádky	10
Osmisměrka	15
Sedm divů světa. Znáte je?	24
Osmisměrka	33
Sudoku	38
Sudoku	41
Veselá křížovka	44

**Ukaž, co víš**

Historie Červeného kříže	16
Sestavte správné dvojice	38
Cizí slova	40
Test: Harry Potter	45
Test: Umíš vařit?	46
Test: Praktická chemie	47

**Zajímavosti**

Pomůcky zdravotnické záchranné služby	13
Z kohoutku nebo balená?	34

**Fotoseriál**

Bezvědomí	11
Otřes mozku	37

**Lidské tělo**

Anatomie – kosti	12
Křížovka – dýchací soustava	23
Trávicí soustava	39

**Angličtina**

Lidské tělo – slovníček	36
Křížovka	36
Minislovníček	41
John and Mary are giving first aid	42

**Zábava**

Vybarvovánka	8
Rozdíly	22
Kalendář	26
Sanitka	27
Domalovánka	43

**Detektivka**

Pátrání téměř detektivní	17
--------------------------------	----

**Osobnosti**

Rozhovor: Ali Amiri	3
---------------------------	---



Správná řešení	48
-----------------------------	----

Autoři (text, foto a grafika) Eva Bernatová, Jaroslava Marková, Ludmila Jílková, Michaela Sládková, Martin Srb, Kristýna Šimonová. **Magazín mladého zdravotníka. Grafické zpracování** JS Partner s.r.o. **Cover Design** JS Partner s.r.o. **Majetková práva** k dílu vykonává Český červený kříž. **Fotografie** na str. 24 a 25 byly použity z <http://whoyoucallingaskeptisc.wordpress.com>, www.gua30.wordpress.com, www.khedo.wordpress.com, www.travel-to-china.org, www.sacred-destinations.com, www.hartransom.org, <http://fc01.deviantart.com> **Vydalo nakladatelství** JS Press společnosti JS Partner s.r.o., Upolínová 280/7, 150 00 Praha 5, tel.: +420 287 222 888, fax: +420 257 223 146, www.js-partner.cz. **Sazba a zlom** JS Partner s.r.o. **Počet stran** 52. **1. vydání, Praha 2009. Vytiskla tiskárna** UNIPRINT s.r.o., Zbuzany 1584, 516 01 Rychnov nad Kněžnou



Rozhovor: Ali Amiri



Pocházíte z Iránu, kde jste byl jako dítě. Jak se liší život (výchova, zvyky...) dětí tam a zde v České republice?

Dětství jsem prožil v Kuwaitu, kde jsem navštěvoval anglickou školu s mezinárodním složením. Moji spolužáci pocházeli z USA, Indie, Anglie, Švédska, Japonska a Libanonu. Musím přiznat, že jako dítě jsem nevnímal původ mých spolužáků, tedy z jaké země pocházejí či jakou barvu kůže mají. Naopak. Spatřoval jsem v tom zajímavost a zvláštnost. Bylo to příjemné. Nyní, když se dívám na děti z pohledu dospělého člověka, připadají mi chytřejší a vnímavější vůči okolnímu světu, avšak o to více je jejich výchova složitější.

V Iránu také funguje organizace Červeného pŕlměsíce. Setkal jste se s jejich činností? Jak vnímáte odlišnost Českého červeného kříže proti Iránskému červenému pŕlměsíci?

Ano, v Iránu funguje organizace Červeného pŕlměsíce, jejíž činnost je obdobná jako činnost ČČK. Jistá odlišnost může např. plynout ze skutečnosti, že Irán je zemí, kde se často vyskytují zemětřesení a organizace Červeného pŕlměsíce je tak častěji vystavována zkouškám v oblasti zvládání katastrof, neboť vždy aktivně zasahuje a následky zemětřesení někdy bývají velmi katastrofální.

Písne si sám skládáte. Odkud čerpáte inspiraci a co vzniká první – hudba nebo text?

Inspirací pro mne je samotný život! Je plný různých situací, setkání a náhod, které v nás vyvolávají řadu emocí a to vše dohromady je nejlepší inspirace. Pokud jde o to, co vzniká dříve, většinou mě poprvé napadne melodie – hudba. Samozřejmě jsou i výjimky, kdy vzniká obojí současně.

Propůjčil jste svoji tvář kampani na dárcovství krve. Vy sám jste krev daroval. Co byste doporučil všem mladým lidem, kteří ještě váhají a nejsou rozhodnutí?

Myslím si, že k tomuto musí každý člověk dospět sám. Mladá generace si je ale dobře vědoma toho, že krev je stále potřeba, a že se nemůže, bohužel, vyrábět v laboratorních podmínkách. Tedy je nutné krev darovat. Zároveň my sami nikdy nevíme, do jaké situace se dostaneme, a že to můžeme být právě my, kteří krev budeme potřebovat. Dalším důvodem mého rozhodnutí podpořit tuto kampaň bylo připomenutí o jak závažnou a důležitou věc v životě člověka jde a současně apelovat na mladou generaci, aby se do projektu zapojila.

Vystupujete v muzikálech, kde je náročné skloubit zpěv, tanec i hraní. Co z toho je pro Vás nejnáročnější?

Nelze říci, co je pro mne nejnáročnější! Zkrátka, vše je pro mne velkou radostí. Miluji divadlo, herectví, zpěv i tanec a to vše si velmi užívám. Jen mi dělá starost správná výslovnost, zvláště když zpívám česky.

Při své práci se setkáváte s mnoha lidmi. Zažil jste v poslední době nějakou úsměvnou příhodu?

Mám mnoho úsměvných příhod. Především, když ošetřuji děti. Některé děti jsou hrdinové a vůbec se nebojí, některé to pouze hrají před svými rodiči, a některé zase pláčou nahlas či potichu. Avšak všichni moji dětské pacienti jsou báječní. Je zajímavé pozorovat jejich charakter, jak se chovají v daných situacích!

Co chystáte v nejbližší době – v obou svých profesích?

Jako zpěvák a hudebník společně se svou kapelou (Amirante) chystám nové album, na kterém už dlouho pracuji a doufám, že již brzy bude hotové. Dále pojedou se svojí skupinou na řadu festivalů, kde zahrajeme naše nové písně. A co se týče mého života coby lékaře, učím se novým věcem vlastně každý den a kromě každodenní praxe, se účastním mnoha kongresů a různých přednášek. Můj život je zkrátka docela zajímavý.



Ali Amiri jako mužská tvář kampaně ČČK na podporu bezplatného dárcovství krve



Poranění pohybového aparátu

Příčiny: sportovní úrazy (poranění kloubů, drobné zlomeniny), automobilové nehody, pády z výšky, kola, úrazy na lyžích ...

Příznaky poranění kloubů

Podvrtnutí: kloubní hlavice se při úrazu vrátí zpět do kloubní jamky, dojde ke krevnímu výronu, kloub je bolestivý a oteklý.

Vykloubení: kloubní hlavice zůstává při úrazu mimo kloubní jamku, nepřirozená poloha kloubu, bolestivost, otok, omezená hybnost.

První pomoc

- Poraněný kloub nikdy nenapravujeme, hýbeme s ním co nejméně.
- Chladíme poraněný kloub.
- Znehybníme ve vynucené poloze.

? Které poranění je závažnější - podvrtnutí nebo vykloubení ?

Příznaky zlomenin kostí

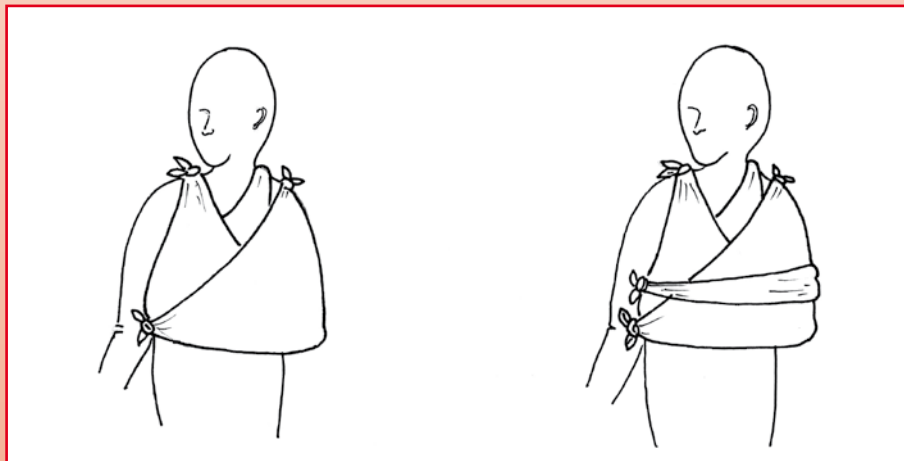
Jisté známky: deformace končetiny, nepřirozená hybnost v místě zlomeniny, při otevřených zlomeninách vyčnívají úlomky kostí z rány

Nejisté známky: otok, bolestivost, krevní výron, snížení hybnosti zraněné končetiny

Při rozsáhlých zlomeninách může dojít k vnitřnímu krvácení z poškozených cév v blízkosti kosti a ohrožení postiženého rozvojem šoku, k infekci při otevřených zlomeninách.

První pomoc

- Znehybnění zlomené kosti – snažíme se znehybnit alespoň přes dva sousední klouby nad a pod zlomeninou.
- Při ošetřování zlomenin horní končetiny znehybníme ve fyziologické poloze – ohnutou v úhlu 90° před tělem a to šátkovým závěsem.



- Při ošetřování zlomenin dolních končetin znehybníme dlahami (Kramerovy dlahy) nebo jejich improvizací.
- Zlomeniny žeber v terénu nijak nefixujeme, zajistíme polohu v polosedě.
- Zlomeniny pánve v terénu nefixujeme, okamžitě zajistíme RZP a s postiženým co nejméně manipulujeme.
- Zlomeniny dlouhých a plochých kostí (kost stehenní, pánevní) mohou vyvolat rozvoj šokového stavu, způsobeného vnitřním krvácením a bolestivostí úrazu. Proto je důležité zahájit preventivně protišoková opatření a především dbát na tepelný komfort u poraněných.
- Otevřené zlomeniny kostí – ránu sterilně překryjeme a zlomeninu fixujeme.



Z následujících fotografií přeškrtněte ty, kde je zlomenina ošetřena nesprávně a řekněte proč.





Sudoku

Cílem hry je doplnit chybějící čísla 1 až 9 tak, aby platilo, že v každé řadě, v každém sloupci a v každém z devíti čtverců byla použita vždy všechna čísla jedna až devět. Pořadí čísel není důležité. Čísla se nesmí opakovat v žádném sloupci, řadě nebo v malém čtverci.

				4	7	6		
				8				
8	9				5		4	
7			8			4	9	
			6		4			
	4	8			1			3
	2		4				7	6
				5				
		1	9					

Tábor plný úrazů

Na této stránce najdeš pravdivé příběhy čtenářů MMZ. Uměl by sis v takové situaci poradit?

Rvačka na špatném místě

(Jirka)

V sekundě jsme měli s jedním kámošem na chodbě takovou malou rozepři, no musím přiznat, že jsme se pěkně pohádali a nakonec i porvali. Už si ani nevzpomenu o co nám to vlastně šlo, ale na konec rvačky nezapomenu. Když jsme se začali strkat, ani jsme si neuvědomili, kde vlastně stojíme. Ale když kámoš proletěl skleněnou výplní, bylo to jasné. Ze všech dveří na škole jsme se museli rvát zrovna před ředitelkou. Naše ředitelka našťěstí ani moc nepátrala, co se stalo, ale hned šla ošetřit kámošovo pořezání. Neviděl jsem, co s ním v ředitelně dělala, protože jsem se radši zdejchnul, ale obě ruce měl potom obvázané.

Ošetření:

Pokud je u řezných ran přítomno rozsáhlé, hlavně tepenné krvácení, zastavíme je ihned stlačením rány prsty a zvednutím postižené končetiny. Dále můžeme přiložit tlakový obvaz. U menšího krvácení ránu vydezinfikujeme, nejlépe peroxidem vodíku a obvážeme sterilním obvazem. Nezapomeňte, z rány nikdy nevytahujeme žádná cizí tělesa.



Nácvik první pomoci

(Věrka)

Při první pomoci jsme si zkoušeli transport na nosítkách. Já jsem dělala zraněnou a nesli mě kluci od nás ze třídy. Pořád na mne dělali ty svoje opičky a já jsem se dost smála. Naše vedoucí nás napomenula, že při transportu se nikdo smát nesmí. Ale kdo by se staral o nějaké řečičky. Nakonec jsem se nesmála dlouho. Najednou jsem spadla z nosítek na bok a přítom něco křuplo. Když jsem se vzpamatovala, bolela mě žebra a taky mě bolelo se nadechnout. Vedoucí myslela, že by to mohlo být zlomené žebro a radši zavolala záchranku.

Ošetření:

Při zlomenině žeber posadíme pacienta do úlevové polohy v polosedu, kdy se opírá o svoje horní končetiny. Tak se mu bude lépe dýchat. Samozřejmě přivoláme lékařskou pomoc.

Ostřej nůž

(Petr)

K Vánocům jsem dostal o táty nověj nůž. Byl jsem hrozně nadšeněj, byl to fakt hodně dobrej nůž. Na táboře jsme měli v sobotu vyřezávat lodičku z kůry a pak závodit komu doplave nejdál. Samozřejmě jsem chtěl všem ukázat ten nůž. Dokonce jsem ho předvedl i zdravotníkovi a všichni pořád: „Hlavně se s ním neřízni.“ Přece nejsem malej, no ne. Pak jsem chtěl uprostřed loďky udělat díru na stěžeň a hned to bylo. Ten nůž byl teda opravdu dost ostřej, protože do dlaně mi zajel jako do másla.

Ošetření:

Řeznou ránu od nože je potřeba nejprve vyčistit a vydezinfikovat. Potom na ránu použijeme mašličkový steh. Potom ji překryjeme sterilním čtvercem a připevníme náplastí nebo obinadlem.

Nepovedené salto

(Petr)

Na táboře jsme vždycky po večerce na pokoji blbli. Jeden kluk z našeho oddílu se začal vytahovat, že nikdo z nás neskočí salto jako on. On tam skákal jako šašek a vždycky dopadl na nohy. Ty jeho frajeřinky už mi začaly štvať a navíc to vlastně vypadalo docela jednoduše. A tak jsem řekl: „Jako ty to skočím taky.“ Pro jistotu jsem to šel poprvé skákat na postel. Vší silou jsem se odrazil, naklonil jsem se dopředu a nohy hodil za sebe. Asi to tak jednoduché nebylo, protože přišla rána a zatmělo se mi před očima. Když jsem se vzbudil, bylo mi pěkně špatně a zvracel jsem. Kluci mi pak řekli, že jsem se praštil kolenem do nosu, až jsem si ho zlomil. Musel jsem zůstat tři dny v nemocnici, ale zlomený nos se mi našťěstí srovnal.

Ošetření:

Nevolnost a zvracení jsou příznaky otřesu mozku. Poraněný by měl ležet na zádech s podloženou hlavou a určitě ho musí vyšetřit lékař. Pozor na možnost, že upadne do bezvědomí. Zlomenina nosu se někdy pozná na tvaru nosu. Určitě by ji měl ošetřit lékař.

Okénko na WC

(Lucka)

Na tenhle tábor jen tak nezapomenu. Před snídaní jsem si normálně odskočila na WC. V kabině jsem se samozřejmě zamkla. Ale když jsem chtěla odejít na snídaní, zjistila jsem, že dveře nejdou otevřít. Chvilí jsem přemýšlela, co budu dělat, ale křičet z WC o pomoc mi připadalo trapné. Pak jsem si vzpomněla, že WC jsou v přízemí, tak 1,5 metru nad zemí. Otevřela jsem okýnko, přehodila nohy přes parapet a skočila. Dopad asi nebyl, jak by měl být. Spadla jsem na zem, a když jsem vstala, tak jsem se nemohla postavit na levou nohu. Naše zdravotnice pak zjistila, že mám podvrtnutý kotník.

Ošetření:

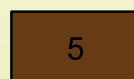
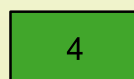
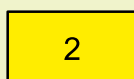
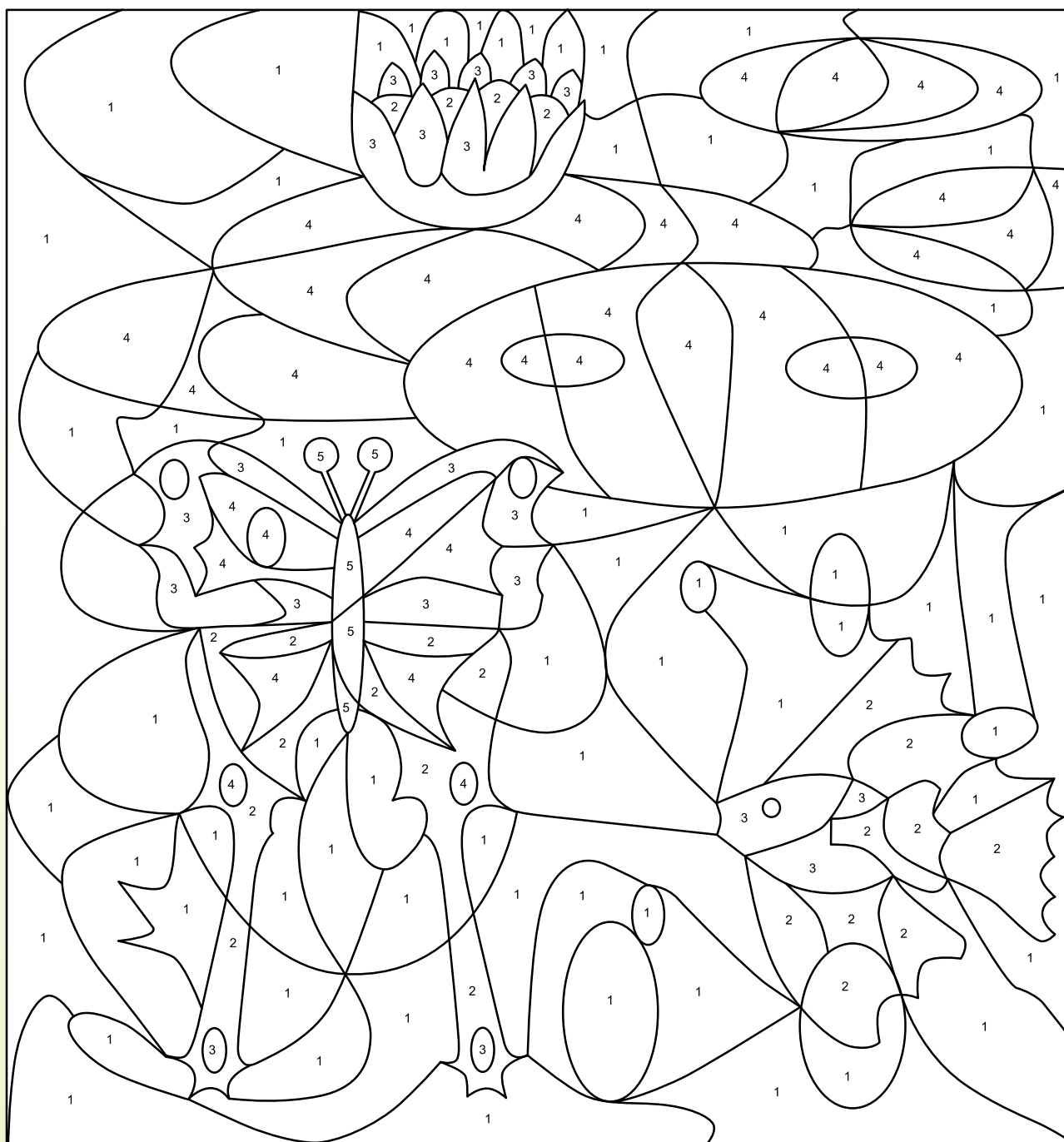
Po pádu nebo špatném došlápnutí se může kloub podvrtnout. Kloub bolí, je omezená jeho hybnost, někdy se objeví otok nebo modřina. K určení přesné diagnózy je většinou nutné rentgenové vyšetření. Takové úrazy se nevyplácí podceňovat, protože mohou mít na kloub dlouhodobé následky.





Vybarvovánka

Vybarvěte políčka s čísly tak, jak je nakresleno pod obrázkem.



Jízda vlakem. Matka s chlapcem a naproti sedí pán. Hoch opakuje vše po spolecestujícím. „Paní, laskavě řekněte tomu chlapci, ať se po mně pořádkem neopíčí!“
„Pepíčku, nedělej ze sebe furt idiota!“

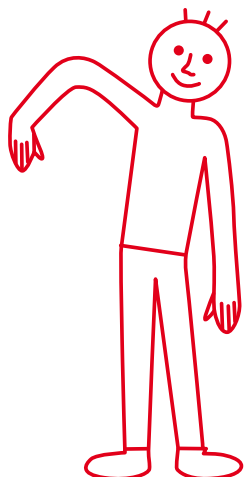
Chlap příběhne v noci k blázinci a začne vší silou bušit na dveře a rvát:
„Pusťte mě dovnitř, já jsem se zbláznil!“
Ze dveří vyleze vrátný a zařve na něj:
„Človče, je půl třetí v noci, vy jste se zbláznil!“



Transport poraněných – dokreslovačka

K různým způsobům transportu na obrázcích dokreslete záchránce.
Poté přiřadte poranění, která jsou vhodná pro tento způsob transportu (pozor, některé poranění lze transportovat více způsoby, jiná žádným z nich).

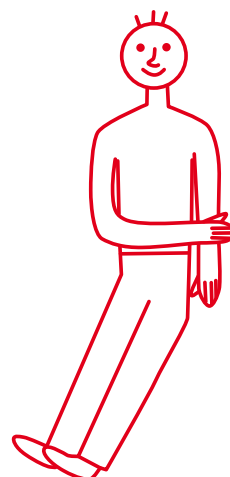
Doprovod



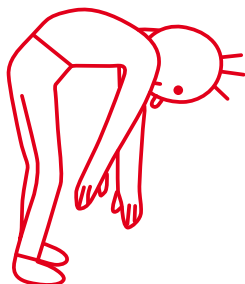
Na hasiče



Rautekův manévr



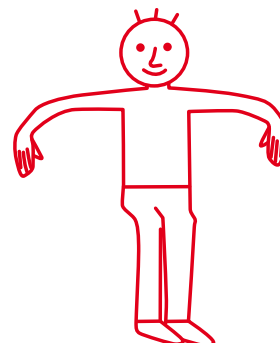
Na jelena



Poranění

- 1) podvrtnutý kotník
- 2) zlomenina bérce
- 3) bezvědomí, poraněný dýchá
- 4) otřes mozku
- 5) tepenné krvácení na paži
- 6) poranění páteře
- 7) popálenina obličeje

Sedačka pomocí šátku



Sedí 2 blázni a jeden povídá:
Když uhádneš, kolik mám housek, dám ti všechny tři!

Přijde černoš do baru, na rameni mu sedí krásný papoušek. Barman uznale pískne a zeptá se:
„No teda, to je kus, kdes ho sebral?“
„Ale, u lesa“, odpoví papoušek...

„Sedí se ti tam dobře, miláčku?“
„Ano.“
„A pohodlně?“
„Ano.“
„Netáhne na tebe?“
„Ne.“
„Tak si pojd' sednout sem a já si sednu na tvé místo.“



Osmisměrka

Tajenku, kterou tvoří 6 písmen, získáš vyškrtáním uvedených slov.



- | | |
|------------|-----------|
| AALTONEN | OTITIS |
| AGÁTA | ROSOLOZUB |
| ARISTIDES | VLAK |
| BANKSOVKA | VRITRA |
| BLUES | VTIPKOVAT |
| CÉRÉMONIAL | |
| DETAILISTA | |
| DISTRIKT | |
| GYROSTATY | |
| ISAAC | |
| KDYŽ | |
| MAAT | |
| OLIVIE | |
| OPIA | |



Hádky

2. Slepý viděl zajíce, chromý za ním běžel, nahý ho strčil do kapsy.

1. Je zelená louka, na louce jsou růžové stáje a ve stájích hnědí koně.

3. Je sedm trpaslíků a dostali pět jablek. Jak se podělili, aby měl každý stejně?

4. Je to vaše, ale ostatní to používají více než vy.

5. Když to potřebujete, vyhodíte to. Když to nepotřebujete, necháte si to.

6. Vyslovíš-li mé jméno, zabiješ mě. Kdo jsem?

7. Tři muži se potápějí v řece, ale když vylezou, jenom dva mají mokré vlasy. Jak je to možné?

8. Neustále to mění tvar, ale přesto je to stále kulaté. Co to je?

9. Kde vždycky včerejšek přichází až po dnešku?

10. Víte, kdo má klobouk na noze?

11. Jaký je rozdíl mezi hodinami a hodinářem?

12. Jaké zvíře má oči na ocase?

PRO CHYTRÉ HLAVIČKY



Bezvědomí



1 Po otravě neznámou látkou poraněný leží a nejeví známky života. V ústech a okolí úst má zvratky.



2 Abychom zjistili, zda je poraněný v bezvědomí, nejprve jej oslovíme, poté s ním zatřese-me, případně můžeme zkusit mírně bolestivý podnět.



3 Vyčistíme ústní dutinu. Hlavu poraněného otočíme na stranu, ústní dutinu otevřeme a pomocí gázy odstraníme zvratky. Používáme rukavice.



4 Šetrným záklonem hlavy uvolníme dýchací cesty. Je nutné dodržet toto pořadí: nejprve vyčistit ústní dutinu, poté zaklonit hlavu. Jinak hrozí nebezpečí vdechnutí zvratků.



5 Zjistíme, zda poraněný dýchá. Ruku pokládáme na hrudník – cítíme dýchací pohyby, své ucho před ústa poraněného – slyšíme proud vydechaného vzduchu a sledujeme, že se hrudník poraněného při dýchání zvedá.



6 Přivoláme zdravotnickou záchranou službu (na telefonním čísle 155). Oznáme své jméno, místo úrazu, co se stalo a stav poraněného (v bezvědomí, dýchá). Mezitím stále udržujeme záklon hlavy a sledujeme, zda poraněný dýchá. Telefonát ukončujeme vždy až na výzvu dispečera.



Pomůcky zdravotnické záchranné služby



ZÁCHRANÁŘSKÝ KUFŘÍK

Obsahuje základní věci, které záchranář potřebuje pro poskytnutí první pomoci. Jsou to především základní přístroje pro zjištění stavu poraněného a léky, hlavně v ampulích pro podání injekcí nebo do infuzního roztoku (kapačky). Účinek takto podaných léků je totiž mnohem rychlejší než třeba u tablet.



TONOMETR

Používá se k měření krevního tlaku. Existují i digitální přístroje, které jsou automatické, stačí nasadit manžetu na paži a během krátké chvíle znáte hodnotu krevního tlaku. Přesnější jsou ale tyto klasické, případně rtuťové, které se používají spolu s fonendoskopem („poslouchátkem“).



PULZNÍ OXYMETR

Je určený pro rychlou informaci o stavu poraněného. Nasadí se na prst a během krátké chvíle známe tepovou frekvenci poraněného a především syčení krve kyslíkem (to se udává v procentech). Pokud poraněný nemá dechové nebo oběhové problémy, mělo by být vyšší než 90%.



RUČNÍ RESUSCITÁTOR

Známější je označení podle výrobce – Ambuvak. Používá se pro zajištění umělého dýchání. Je k němu připojena maska, která se nasadí poraněnému na nos a ústa.



VZDUCHOVODY

Zatočené gumové hadičky slouží k zajištění dýchacích cest. Různé velikosti jsou pro děti a dospělé.



VAKUOVÁ DLAHA

Používá se pro znehybnění poraněného. Tato je určena pro celé tělo, existují i menší typy pro končetiny. Vakuová dlahu je naplněna sypkým materiálem. Pomocí suchých zipů se dlahu umístí na potřebné místo a natvaruje. Pak se pomocí evakuátoru (funguje opačně než pumpička) vyčerpá z dlahy vzduch. Díky tomu dlahu ztvrdne a znehybní pacienta.



MONITOR EKG

Vidíme z něj základní životní funkce a můžeme sledovat jejich změny. Udává hodnotu tepu, dechu, krevního tlaku, syčení kyslíkem a dále křivku EKG.



DEFIBRILÁTOR

Používá se při fibrilaci srdce. Elektrody se přiloží na hrudní kost a na levou horní část hrudníku. Je možné nastavit sílu elektrického výboje, který je podáván.



PLICNÍ VENTILÁTOR

Umožňuje dýchání pacientům, kteří sami nedýchají nebo dýchají nedostatečně.



INJEKČNÍ PUMPA

Do přístroje vložíme injekční stříkačku s lékem, je možné nastavit, jakou rychlostí přístroj dává dávku poraněnému látku.



INFUZNÍ ROZTOKY

Lidově se jim říká kapačky. Podávají se poraněnému do žíly. Může se do nich přidat lék, který poraněný potřebuje.



Osmisměrka

Tajenku, kterou tvoří 5 písmen, získáš vyškrtáním uvedených slov.

V	T	S	A	T	R	A	K	A	M
N	S	A	D	B	A	Z	A	T	U
A	E	T	V	P	M	R	R	N	D
D	D	I	O	O	E	U	A	A	R
I	Ě	D	C	R	Š	I	R	M	L
T	T	I	I	Á	M	N	U	D	A
N	I	M	E	T	A	Ř	I	P	N
Z	D	I	V	O	I	R	M	V	T
A	A	T	M	R	C	O	N	T	E
A	L	I	T	A	P	A	N	R	K

ACRID
ADDITION
ADMIRER
ATILA
CONTE
KARAR
KRNAP
MAKART
MANTA
MARAT
METAŘ I
MUDRLANT
NAOMI
NUDA

ORÁTOR
POMPA
RUMBA
SADBA
SEDĚTI
STORM
TIMIDITA
VINŠOVAT
VNADIT
ZDIVO
ZMOCI



Historie Červeného kříže

Doplň data z historie Červeného kříže

Mezi historické události doplňte správně události v Hnutí Červeného kříže a Červeného půlměsíce.

1825	zprovozněna první železniční trať na světě (Stockton – Darlington)
1828	...
1840	vydána první poštovní známka (Penny Black)
1859	...
1863	v Londýně otevřena první podzemní dráha
1863	...
1864	...
1866	bitva u Hradce Králové
1868	...
1883	otevřeno Národní divadlo
1886	začíná se prodávat Coca-Cola
1899	...
1901	...
1906	první rozhlasové vysílání na světě (Kanada)
1909	Louis Blériot přeletěl Lamanšský průliv
1917	
1944	...
1963	
1918	konec 1. světové války a založení Československé republiky
1919	...
1925	objevena Tutanchamonova hrobka
1929	...
1929	...
1931	otevřena ZOO v Praze
1938	Mnichovská dohoda, obsazení Sudet
1945	konec 2. světové války
1949	...
1953	zahájeno pravidelné vysílání Československé televize
1963	vynalezena počítačová myš
1969	zprovozněna síť ARPANET, ze které vznikl Internet
1986	katastrofa raketoplánu Challenger
1993	...
1996	Mars Pathfinder – první přistání na Marsu
2004	vstup ČR do Evropské unie
2005	...

1. ženevská konvence o zlepšení osudu raněných příslušníků armád v poli

2. ženevská konvence o zlepšení osudu raněných na moři

3. ženevská konvence o zacházení s válečnými zajatci

4. ženevská konvence o ochraně civilních osob

bitva u Solferina

Henry Dunant získal Nobelovu cenu za mír

narození Henry Dunanta

Nobelova cena míru pro ČK

přijat jako druhý znak hnutí červený půlměsíc

vznik Českého červeného kříže

vznik hnutí Červeného kříže

založen Československý červený kříž

založen Vlastenecký pomocný spolek pro království české (předchůdce ČSČK)

schválen třetí znak - červený krystal



Pátrání téměř detektivní

Dívka sedící v čekárně zaklapla telefon. Uslyšela cvaknutí dveří a za pár sekund stál v před ní mladý pohledný muž.

„Pojďte dál, doufám, že nečekáte dlouho.“

Vedl ji úzkou chodbou ke dveřím s mosaznou cedulkou „BEDŘICH BYSTRONĚ, SOUKROMÝ DETEKTIV“. Kancelář, do které vešli, byla malá, ale útulně zařízená. Usedli do pohodlných křesílek a dívka se zhluboka nadechla.

„Pane Bystroni, možná znáte můj případ z tisku, v bulváru jsem měla tolik fotek, že mě někteří lidé na ulici zdraví jako starou známou...“

„Slečno,“ přerušil ji, „bulvární tisk nečtu a jediné, co o vás vím, je, že studujete tady v Praze medicínu, i když z Prahy nejste, někdo z vašich blízkých v nedávné době zemřel, před několika dny jste získala větší finanční obnos a trůfám si hádat, že se jmenujete Tereza.“

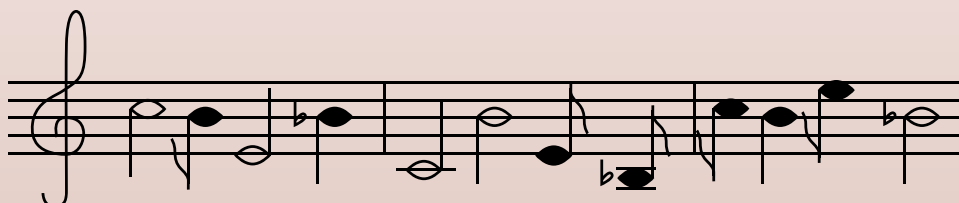
„Jak to můžete vědět...?“

„Prostá dedukce - že studujete medicínu mi prozradil váš kabát, který je lehce cítit dezinfekcí. Kolejní průkazka, která vám vypadla a leží u vašich nohou, mi napověděla, že bydlíte na koleji a tím pádem nebudete z Prahy. Černou sponu, kterou máte ve vlasech, pravděpodobně běžně nenosíte, k vašim velmi tmavým vlasům se moc nehodí. Řekl bych tedy, že jste dnes byla na pohřbu, poté jste se převlékla, ale na sponu jste zapomněla. Váš telefon je Nokia 8800 Arte, model, který ještě před 14 dny nebyl k sehnání a stojí kolem třiceti tisíc. Z toho usuzuji, že jste v nedávné době přišla k větší sumě peněz. A nakonec vaše jméno, to mi prozradil přívěšek s písmenem T, který máte na krku. Mohla byste být Tamara nebo Taťána, ale Tereza je daleko běžnější.“

Zatímco detektiv hovořil, měnil se Terezin výraz z překvapeného na pobavený:

„Jste opravdu ten pravý člověk, kterého hledám.“ řekla, „Jmenuji se Tereza Marhoulová. Můj prastrýc byl známý milionář a podivín Milivoj Marhoul. Když před několika dny zemřel, zjistila jsem, že mi odkázal veškeré své jmění. Myslím, že ostatní příbuzní jsou z toho dost zklamaní. Myslela jsem tedy, že jsem bohatá dědička a ze samé radosti jsem si koupila telefon, o jakém jsem vždycky snila. Jenže pak jsem zjistila, že na účtu bylo právě těch třicet tisíc. Strýc byl známý šprýmař, milovník hádanek a šifer. K jeho závěti byl přiložen tento papírek. Pane Bystroni, pomůžete mi najít to, co mi chtěl prastrýc Milivoj odkázat?“

Detektiv si vzal papírek, který mu podávala.



„Nikdy jsem nehrála na žádný nástroj,“ řekla Tereza, když mu koukla přes rameno, „o notách toho vím pramálo.“

„Pamatuju si ještě něco ze školy, ale podívejte, ono se to v podstatě opakuje, jsou to jen 4 tóny, takže když je napíšu, je z toho ...!“

„Výborně, na to bych nikdy nepřišla, tam měl strýc malý byt, občas tam vyřizoval nějaké obchodní záležitosti, jedeme tam.“

Bedřich zručně zaparkoval svůj kabriolet před domem, ve kterém se nacházel byt. Od vrátného dostali bez problémů klíč a vešli do jednopokojového bytu. Ve stroze zařízeném pokoji byla rozkládací pohovka, velká televize s plochou obrazovkou a stůl. Na stole ležela bonboniéra Sweet

Lady, která vypadala velmi lákavě. Na zdi bylo několik obrazů. K jednomu z nich, na kterém byla rozkvetlá louka a kočár tažený koňmi, Tereza přistoupila.

„Ten měl strýc v pracovně nad stolem,“ řekla a sundala obraz. Za ním se objevila malá dvířka sejfu.

„Znáte kombinaci?“ zeptal se Bedřich.

„Ne, ani jsem nevěděla, že je tu trezor,“ odpověděla mu Tereza a stále držela obraz v rukou. Když ho po chvíli obrátila, všimla si na zadní straně podivného nápisu:

MMCDXXXIV – CDXXVI

„Římské číslice, ale co s nimi,“ zeptala se Tereza.

„To je přeci příklad, stačí odečíst ty dvě čísla,“ odpověděl detektiv a už vyťukával na číselníku čtyři čísla. Trezor byl ve chvílce otevřen. Vypadal prázdný, jen v jednom zadním rohu ležela obálka. Když ji rozbalili, objevil se před nimi prazvláštní vzkaz.

4																			
5																			
3																			
				7															
	2																		

1 2 3 4 2 D U 5 1 6 7 1 8 E

___ _ _ _ _ D U _ _ _ _ _ I _ E

„Vidíte ten tvar té tabulky, to vypadá jako periodická tabulka,“ vykřikla Tereza poté, co chvíli nevěřícně zkoumali list papíru, „aha, asi bychom měli přijít na to, jaké prvky patří na místa těch čísel a pak jejich značky doplnit dolů, podívejte, na dlouhou pomlčku vycházejí značky se dvěma písmeny.“ A už doplňovala do prázdných míst písmena.

„Znáte to tam?“ zeptal se detektiv, když se před nimi objevilo místo jejich dalšího pátrání.

„Ale jistě, jako malá jsem tam pomáhala provádět turisty.“

Ještě před odchodem z bytu jej Tereza celý přehlédla. Když její pohled podruhé padl na bonboniéru, neodolala a dala ji do batohu. Může přijít k chuti, pomyslela si, když nasedali do Bedřichova auta.

Nad starobylym vstupem do zříceniny je uvítal erb rodu pánů z Tulipánů. Bedřich zručně vylezl po kovové tepané mříži a za erbem opravdu objevil další vzkaz. Vypadal spíš jako dětská hříčka.



Luštění jim tentokrát zabralo delší dobu. Po chvíli ale Bedřich vykřikl: „To je tak jednoduché, jak to vypadá. Podívejte, stačí si jen ty věci pojmenovat.“ A Tereza se rozesmála: „Ano, na to jsem měla přijít hned. Jeho plakát je ve staré pokladně, kde se prodávaly lístky.“ Dovedla detektiva do opuštěné pokladny. Jedna celá stěna byla pokryta plakáty filmových hrdinů. Detektiv sundal ten správný a otočil jej. Na jeho druhé straně byla mapa.



Chvíli mapu zkoumali, použili i lupu, ale výsledek se nedostavoval. Ani jeden se však nechtěli vzdát a po chvíli detektiv opravdu úspěšně: „Podívejte, tahle dvě města jsou vyměněná.“

„Aha, vůbec jsem si toho nevšimla,“ vykulila oči Tereza, „o Pelhřimově nic nevím, ale na okraji toho druhého města měl strýc malou chatu, kam jsme občas jezdili na víkendy.“

A opět nasadili do auta, aby se pustili do dalšího pátrání.

V malé dřevěné chatě na ně čekalo prosté zařízení ve stylu Divokého Západu. Prohledávání celé chaty by jim zabralo hodně času, kdyby Terezu nenapadlo, že vzkazy si se strýcem vždycky schovávali do hlavně staré pušky. Byla už nefunkční a visela nad krbem jako dekorace. Tereza z ní opravdu vytáhla srolovaný list papíru.

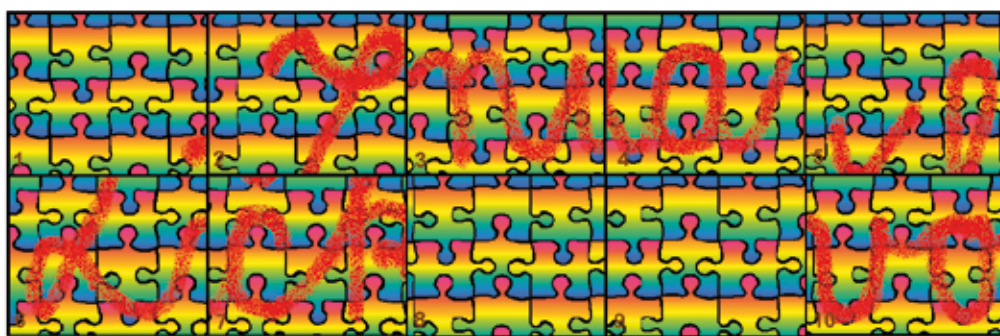


„Hm, co s tím?“ přemýšlela Tereza nahlas, „zase obrázky, ale tohle bude něco jiného“

„To je velice jednoduché,“ řekla zamyšleně Tereza, „všechny tři jsou přeci stejné, podívejte.“

„Ano máte pravdu, přesně tak se jmenuje klášter, který strýc velmi štedře sponzoroval. Je nedaleko odtud, ale je to obrovský areál. Jsem zvědavá, jak tam budeme něco hledat.“

Během cesty do kláštera rozvíjeli různé teorie, kde by mohl strýc vzkaz ukrýt, aby byl v bezpečí a současně, aby jej Tereza našla. Když však přijeli na místo, bylo vše jinak. Uvítal je převor, který jim předal obálku nadepsanou Tereziným jménem. Nedočkavě vytáhli list papíru, který obsahoval podivnou skládačku.



$337-(67 \times 5)$	$(23 \times 15)-337$	$337-256-80$	$337-(4 \times 83)$	$(337+5):38$
$337-(18^2+7)$	$(337+13):35$	$(337-58):93$	$337-330$	$(337-1):84$

„Aha, to nebude tak těžké, příklady spočítat a do políček doplnit kousky skládačky. Vidíte?“ řekla velice brzy Tereza a vyndala svůj supermobil, který použila jako kalkulačku.

Vydali se tedy na místo, které jim skládačka určila. Jednalo se o malou stavbu v areálu kláštera. Hned nade dveřmi je zaujal opět erb pánů z Tulipánů, který jako by nepatřil do tohoto církevního objektu. Během minuty z něj Bedřich získal další lístek se vzkazem.

N	E	V	I
L	Ě	A	Ž
C	K	I	Š
E	V	P	É

✂			
		✂	
			✂
		✂	

Tereza koukala na papír jako opařená, ale Bedřich se dal do smíchu: „S tím jsme si posílali dopisy s kamarádem, to je šifrovací mřížka. Čtverečky s nůžkami vystříhnete a pak přiložíte na tabulku s písmeny. Po řádcích čtete vzkaz. Když už další písmena nevidíte, otočíte mřížku o devadesát stupňů a pokračujete. A tak dále, dokud se nedozvíte ... Jé, polezeme do výšek.“

Další místo, kde hledali, bylo opravdu velmi vysoko. Museli tedy požádat převora o dovolení a ten jim dokonce ochotně půjčil žebřík. I přesto Tereza skoro nedýchala, když sledovala Bedřicha, jak zručně šplhá po strmé střeše klášterní budovy. Ke korouhvi byla přichycená krabička, kterou otevřeli až bezpečně na zemi. Obsahovala proužek papíru s tímto vzkazem.

.../-.!..!/-...!-.!/-!-...//...!--!-.!/-...//

S Morseovou abecedou si věděli rady oba a netrvalo ani minutu a byli na cestě ke zmíněnému stromu. Tereza totiž věděla, že jeho skoro stoletý exemplář je ozdobou zdejšího parku.

„Doufám, že nepolezeme až nahoru,“ podotknul cestou Bedřich, ale žebřík tentokrát nebyl potřeba. Na stromě asi 4 metry nad zemí byla připevněna ptačí budka, viditelně prázdná. Bedřich tedy Tereze pomohl dostat se k ní a jejich odhad byl správný. Tereza z budky vytáhla další vzkaz.

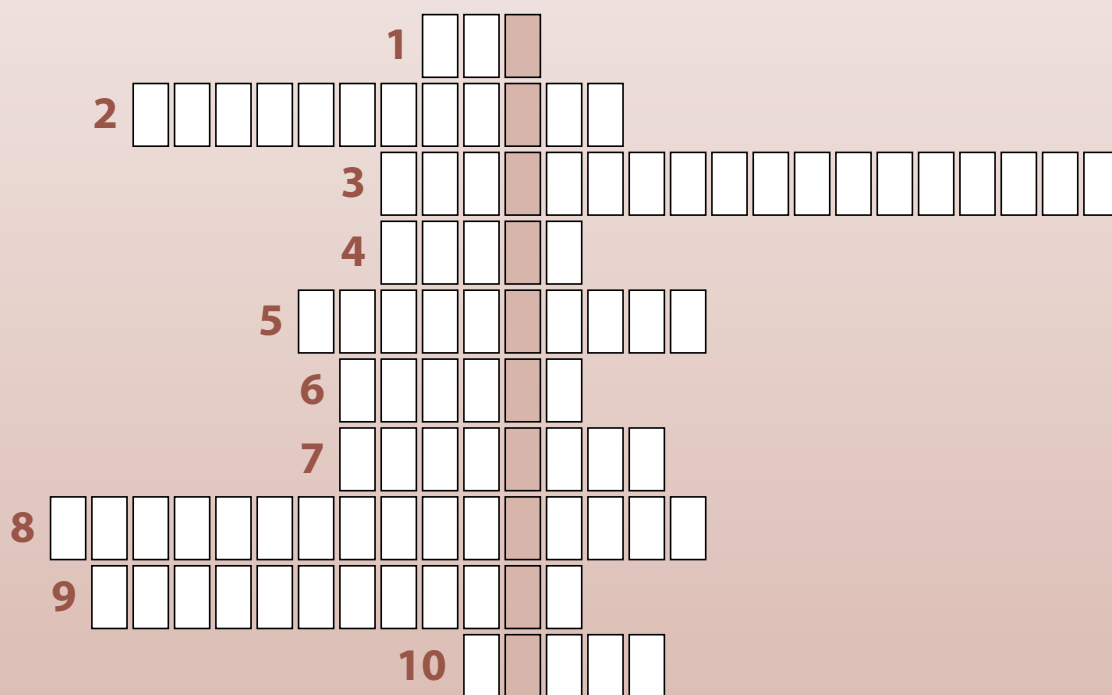
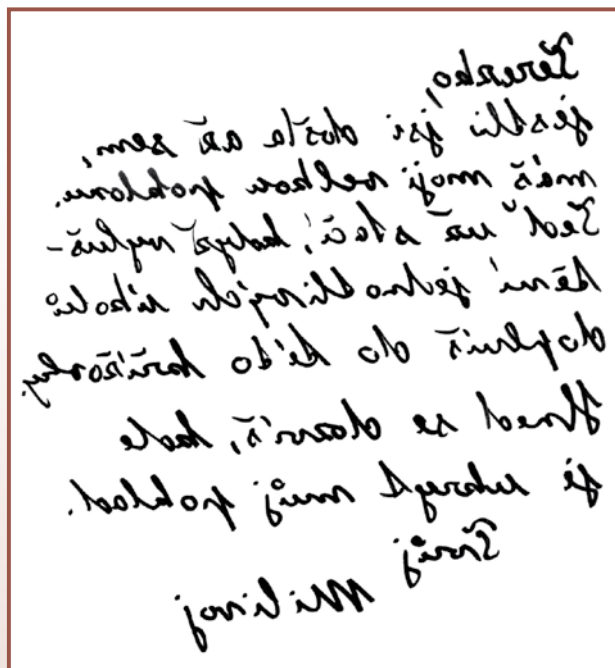
K = tis červený
 S = bříza bělokorá
 A = konvalinka vonná
 P = sedmikráska chudobka
 Ř = locika setá

P = rulík zlomocný
 L = vraní oko čtyřlisté
 E = pryskyřník plazivý
 T = kopřiva dvoudomá
 D = pelyněk pravý



I s tím si Bedřich věděl rady: „Podívejte, z těch rostlin vybereme ty, které jsou jedovaté. A písmena k nim přiřazená nám dají slovo.“

Unaveni celodenním putováním se, s převorovým svolením, vydali na nejsvatější místo celého kláštera. Bohatě zdobený oltář byl opět opatřen známým erbem pánů z Tulipánů a za ním ... Další list papíru.



Výsledkem byli oba opravdu překvapeni.



Mdloba

Mdloba je jeden ze stavů, se kterým se v životě setkal snad téměř každý. Jde o krátkodobou ztrátu vědomí způsobenou nedostatečným okysličením mozku. Ke mdlobám jsou mnohem náchylnější lidé, kteří trpí nízkým krevním tlakem. Mdloby může také podpořit dlouhodobé stání ve špatně větraném prostoru (pokud jsou lidé namačkáni v autobuse apod.), reakce na bolest nebo na psychický podnět (špatná zpráva, strach, stres) či rychlé vztyčení se ze sedu nebo lehu.

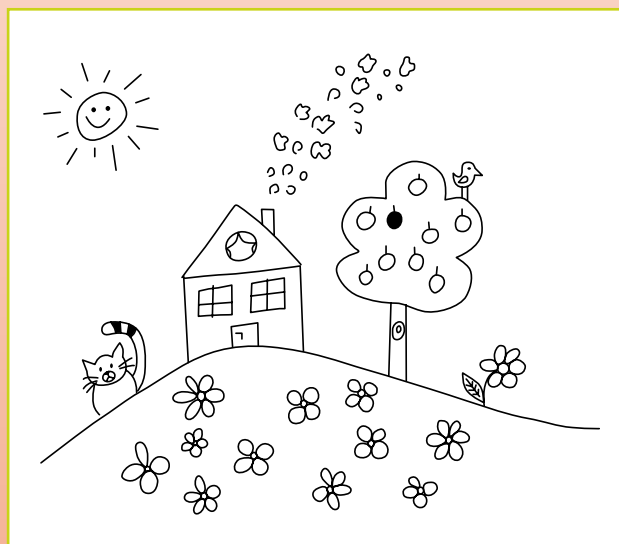
Mdlobě mohou předcházet příznaky jako je tma před očima nebo hučení v uších. Postižený je bledý, často studeně zpocený. Následuje typický pád, který je provázen ztrátou vědomí. Po krátké době, kdy je postižený ve vodorovné poloze, se většinou stav sám upraví a vědomí se obnovuje.

Principem první pomoci je co nejrychleji zajistit okysličení mozku. To znamená uvést postiženého už při prvních příznacích do polohy vleže nebo alespoň vsedě s hlavou skloněnou mezi kolena, abychom zlepšili zásobení mozku krví. Pokud dojde k pádu a ztrátě vědomí, je nejučinnější první pomocí rychlé zdvižení dolních končetin poraněného. Po krátké době se stav upraví, postiženému se vrací vědomí i barva do obličeje. Zlepšení stavu napomůže také uklidnění postiženého, uvolnění těsnějšího oděvu a přísun čerstvého vzduchu. Po obnovení vědomí vyšetříme postiženého, zda se při pádu nezranil, je vhodné dát mu napít. Vstávání z polohy vleže provádíme zvolna a v postupných krocích, při kterých sledujeme stav postiženého.



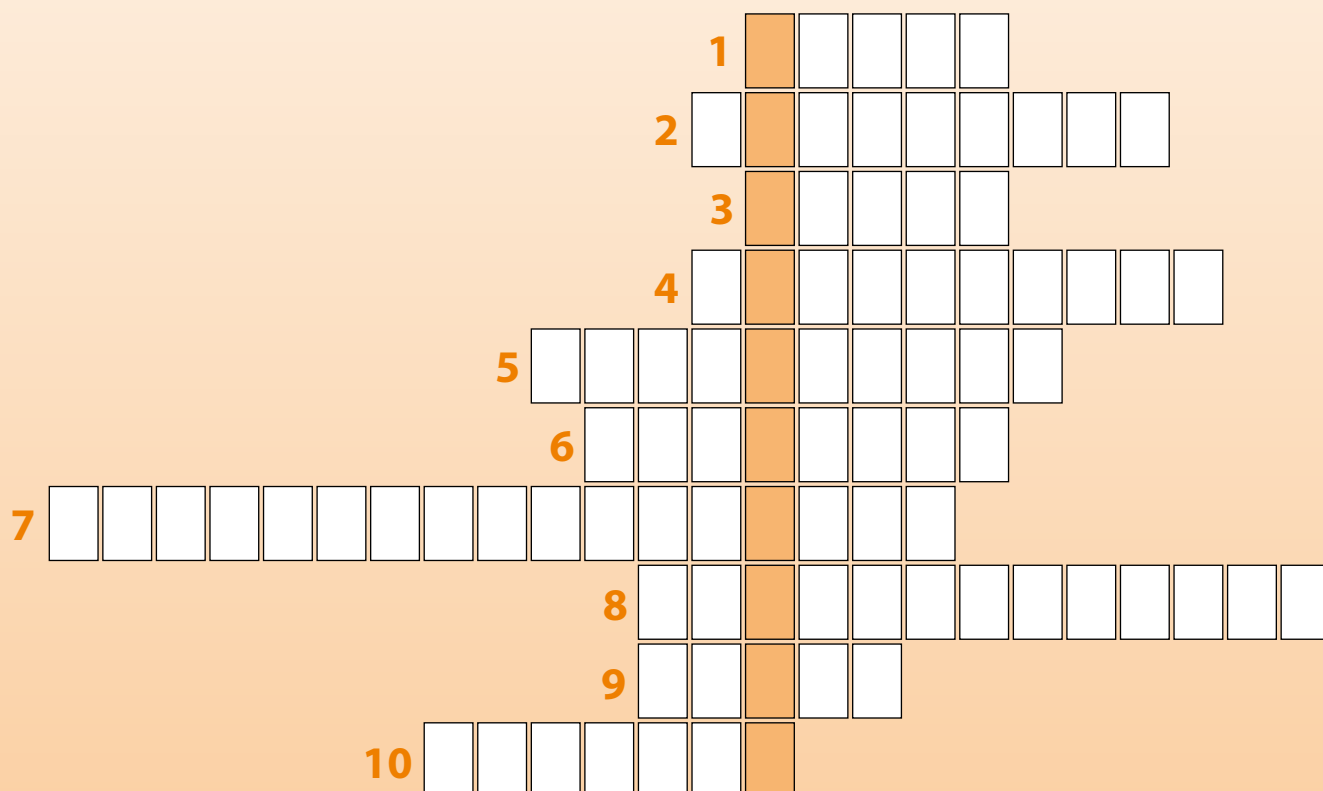
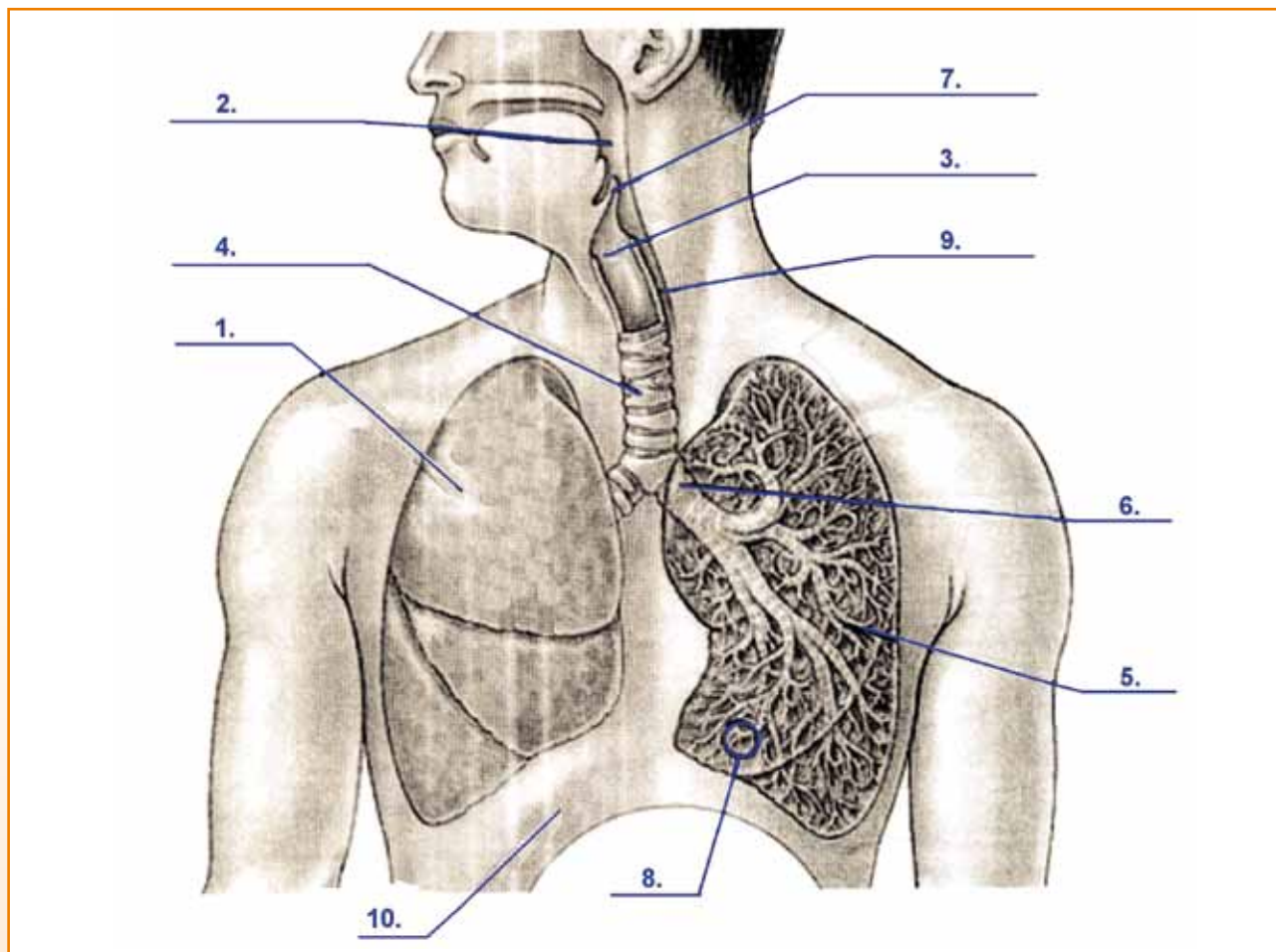
Rozdíly

Najdeš 10 rozdílů?





Křížovka – dýchací soustava





Sedm divů světa. Znáte je?

Egyptské pyramidy, Visuté zahrady Semiramidiny, Feidiův Zeus v Olympii, Artemidin chrám v Efesu, Mauzoleum v Halikarnassu, Rhódský kolos a Maják na ostrově Faru. To už je minulost. Těchto „starých“, sedm divů světa vybral filozof Fijón Byzantský, ale dnes se z nich zachovaly jen [redacted]. Ale na celé Zemi existuje přece tolik pozoruhodných staveb. Proto byly v červenci roku 2007 vybrány „nové“ divy světa. Víte, které to jsou?

První z nich je nejrozsáhlejší stavba světa, had, který se klikatě plazí v délce [redacted] km. Ano, jedná se o Velkou čínskou zeď, která se budovala přes 2000 let a dokonce je vidět i z vesmíru.



Další ze sedmi divů je ikonou Rio de Janeira v Brazílii. Do výšky téměř čtyřiceti metrů se tu na hoře [redacted] tyčí sedmisetkilová socha Krista Spasitele. Tento monument byl dokončen v roce 1931 a od té doby může také pomyslně dohlížet na světoznámý karneval.

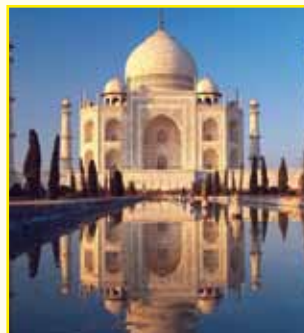


Chichén Itzá, je dalším divem světa. Tento poměrně rozsáhlý komplex je odkazem civilizace Mayů a našli byste ho v Mexiku. Asi nejznámější je pyramida El Castillo, která má čtyři schodiště a počet schodů dává dohromady číslo [redacted]. Přinejmenším zajímavé, že? A to není jen jediná pozoruhodná vlastnost této pyramidy.....

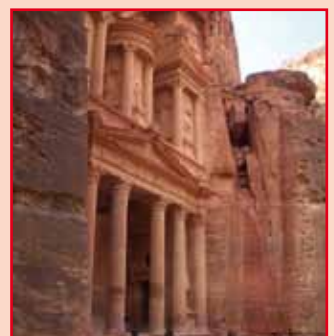


Římské koloseum - jedna z nejnavštěvovanějších památek světa - se muselo samozřejmě také zařadit mezi nové divy světa. Je to velkolepá, důmyslná a masivní stavba z kamene a mramoru, která byla dokončena roku 80 n.l. V nitru Kolosea, jak je všeobecně známo, zemřelo mnoho [redacted], otroků i zvířat pro pobavení římského lidu.

Za jeden z největších symbolů [redacted] bychom mohli považovat i Taj Mahal, který nechal postavit na památku své zesnulé ženy indický vládce Shan Jahana. Tato stavba je umístěna v areálu plném květin a stromů. Součástí je i vodní kanál, ve kterém se celá ta krása zrcadlí.



[redacted] Ne, nejde o dívčí jméno, jak si mnozí můžou myslet, ale o fascinující skalní město. Tuto stavbu, vytesanou do červenorůžového pískovce, která vás oslní svou velikostí a propracovanými detaily, najdete v Jordánsku.



Určitě také všichni znáte jedno z nejmystičtějších míst na světě, které vybudovali staří Inkové – . Bývalé chrámy, domky, ale především systém terasovitých zahrad se rozkládá v pohoří Andy v Peru.



Tohle byla opravdu jen ochutnávka a krátké představení nových sedmi divů světa. Zdaleka jsem zde neodhalila všechna tajemství, zajímavosti a informace o těchto místech. A vězte, že jich není málo! To by pak přece nebyla zařazena mezi sedm největších divů světa!

1. Orientační síťovka

Do této sítě kresli tužkou podle pokynů, které jsou pod ní. Pokud vše zvládneš správně, vznikne obrázek. Obrázek pojmenuj a tento název dej do množného čísla. Hurá, už máš první chybějící slovo!!!

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	

- začni v dolním levém rohu políčka C 11
- jeď tužkou šest políček severovýchodně až do horního pravého rohu políčka H 6
- dále pak opět šest políček jihovýchodně do pravého dolního rohu políčka N 11
- pak spoj levý dolní roh políčka C 11 a pravý dolní roh políčka N 11
- dále pokračuj z horního pravého rohu políčka H 6 do pravého horního rohu políčka O 9
- nakonec spoj pravý horní roh políčka O 9 a pravý dolní roh políčka N 11

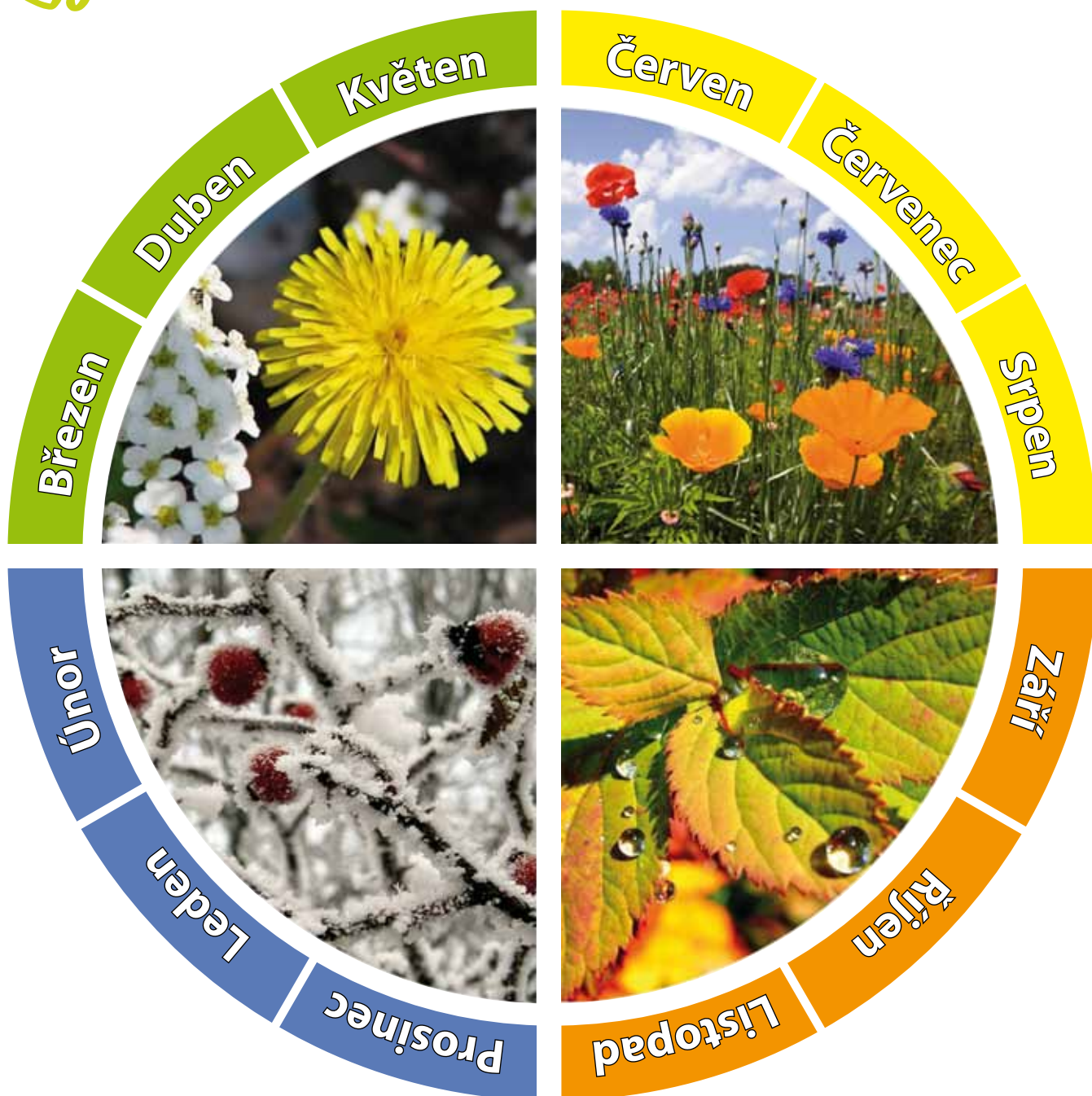
2. Významné události 20. století

Zde si vyzkoušíš, jak jsi dobrý v dějepise. Doplň do následující speciální rovnice správná data a dozvíš se, jak dlouhá je Velká čínská zeď. A pokud nebudeš přece jen data znát, určitě si poradíš a najdeš si je v knížce nebo na internetu.

konec 2. světové války – 312 + začátek 1. světové války – 111 + Sametová revoluce – 298 + vznik Československa – 345 =



Kalendář



Neorientuješ se v důležitých datech? Zapomínáš, kdy mají tvoji kamarádi a rodina narozeniny nebo kdy píšeš důležitou písemku ve škole? Tak tady je řešení!!!! Kalendář, který jen tak někdo nemá a který si můžeš dotvořit jen a jen podle sebe a budeš mít jedinečný originál!! Navíc už nebudeš tak zapomínat. A jak na to?

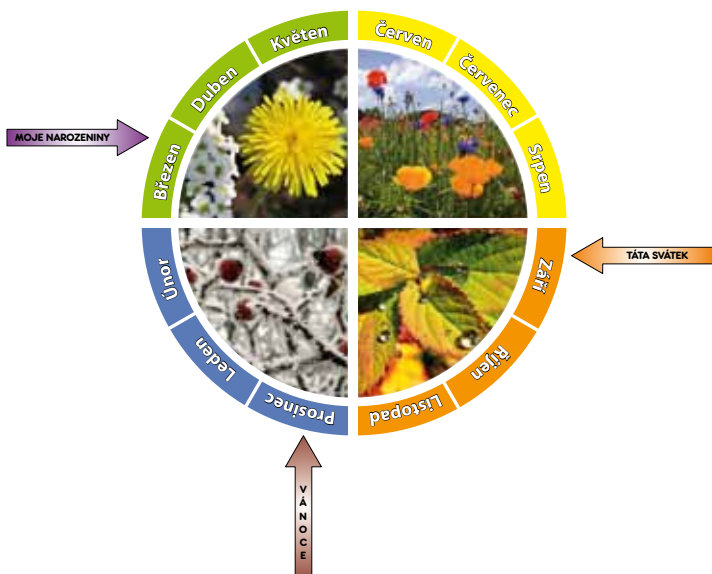
Nejprve opatrně vytrhni prostřední část časopisu. Barevné kolo je základem celého kalendáře a určitě sis všimnul, že na něm jsou fotky připomínající čtyři roční období. Vedle kola jsou pak různé šipky s nápisy.

Nejdříve musíš vystříhnout kolo a nalepit doprostřed na velkou čtvrtku (nejlépe A3 nebo A2). Na tomto kole jsou pomocí fotek vyznačena čtyři roční období.

Dalším krokem teď bude, abys vystříhal šipky. Jak vidíš, jsou na nich různá důležitá výročí a události. U šipek s narozeninami a svátky máš možnost dopsat osobu i datum přímo na šipku a u jiných šipek to je podobné. Tyto šipky tu máš jen pro inspiraci, ale je jen a jen na tobě, jak velké nebo jak barevné šipky si vytvoříš i kolik jich bude.

Až budeš mít šipky s událostmi udělané, nalep je k příslušnému měsíci. Hned se budeš lépe orientovat. Samozřejmě, jak bude přibývat událostí, můžeš šipky dolepovat.

Tak a kalendář je hotov. Můžeš si ho pověsit třeba do pokoje a sledovat tak, jaká významná událost se už blíží.

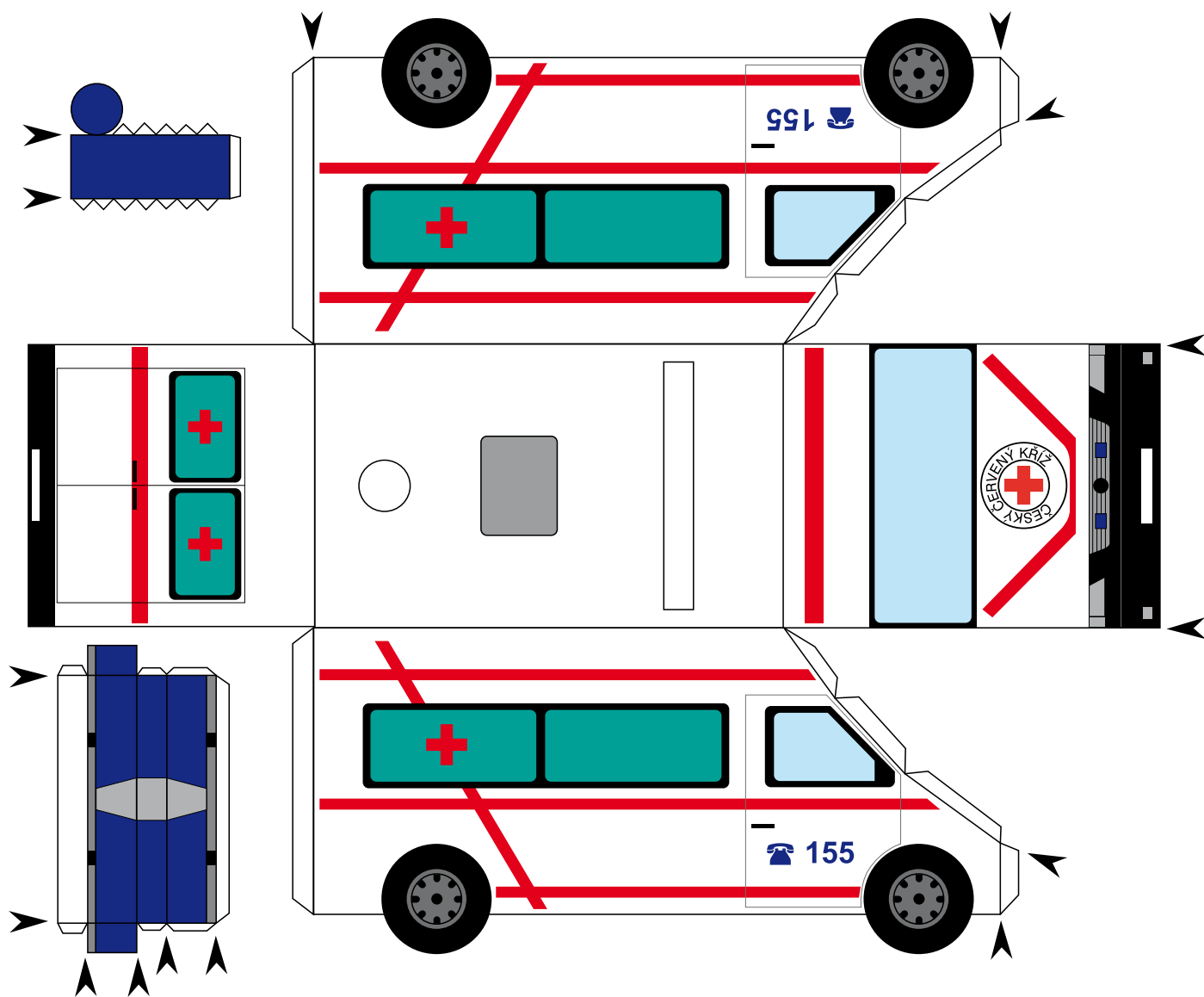


Výsledek by mohl vypadat třeba nějak takto.

TIP: Pokud budeš chtít ještě větší přesnost, můžeš si doprostřed kalendáře připevnit šipku – „ukazovatelku“. Je důležité ji připevnit tak, abys s ní mohl otáčet a tak se lépe orientovat. Nejlépe to uděláš tak, když celý kalendář na čtvrtce připevniš na nástěnce. Pak pomocí připínáčku připíchneš konec šipky doprostřed kalendáře tak, aby začátek šipky ukazoval na danou událost. Tím, že šipku připíchneš, budeš s ní moci jednoduše otáčet.

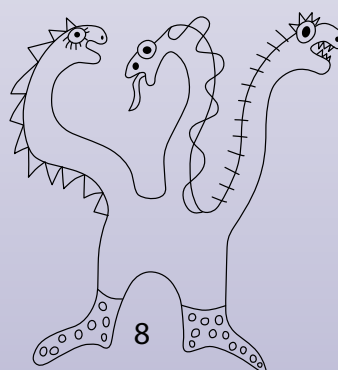
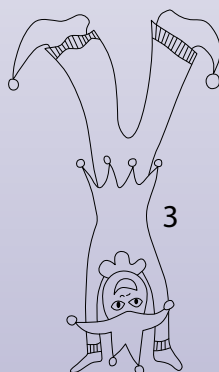
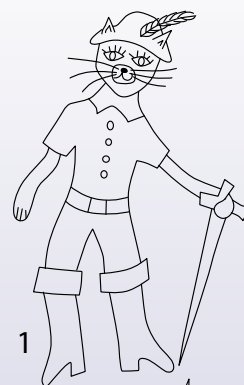
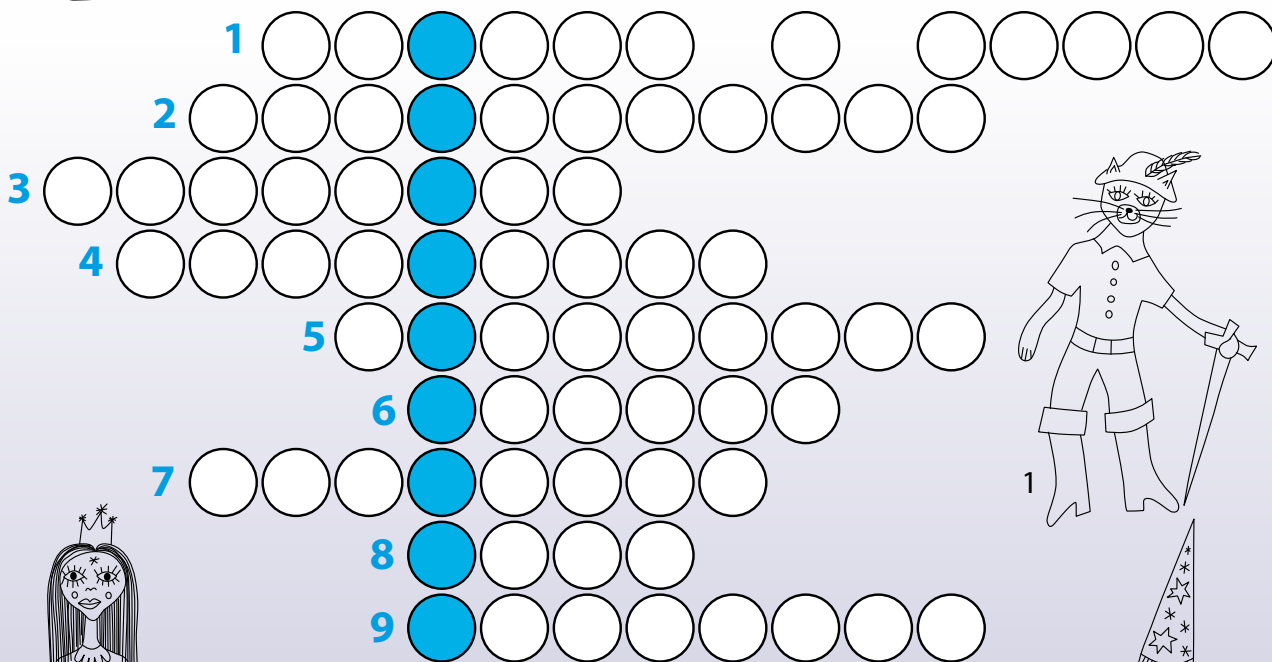
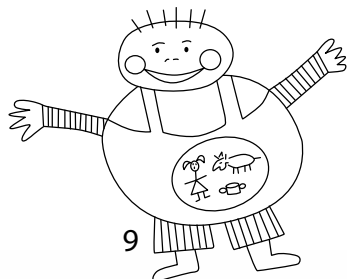


Vystřihovánka



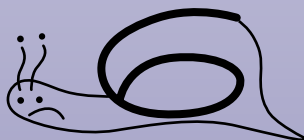
3. Pohádková křížovka

S chutí se pusť do křížovky!!! Když poznáš všechny pohádkové bytosti a správně jejich jména doplníš, získáš už třetí chybějící slovo.



4. Šneci

Poznej, jaké číslice se skrývají ve třech kamarádech šnecích, přečti je popořadě a dostaneš další neznámý údaj ze článku.



5. Spojovačka

Prokousej se bludištěm, a tak zjistíš páté chybějící slovo.

G	I	T	A	R	O	L	D	Ů	Á

Diagram showing a word search grid with letters G, I, T, A, R, O, L, D, Ů, Á in the top row and empty boxes in the bottom row. Lines connect the letters to the boxes, forming a complex pattern of connections.

6. Najdi jméno

Stejně jako dívky, které slaví svátek 17. srpna se jmenuje i známé skalní město, které patří mezi sedm nových divů světa. Toto jméno ovšem není odvozeno od tohoto dívčího jména, ale v arabštině znamená skála. Už víš, o jaké jméno jde ???

7. Indicie

Přečti si následující indicie. Pokud se trochu zamyslíš, přijdeš na další chybějící slovo ze článku, které doplň ve správném tvaru.



VALENTÝN
POLIBEK



SVATBA

8. Morseovka

Puť se do luštění morseovky a za chvíli budeš znát i poslední utajené slovo.

--|.-|-.-|....|..-|| .--|..|-.-|-.-|....|..-||



Termická poranění organismu

Působením nepřírodných teplotních vlivů na organismus vzniká jeho poškození:

- celkové:** přehřátí, podchlazení
místní: opařeniny, popáleniny a omrzliny

Přehřátí

Vzniká působením vysoké okolní teploty na postiženého.

? Napiš příklady, kdy vzniká. ?

Příznaky

- Vzestup tělesné teploty, kůže je na pohmat horká, zčervenalá, dýchání rychlé a povrchní, zrychlená tepová frekvence, bolest hlavy, nevolnost, zvracení.
- Při vysokých horečkách nastávají poruchy vědomí a blouznění.

První pomoc

- Zamezení dalšímu působení vysoké teploty na organismus.
- Ochlazování – studené obklady (čelo, končetiny).
- Doplnění potřebných tekutin – postupně podáváme vlažné či studené nápoje, minerálky.
- Zarudlou kůži od slunečních paprsků ošetříme vhodným mlékem či krémem po opalování.
- Objeví-li se poruchy vědomí, nikdy nic nepodáváme ústy, kontrolujeme životní funkce a voláme RZP.



Přiřad' – ošetření se týká poraněného s přehřátím, který je při vědomí

Správně

Špatně

1. rychle ochladit - skok do studené vody
2. dát napít vlažné nápoje
3. dát napít vodu s ledem
4. zůstat v horkém prostředí
5. pomalu ochlazovat, především hlavu
6. svléknout přebytečné vrstvy oděvu
7. změřit tělesnou teplotu
8. doporučit poraněnému rychlou chůzi nebo běh

Popáleniny, opařeniny

Popáleniny způsobuje „suché“ horko s hořícím předmětem, při působení „vlhkého“ horka (pára, horká tekutina) vznikají opařeniny. Popálení může vzniknout sáláním při přenosu tepelné energie vzduchem a způsobuje ho i elektrický proud.

Příznaky

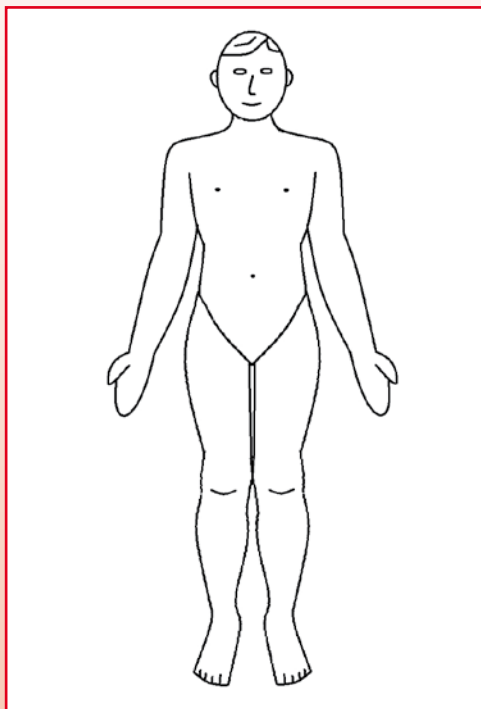
I. stupeň zarudnutí kůže, silná bolestivost, dobré hojení

II. stupeň tvorba puchýřů, vyplněných čirou tekutinou, dle rozsahu poranění se rozvíjí šokový stav, silná bolestivost, delší hojení, nemusí zůstat jizva

III. stupeň záleží, čím je poraněný zasažen (elektrický proud, žhavý předmět), kůže je bledá, vosková až černá zuhelnatělá, malá, případně žádná bolestivost, dlouhodobé hojení, zůstávají jizvy

Při rozsahu poškození u dospělých 10 % až 15 % povrchu těla a u dětí 5 % až 10 % povrchu těla je pravděpodobný rozvoj šoku a poranění vždy vyžaduje co nejrychlejší odborné ošetření a nemocniční léčbu. Plochu lze orientačně odhadnout podle velikosti dlaně postiženého, která tvoří přibližně 1 % povrchu jeho těla.

? Napiš, kolik procent zaujímají jednotlivé části těla - pravidlo devíti ?



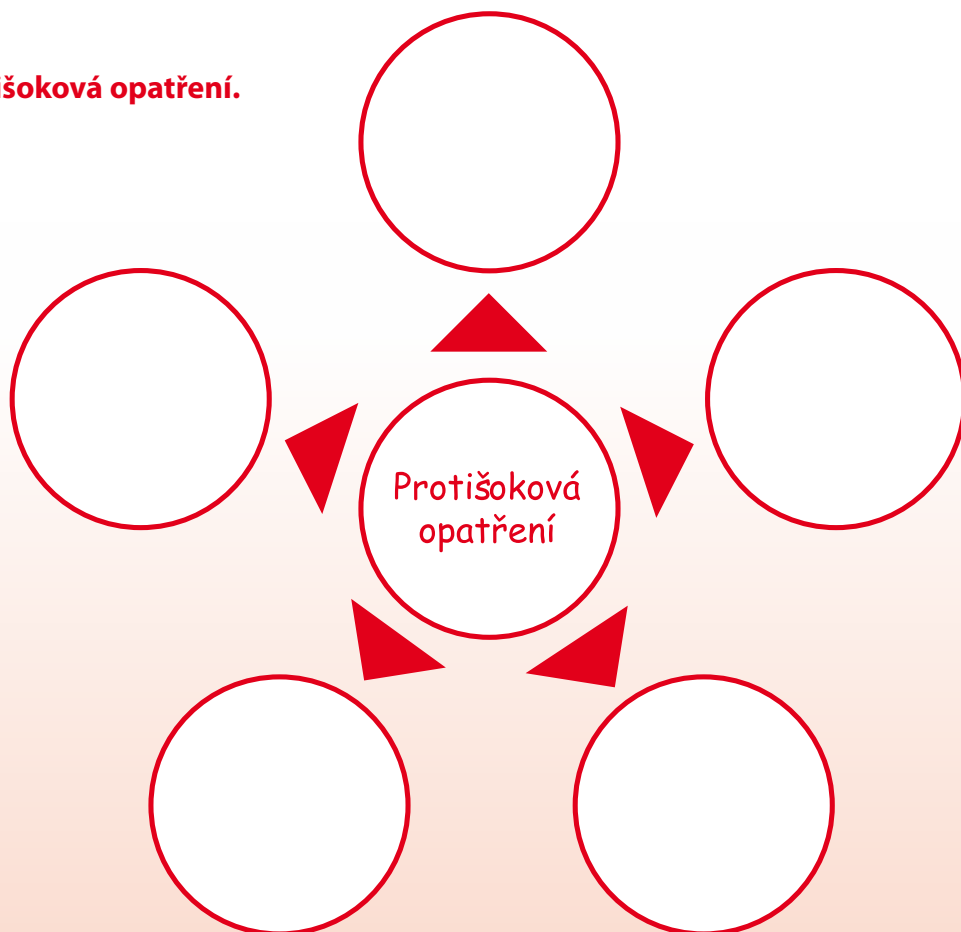
První pomoc

- Zabránit dalšímu působení tepla na postiženého - odstranit z dosahu horkého předmětu, vynesení z hořícího prostředí, svlečení horkého a mokrého oděvu, odstranit prstýnky, hodinky a šperky z popálených ploch a jejich okolí.
- Co nejrychleji začneme popálená místa chladit, snižujeme tím celkový stupeň poškození tkáně, výrazně zmenšujeme bolest, působíme protišokově. Menší rozsah poškozených ploch ochlazujeme tekoucí studenou vodou, na větší rozsah poškození povrchu těla použijete vlažnou vodu, nikdy postiženého nenořte celého do chladné vody, můžete způsobit druhotně podchlazení, zvláště u malých dětí.
- II. a III. stupeň popálení sterilně překryjeme.

- Puchýře nikdy nepropichujeme.
- Přiškvařený oděv nikdy nestrháváme.
- Při popálení úst a hrdla podáváme po locích studenou tekutinu, případně dáme vycucát kostku ledu.
- U rozsáhlých popálenin začneme provádět protišoková opatření a včas voláme RZP.



Napiš protišoková opatření.



Podchlazení

O podchlazení mluvíme, klesne-li tělesná teplota pod 35°C, hraniční tělesná teplota pro přežití je 28°C.



Červeně napsaná slova se pomíchala. Vraťte je na správné místo.

Příčinou podchlazení bývá deletrvající pobyt v mrazivém nebo chladném vlhkém a **vyhřáté** prostředí. Podchlazení podpoří: nedostatečné **koupel**, tělesné **větrném**, nedostatečný kalorický příjem, nemoc, úraz, vliv alkoholu.

Podchlazeného poznáme podle studené bledé kůže, je unavený, **vyčerpání** nebo apatický (netečný). Postupně dochází ke **zahřátí** životních funkcí (pomalý tep, povrchní pomalé dýchání) až poruchám **energie**.

Správné poskytnutí první pomoci spočívá především v **zpomalování** postiženého, oblékneme mu další vrstvu oděvu, pomalu masírujeme končetiny, můžeme také podat rychlý zdroj **závětří** - cukr, čokoládu, nikdy ale nepodáváme alkohol. Podchlazeného je potřeba rychle odsunout do **oblečení** a do vyhřáté místnosti. Tam potom můžeme šetrně zvyšovat tělesnou teplotu, zabalíme do **ospalý** přikrývky, dáme pít teplé oslazené nápoje, teplé obklady nebo celkovou **vědomí**.

Omrzliny

Příčinou vzniku omrzlin je vystavení nechráněné části těla chladnému zevnímu prostředí. Omrzliny vznikají nejčastěji na okrajových částech těla – prsty na ruce i na nohou, nos, uši, brada. Poškození tkáně vzniká v důsledku sníženého prokrvení při samovolném stažení cév v kůži, kterým se organismus brání dalším ztrátám tělesného tepla.

Příznaky

I. stupeň – bledá, nařívající místa na kůži při oteplování zčervenají a palčivě bolí

II. stupeň – kůže je bílá až žlutá, mohou se tvořit puchýře, omrzlá tkáň méně bolí

III. stupeň – tuhá, „vosková“ a nebolestivá ložiska, dochází k hlubokému poškození tkáně

První pomoc

- Pokus o mechanické prokrvení okolí ložisek omrzlin – šetrná masáž okolí omrzliny, improvizace zahřívání (živočišné teplo – vložení prstů do podpaží, třísel).
- Nikdy omrzliny neohřívajte přímo (přímé rychlé teplo, tření).
- Rychlé dopravení prochládlého postiženého do tepla a celkové zahřívání – podání teplých nápojů, vyhřátá přikrývka, místně přikládejte teplé obklady, ponořte postižená místa do lázně (teplota vody nesmí přesáhnout 37°C), nesmí působit bolest.
- Omrzliny II. a III. stupně vyžadují sterilní krytí (gáza, improvizace – kapesník), znehybnění poškozené části těla a odborné ošetření.



Tajenku, kterou tvoří 5 písmen, získáš vyškrtáním uvedených slov.

O	E	L	P	C	O	N	T	E	T
R	D	V	A	C	Á	T	Ý	S	A
Á	I	Ý	K	M	U	I	S	Y	R
T	A	Č	N	M	L	U	V	K	A
O	L	E	E	K	A	L	I	A	S
R	E	P	T	O	P	N	S	B	N
O	D	N	Č	C	O	M	T	D	I
N	A	Í	Ú	O	M	E	G	A	C
O	O	O	L	U	P	E	K	S	E
V	I	T	A	R	A	P	M	O	K

ADELAIDE
CONTE
DVACÁTÝ
IVAN
KOCOUR
KOMPARATIV
LAML
MANTA
MLUVKA
OLUPEK
OMEGA
ORÁTOR
POMPA
RONOV

RYSI
SADBA
SVIST
SYKA
TARASNICE
ÚČTENKA
VÝČEPNÍ



Z kohoutku nebo balená?

Mluvíme samozřejmě o vodě. Mnoho lidí u nás kupuje a poté pije balenou pitnou vodu. Ale je opravdu balená voda lepší než ta „obyčejná“, z kohoutku? Nebo jsme jenom obětí reklamy a kupujeme si za své peníze jen značku známou z televize? Zkusme si srovnat některé vlastnosti obou druhů vody a pak se rozhodneme, co budeme pít.

1. Zdravotní nezávadnost

Voda z kohoutku je pod pečlivým státním dohledem, který je v některých případech ještě přísnější než u balených vod. Stále se sleduje, zda voda neobsahuje nebezpečné bakterie nebo závadné chemické látky. V úpravnách vody, kde se pitná voda připravuje, je pod kontrolou nejen chemických analyzátorů, ale hotová voda proudí i přes akvárium s rybami, které jsou na chemikálie citlivější než člověk. Úpravny vody jsou dobře zabezpečeny i před útokem teroristů. Hlídnají je systémy kamer a senzorů, stejně jako znáte třeba z banky.



2. „Chlórování“ vody

Častým argumentem pro pití balené vody je to, že není chlórována. Do vody z kohoutku se chlór přidává, aby se zabránilo jejímu napadení bakteriemi. Chlór sice není zdravotně závadný, ale někdy může voda díky němu špatně chutnat. Stačí ji ale nechat odstát, třeba v ledničce nebo přidat pár kapek citronové šťávy a chlоровá chuť zmizí.

3. Minerály

V reklamách neustále slyšíme o potřebnosti magnezia (správně česky hořčík), kalcia (vápník) a dalších minerálů. Není divu, že výrobci minerálních vod, které obsahují vysoké koncentrace minerálů, se nám snaží zdůrazňovat jejich užitečnost. Málokdo ale ví, že zdravý člověk s pestrou stravou má minerálů většinou dostatek a že jejich obsah v běžné pitné vodě z kohoutku je zcela dostačující. Minerální vody jsou určeny pro léčbu nemocných a jejich pití každý den Tvoje tělo určitě nepotřebuje.

4. Používání různých filtrů

Mnoho lidí si domů kupuje filtry pro domácí úpravu pitné vody. Voda z kohoutku sice žádné další domácí vylepšování nepotřebuje, ale filtr může někdy například zlepšit chuť odstraněním chlóru. Je ale potřeba si dávat pozor na kvalitu filtru a také ho správně udržovat. V žádném případě nedoporučujeme doma vodu destilovat nebo demineralizovat. Určitě bys neměl naletět ani firmám nabízejícím různé zázraky.

5. Je voda ze studny nebo pramene ta nejlepší?

Voda ze studny nebo studánky může chutnat velmi dobře a někdy je i velmi kvalitní. Musíš si ale dobře ověřit její kvalitu, nejlépe výsledky z laboratorního rozboru. Rozbory je nutno pravidelně opakovat. Často se člověk diví, co všechno se našlo v jeho „přírodní“ vodě.

6. Ekologie

Výroba obou typů vody zatěžuje přírodu asi stejně. Velký rozdíl je ale v balení a přepravě. Zatímco voda z kohoutku k tobě doteče potrubím, balená voda se balí do plastových lahví a rozváží obvykle nákladními auty. To samozřejmě zatěžuje přírodu. Zátěž je to i pro Tebe a Tvoji rodinu, protože láhve musíte nosit z obchodu.

7. Cena

Tohle je hodně jednoduché. Voda z kohoutku je asi stokrát levnější než balená voda.

8. Skladování

Jak se skladovala balená voda, kterou piješ, se většinou nedozvíš. Někdy může kamion s vodou stát třeba dlouho na sluníčku a to kvalitě vody rozhodně neprospěje. Láhve s vodou Ti navíc zabírají doma místo. Voda z kohoutku je uskladněná ve tmě a chladu ve vodojemech a potrubí. Navíc stačí otočit kohoutkem a voda je na stole.

9. Chceš o vodě vědět víc?

Zeptej se rodičů, která společnost Vám domů dodává pitnou vodu. Většina dodavatelů má na své webové stránce i články o kvalitě vody. Vlastnosti balené vody najdeš na obalu nebo na stránkách výrobce. Pokud Tě informace o vodě zaujaly a třeba chceš zkusit jednu vodu studovat, mrkni na stránky www.voda.webnode.cz. Tam najdeš spoustu informací o tom, jak se voda zkoumá.

Zkusili jsme Ti dát alespoň pár informací o vodě, kterou piješ. Teď už je jenom na Tobě, jestli budeš pít vodu balenou nebo z kohoutku.

„Není mezi cestujícími lékař?“ ptá se letuška.
Nikdo se nehlásí.
Za chvíli se ptá:
„A není mezi cestujícími aspoň pilot?“

„Pane vrchní, pivo není k pití, polévka je studená, roštěnka není k jídlu, zavolejte mi vedoucího!“
„Lituji, pane. Před chvílí odešel naproti do restaurace na oběd.“

Policajt volá letecké informace: „Jak dlouho letí letadlo z Prahy do Bratislavy?“
„Okamžik“ odpoví operátor.
Na což policajt: „Děkuji“ a zavěsí.

Volá uživatel na technickou podporu, že mu nejde vložit do mechaniky třetí instalační disketa.
Technik po delším přemýšlení: „Poslyšte, a vyndal jste vůbec tu druhou?“
„Ne, a to mi připomíná, ta už tam šla taky nějak špatně.“

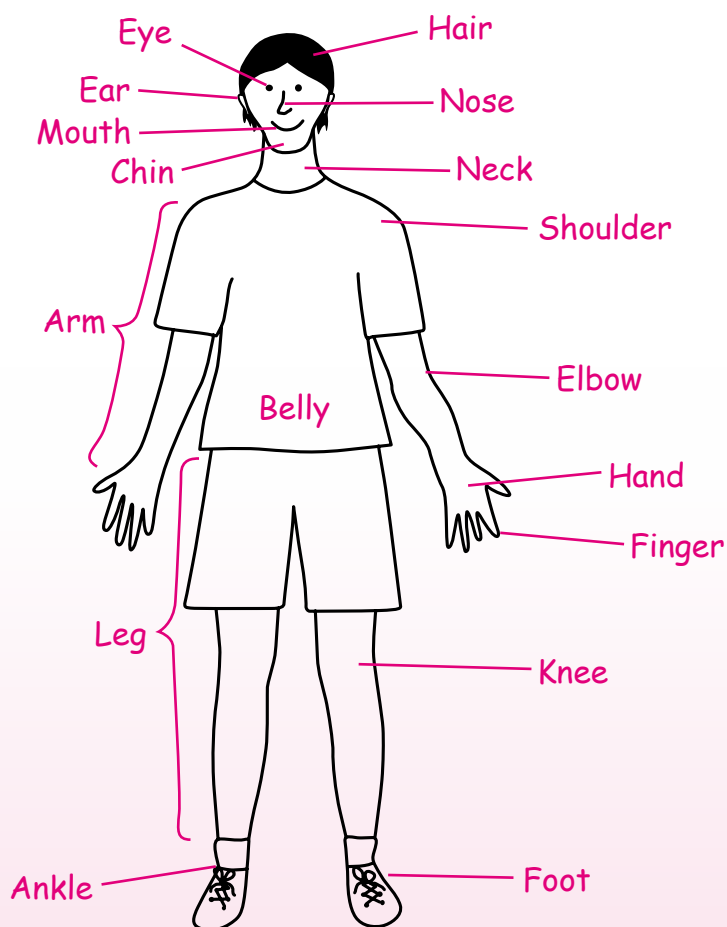
K Novákům přijde prodavač vysavačů.
Na zem vysype spoustu odpadků a říká:
„Všechno, co ten vysavač nevysaje, sním.“
„Tak to vám přeji dobrou chuť, od veřejka nám nejde proud.“

Učitel na hodině matematiky se ptá žáků:
„Kdybych měl v levé ruce sedm jablek a v pravé ruce osm jablek, co bych měl?“
A Pepíček se hned horlivě hlásí:
„Obrovský pracky!“

Paní učitelka napsala Pepíčkově poznámku:
„Smrdí, umývat!“
Otec to podepsal a připsal: „Učit, nečuchat!“

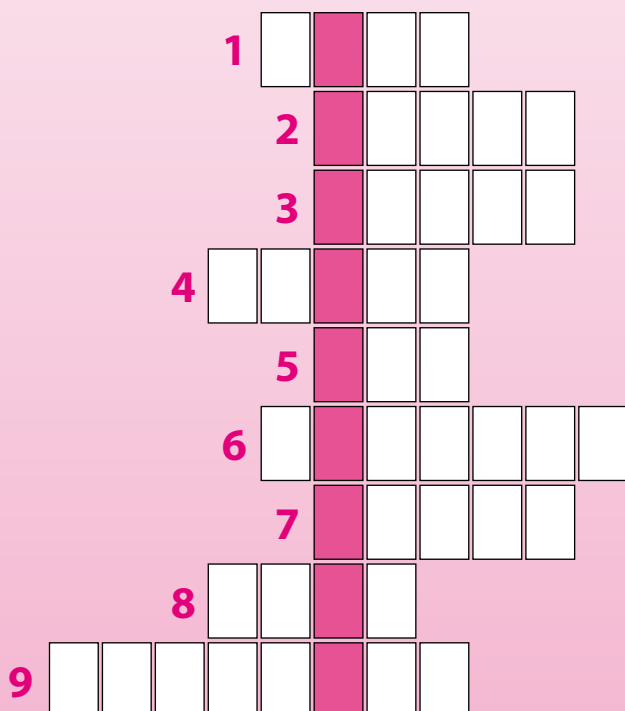


Lidské tělo - slovníček



Křížovka

Doplň výrazy v angličtině a získáš tajenku.



1. ruka
2. ústa
3. krev
4. rána
5. dolní končetina
6. obvaz
7. zdravotní sestra
8. krk
9. nehoda



Otřes mozku



1 Při pádu ze stromu se dívka uhodila do hlavy.



2 Poraněná krvácí z čela, leží pod stromem, při vědomí, ale zmatená. Bolí ji hlava, nepamatuje si na okolnosti úrazů, je jí špatně od žaludku.



3 Nejprve ověříme životní funkce poraněné, zjistíme další poranění, změříme tepovou frekvenci a poraněnou uklidníme.



4 Při ošetřování všech krvácejících poranění používáme rukavice.



5 Ránu sterilně překryjeme a obvážeme.



6 Poraněnou uložíme do polohy vleže na zádech z podloženou hlavou.



7 Zvláště, pokud se otřes mozku týká dítěte, přivoláme zdravotnickou záchranou službu. Obvykle následuje převoz do zdravotnického zařízení a krátký pobyt. To proto, aby zdravotníci vyloučili možnost nebezpečného vnitřního krvácení.



Sestavte správné dvojice

Pojmy se týkají první pomoci nebo lidského těla.

1. HEIMLICH

2. LANGERHANS

3. GOLGI

4. VAROLIUS

5. PURKYNĚ

6. EUSTACH

7. FOWLER

8. ALZHEIMER

9. PAVLOV

10. KRAMER

11. ACHILLES

12. ESMARCH

a) APARÁT

b) BUŇKY

c) DLAHA

d) MANÉVR

e) OBINADLO

f) NEMOC

g) TRUBICE

h) OSTRŮVKY

i) POLOHA

j) REFLEX

k) MOST

l) ŠLACHA



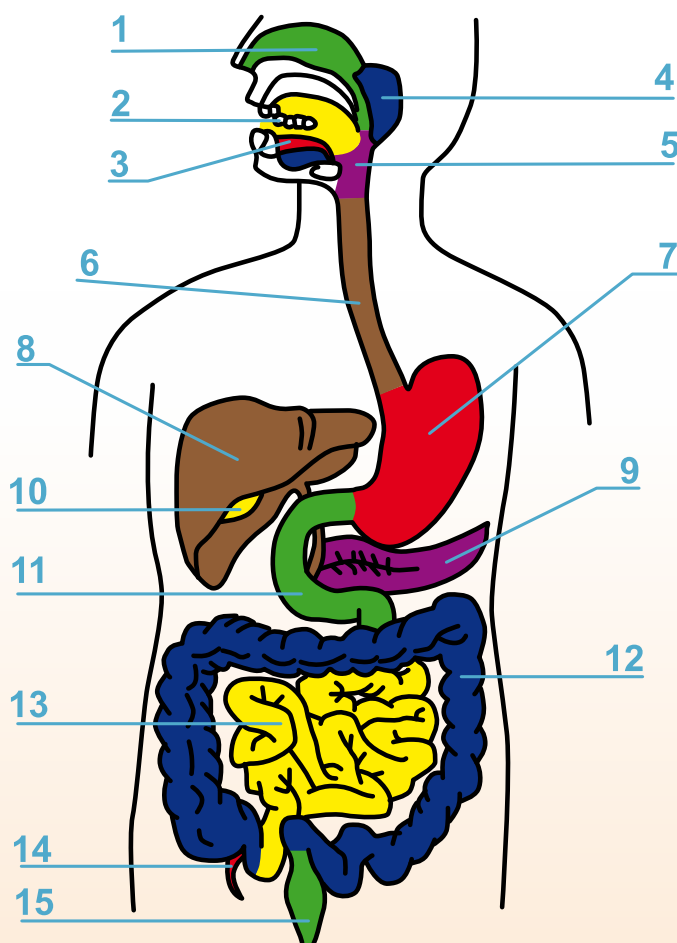
Sudoku

Cílem hry je doplnit chybějící čísla 1 až 9 tak, aby platilo, že v každé řadě, v každém sloupci a v každém z devíti čtverců byla použita vždy všechna čísla jedna až devět. Pořadí čísel není důležité. Čísla se nesmí opakovat v žádném sloupci, řadě nebo v malém čtverci.

7		3		8	9			
	9	5		3			8	1
					7			
2		7			1			
		9		2		6		
			9			1		4
			6					
1	7			4		9	6	
			7	9		3		8

Trávicí soustava

K částem trávicí soustavy v tabulce přiřadte popis jejich funkce a správné číslo podle obrázku



apendix	červovitý přívěšek slepého střeva
dutina nosní 1	první část tenkého střeva, ústí zde játra a slinivka
dvanáctník	dospělý jich má 32
hltan	obsahuje kyselinu chlorovodíkovou
játra	vylučuje enzym trypsin, který tráví bílkoviny
jazyk	předehřívání a čištění vzduchu
jícen	vstřebává se zde většina živin
konečník	vylučuje žluč, která napomáhá trávení tuků
slinivka břišní	křížení dýchací a trávicí soustavy
slinné žlázy	hromadí se zde žluč
tenké střevo	spojuje hltan a žaludek
tlusté střevo	vylučují enzym ptyalin, který napomáhá trávení škrobů
zuby	obsahuje chuťové pohárky
žaludek	poslední část trávicí soustavy
žlučník	vstřebává se zde voda



Cizí slova

Doplňte správně cizí slova, která se vztahují k první pomoci a lidskému tělu.

ETA je poranění hrudníku, při kterém je porušen podtlak v pohrudniční štěrbině. Může být otevřený či uzavřený.

SIC se česky nazývá kříšení nebo oživování. Provádíme ji při zástavě dechu u poraněného.

NTK je otrava těla nějakou chemickou či biologickou látkou.

YLM je stav, kdy má postižený nízkou hladinu krevního cukru. Nejčastěji se vyskytuje u lidí, kteří trpí cukrovkou.

PNA je v podstatě otrava kyslíkem. Dojde k ní, když člověk delší dobu zrychleně a zhluboka dýchá.

FRC je podání elektrického výboje. Používáme ji v případě srdeční zástavy.

UC se česky nazývá vykloubení. Při úrazu opustí kloubní hlavice kloubní jamku a už se do ní nevrátí.

S YO čili syndrom ze zavalení. Dochází k němu, když byla některá část těla poraněného delší dobu zavalena velmi těžkým předmětem, například kamením.

YZ – takto označujeme promodrávání okrajových částí těla (rty, nos, tváře, konce prstů) při nedostatečném zásobení kyslíkem.

ROC je odborné pojmenování červených krvinek.

YR – takto nazýváme srdeční svalovinu.



Minislovníček

bezvědomí	unconsciousness	sterilní krytí/gáza	sterile gauze
bouřka	car crash	telefonní číslo	telephone number
krv	blood	trojčipý šátek	triangular bandage
krváčení	bleeding	výstražný trojúhelník	emergency triangle
lékař	doctor	záchranař	rescuer
mdloba	faint	záchranka	ambulance
náplast	plaster	zdravotní sestra	nurse
nehoda	accident	zlomená noha	broken leg
obvaz	bandage	zlomenina	fracture/break
odřít se	scrape/graze	změřit tep	to take somebody's pulse
první pomoc	first aid	zranění	injury
rána	wound	zraněný člověk	injured/wounded person
rukavice	gloves		



Sudoku

Cílem hry je doplnit chybějící čísla 1 až 9 tak, aby platilo, že v každé řadě, v každém sloupci a v každém z devíti čtverců byla použita vždy všechna čísla jedna až devět. Pořadí čísel není důležité. Čísla se nesmí opakovat v žádném sloupci, řadě nebo v malém čtverci.

		2					6	
		5			9		2	7
7	9			1	5			8
		8	3		2	9		
6								3
		3	8		1	2		
9			5	2			3	1
2	8		1			6		
	3					4		



John and Mary are giving first aid

One day John and Mary decided to go to a near playground. They were neighbours, close friends and was attending the same school. John picked Mary up at her home and they went together.

John and Mary were walking down the street and talking about their day at school. There were not many people in the street so they could see a little girl who was walking on the other side of the road. They passed her by. John and Mary were talking when suddenly they heard the noise of breaks. They turned round and saw the girl lying on the road and crying. She was knocked down by a car. She did not take a look around and tried to cross the street but the car was coming and knocked her down.



John and Mary ran to the place of the accident immediately. They realized that the driver is

completely shocked because he could not see the girl. The girl scraped her left arm and was bleeding from her knee. She was not unconscious. She could not stand up and she felt pain in her left leg. It was probably broken. However, she was lucky because the car was not going fast.

Mary took her mobile phone, dialled 155 and called the ambulance. She told the nurse: "There is a car crash on Píškova road. There is an injured little girl here who scraped her left arm, is bleeding from her knee and her leg is probably broken." The nurse said: "OK. Don't worry. The ambulance will come in 15 minutes. Thank you for the phone call. Good bye Mary." "Good bye," said Mary.

John took a first-aid kit from the car while Mary was telephoning and asked the girl what was her name. "My name is Petra," said the girl. "My name is John and this is Mary. The ambulance is coming. We know the first aid and we can help you. Don't worry," said John. They bandaged her wound and put John's jacket under her because Petra was cold. Mary took Petra's pulse and John was speaking with her. The driver placed the emergency triangle on the road and called police.

Mary and John were waiting there with Petra until the ambulance came. The rescuers commended them for their help and took Petra to a hospital. They said that Petra will be all right. John and Mary felt well because they were able to give the first aid and help the girl.

Na hodině angličtiny.
žák: "Excuse mě. I forgot my jahodový termix na skřínce. Můžu si pro něj go?"

Přijde paní k psychiatrovi a prosí, aby vyléčil jejího manžela, který si myslí, že je kůň. Dokonce i nohy si dal podkovat a jí jenom seno a obrok.

Lékař ji vyslechne a povídá:
„Milá paní, to bude ale velmi nákladné a zdlouhavé léčení“
„To nevadí,“ povídá paní. „Peněz máme dost! Manžel už vyhrál troje dostihy!“

Sjede trabant do příkopu a zůstane stát vedle kravince.

Kravinec povídá: "Co ty jsi zač?"
Trabant: "Já jsem AUTO!"

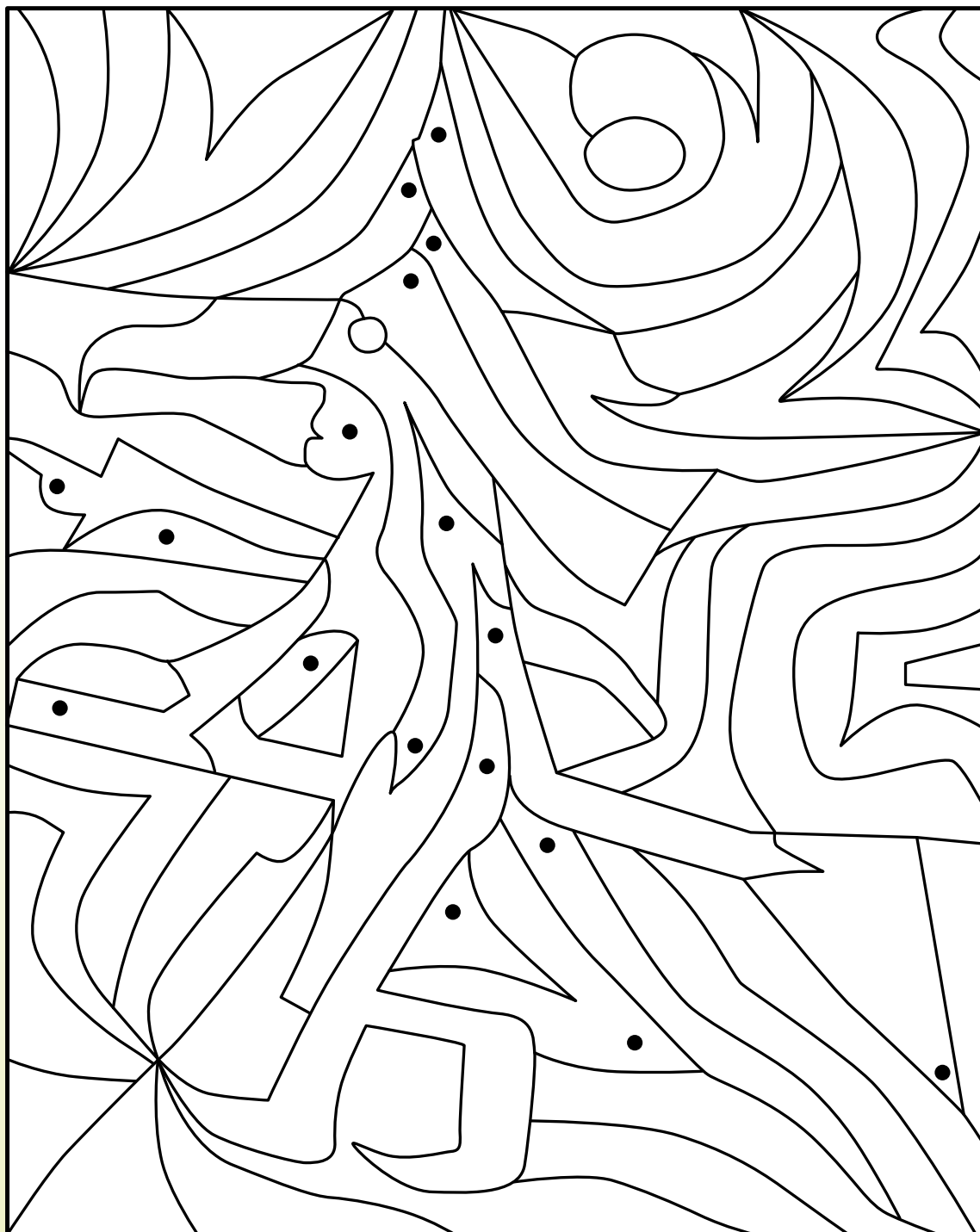
Na to kravinec: "Jestli ty jsi auto, tak já jsem PIZZA!"

Na břehu ostrova stojí zarostlý muž a mává rukama na loď plující okolo něho.
„Kdo je to?“ ptá se jeden pasažér kapitána.
„Nevím, ale vždycky se tahle raduje, když jedeme okolo.“



Domalovánka

Vybarvěte všechna políčka, ve kterých je tečka.



"Proč otvíráš ty olejovky před akváriem, Pepíku??"
"Aby ty rybičky viděly, jak dopadnou, když budou zlobit"

"Mami, mami, upadl nám žebřík!"
"Pověz to tátovi!"
"Už to ví! Visí totiž na okapu."



Veselá křížovka

PRO CHYTRÉ HLAVIČKY

Pomůcky: Astl, kas, kevír, Ney, Smart, YR	Vzorec sulfidu cínatého	2. díl tajenky	Jižní ovoce	Obyvatel hor	Český sochař	<p>U soudu. „Neslýchané!“ Jste týden ženatý a už jste svou ženu ztloukl motykou! Odsuzuji vás na tři týdny vězení.“ „Vy nemáte srdce, pane soudce, ...(tajenka).“</p>								
Úsilí														
Naplave- nina														
Cizí značka cigaret						Americký vynálezce		Část rostliny (sloven.)	1. díl tajenky	Policejní vozy				
	Informo- vané Příležit. koupě							SPZ Klatov Zn. čistid- la oken						
Dobytčí nápoj					<u>Pohovka</u> Druh novin									
Planá núbijská bavlna					<u>Boxerský úder</u> Citron (zast.)									
Značka ampér- závitu			<u>Africký stát</u> Kanadská provincie											
„Otec“ komisaře Maigreta								<u>SPZ Loun</u> Obdařit						
Průsvitná tkanina								Napoleon. <u>generál</u> Zástup lidí						
	Email	<u>Knedlíček</u> Jílovitá solná pánev				<u>Ruský souhlas</u> Část bérce			Ženské jméno	Brodivý pták (zdrob.)				
Holá lebka					<u>Odborník na ladění</u> Anglické hrabství									
Metání (zastar.)				<u>Roz- viklaná</u> Polní plodina										
Elektrický měřicí přístroj								<u>Vrcholný (hovor.)</u> Ozn. rum. letadel						
3. díl tajenky									Značka neonu					
Zeměděl- ský tahač									Sloven- ská spojka					



Test: Harry Potter

1. Kdo je Norbert?

- a) drak
- b) student
- c) jednorožec
- d) kentaur

2. V co se měnil Červíček?

- a) ve psa
- b) v krysu
- c) ve vlkodlaka
- d) v červa

3. Jaký tvar má Harryho patron?

- a) jelena
- b) srdce
- c) jednorožce
- d) lasičky

4. Kdo je ředitelem(kou) Nebelvíru?

- a) Snape
- b) McGonagallová
- c) Brumbál
- d) Hagrid

5. Jaké zvíře má ve znaku Nebelvír?

- a) jezevce
- b) lva
- c) hada
- d) orla

6. Kde se nachází vchod do Nebelvírské společenské místnosti?

- a) neustále se mění
- b) za kamennou zdí
- c) za brněním
- d) za obrazem Buclaté dámy

7. Kdo ze 4 zakladatelů Bradavic stvořil Tajemnou komnatu?

- a) Salazar Zmijozel
- b) Helga z Mrzimoru
- c) Rowena z Havraspáru
- d) Godrig Nebelvír

8. Kouzlo na odehnání mozkomora zní

- a) Expetro patremum
- b) Expecto patronum
- c) Patronum Expecto
- d) takové kouzlo neexistuje

9. Co je to Felix felicis?

- a) Lektvar moudrosti
- b) Pegas
- c) Magická kniha vaření
- d) Lektvar štěstí

10. Co jsou to Prasinky?

- a) vesnice
- b) časopis
- c) vězení
- d) farma

Povídá kamarád kamarádovi:
„Když zajdu do sklípku, tak se mnou žena 3 dny nemluví.“
„A chodíš tam často?“
„Každý třetí den.“

Matka: „Co říkal tatínek tomu, že jsi rozbil auto?“
Syn: „Mám vynechat sprostá slova a klení?“
Matka: „Ovšem“
Syn: „Tak neříkal vůbec nic.“

Ve škole: „Zítra budu zkoušet Nerudu, Němcovou a Světlou“, říká paní učitelka.
Pepíček na to: „Takže já nebudu?“

Monolog zamilovaného na schůzce:
„Měla přijít ve čtyři. Teď je pět. Počkám do šesti a když nepřijde v sedm, půjdu v osm domů.“

Jaro. Je nádherný den. Ze země vyleze žížala. Kousiček od ní vyleze druhá. Ta první opojena májovým vánkem se něžně ptá:
„Slečno, můžeme se večer sejít?“
Ta druhá odpoví: „Co blbneš, troubo, já jsem tvůj zadek“



Test: Umiš vařit?

1. Do jíšky patří:

- a) hladká mouka a mléko nebo smetana
- b) hladká mouka a olej nebo máslo
- c) hladká mouka a majonéza

2. Chléb se nejčastěji připravuje z mouky

- a) pšeničné
- b) ovesné
- c) žitné

3. Vajíčka na tvrdo se vaří

- a) 2 minuty
- b) 10 minut
- c) půl hodiny

4. Čočku solíme vždy až po uvaření.

Kdybychom ji osolili předem, byla by

- a) rozvařená
- b) tvrdá
- c) hořká

5. Jana smíchala v míse těsto z polohrubé mouky, cukru, kypřícího prášku, vajec, mléka a oleje. Poté těsto nechala 2 hodiny kynout, nalila na vymaštěný plech, posypala červeným rybízem a drobenkou, kterou připravila z hrubé mouky, másla a cukru. Koláč pak upekla, ale příliš se nepovedl. Kde udělala Jana chybu?

- a) do těsta nepatří vejce
- b) těsto, ve kterém je kypřící prášek, nemá kynout
- c) do drobenky měla správně dát hladkou mouku

Už týdný je stadion vyprodán a krátce před zahájením utkání usedá na čestné místo malý chlapec.
 „Jak jsi přišel k té čestné vstupence?“, ptá se pořadatel.
 „Doma, jsem starostův syn.“
 „A kde je pan otec?“
 „Doma. Hledá tu čestnou vstupenku.“

Mami, víš kolik zubní pasty je v jedné tubě?
 Nemám tušení, Pepíčku.
 Ale já to vím! Od televize až ke gauči!

6. Když chceme uvařit maso, aby bylo měkké, nejdéle to bude trvat masu

- a) hovězímu
- b) vepřovému
- c) kuřecímu

7. Koření, které známe jako skořici, se získává ze stromu s názvem skořicovník.

Vyrábí se z jeho

- a) listů
- b) květů
- c) kůry

8. Do vařených brambor se jako koření nejčastěji přidává

- a) pepř
- b) hřebíček
- c) kmín

9. Setonův hrnec je

- a) elektrický parní hrnec pro zdravé vaření
- b) díra v zemi zaplněná nahřátými kameny pro vaření v přírodě
- c) hrnec pro vaření těstovin, který má v pokličce díry pro přecezení hotového jídla

10. Do piškotového těsta dáváme

- a) pouze žloutky
- b) celá vejce
- c) celá vejce, ale žloutky a bílky zpracováváme zvlášť

Na zahradě honí malý kluk celkem neúspěšně o rok starší sestru, která s úsměvem uniká a ignoruje jeho nadávky. Tatiček je zaraží a ptá se synka:
 „Pepíčku, proč Aničku honíš?“
 „Protože mě štípla!“
 „Aničko, proč jsi ho štípla?“
 „Aby mě honil!“

Přijde malý Pepíček domů z fotbalu.
 „Tati, dal jsem dva góly !!!“
 „A kolik to bylo??“
 „1:1“



Test: Praktická chemie

1. Některé žvýkačky podle reklamy zabraňují kyselému útoku na naše zuby.

Tím pádem žvýkačka v našich ústech

- a) zvyšuje pH
- b) snižuje pH
- c) zvyšuje teplotu
- d) snižuje teplotu

2. Jaký vzorec má jedlá soda (hydrogenuhličitan sodný)

- a) CaCO_3
- b) Na_2CO_3
- c) NaHCO_3
- d) NaHCO_4

3. Kuchyňská sůl je

- a) chlorid draselný
- b) chlorid vápenatý
- c) chlorid sodný
- d) chlorit sodný

4. $\text{CuSO}_4 \cdot 5\text{H}_2\text{O}$ je

- a) pětivodnan měďnanu sírového
- b) zelená skalice
- c) pentahydrát síranu měďnatého
- d) bílá skalice

5. Z těchto látek je prudce jedovatý

- a) KCN
- b) CaCO_3
- c) H_2O
- d) NaCl

6. Vzorec vinylchloridu (ze kterého se vyrábí polyvinylchlorid – PVC) je

- a) $\text{CH}_2=\text{CCl}_2$
- b) $\text{CH}_2=\text{CHCl}$
- c) $\text{CH}_3-\text{CHCl}_2$
- d) $\text{CH}_3-\text{CH}_2\text{Cl}$

7. Peroxidy se používají mimo jiné k

- a) konzervaci potravin
- b) barvení textilu
- c) praní a bělení prádla
- d) dochucení omáček

8. Červené krvinky jsou červené díky barvivu nazývanému hemoglobin. To obsahuje

- a) zinek
- b) mangan
- c) železo
- d) hořčík

9. Vitamin C se nazývá

- a) kyselina askorbová
- b) kyselina listová
- c) kyselina salicylová
- d) kyselina hyaluronová

10. Hlavní složkou zemního plynu je

- a) methan
- b) propan
- c) dusík
- d) vodík

V ředitelně zadrnčí telefon a ozve se podivný hlas.

“Omluvte syna, má chřipku!”

“Kdo volá?” zajímá se ředitel školy.

“Přece můj táta!”

Pepíček vypráví rodičům:

“Mami a tati, dnes jsem se jako jediný ze třídy přihlásil!”

Maminka: “A na co se vás učitelka ptala?”

“Kdo rozbil okno na chodbě.”

“Tak dnes si budeme povídat o dýchacím ústrojí,” říká pan učitel přírodopisu svým žákům.

“Ale dnes jsme si měli povídat o mozku!”

“Teď mám v hlavě něco jiného.”

Malířský mistr říká svému učňovi:

„Jdi do vedlejší místnosti a natři okna.“

Učeň se po chvíli vrátí, otevře dveře a ptá se:

„Pane mistr, prosím vás, i rámy?“

str. 4

Poranění pohybového aparátu

Závažnější je vykloubení, protože kloubní hlavice zůstává mimo kloubní jamku

str. 5

Zlomeniny

5 – není znehybněno zápěstí

7 – zůstává volná pata, fixace přes ponožku

9 – poraněná sedí, kotník není dostatečně znehybněn

11 – není znehybněno, pouze přes zlomeninu přivázáno ke klacku

12 – není znehybněn kotník

str. 6

Sudoku

3	5	2	1	4	7	6	8	9
6	1	4	2	8	9	3	5	7
8	9	7	3	6	5	1	4	2
7	6	5	8	3	2	4	9	1
1	3	9	6	7	4	5	2	8
2	4	8	5	9	1	7	6	3
5	2	3	4	1	8	9	7	6
9	8	6	7	5	3	2	1	4
4	7	1	9	2	6	8	3	5

str. 10

Osmisměrka

KARDIO (srdce)

str. 10

Hádky

1. Meloun 2. Lež jako věž 3. Udělali si štrůdl.

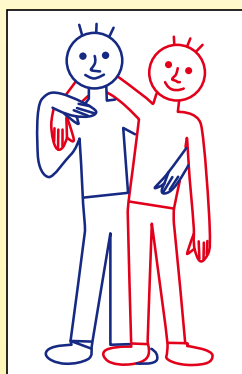
4. Vaše jméno 5. Kotva 6. Ticho 7. Jeden z mužů je holohlavý 8. Měsíc (na obloze) 9. Ve slovníku

10. Houba 11. Natáhneme-li hodiny, jdou!!

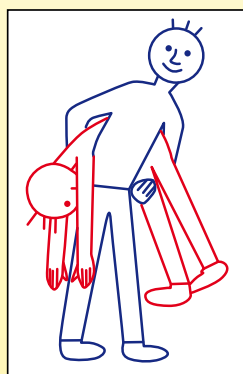
Natáhne-li se hodinář, leží!! 12. Páv

str. 9

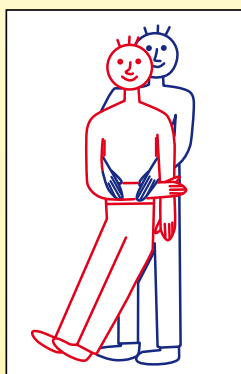
Transport poraněných



1, 7 (na krátkou vzdálenost 4, 5)



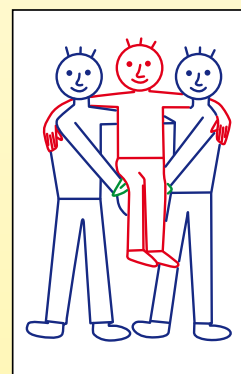
3 – na krátkou vzdálenost



2, 3 – na krátkou vzdálenost



3 (v nouzi 2 s použitím dlahy)



1, 4, 5, 7

str. 12

Jaké kosti patří k horní a jaké k dolní končetině

Horní končetina	Dolní končetina
články prstů	pánevní kost
loketní kost	hlezenní kloub
vřetenní kost	česka
ramenní kloub	zánártní kůstky
zápěstní kůstky	stehenní kost
články prstů	nártní kůstky
klíční kost	holenní kost
záprstní kůstky	kolenní kloub
pažní kost	lýtková kost
loketní kloub	kyčelní kloub

str. 15

Osmisměrka

SPINA (páteř)

str. 22

Rozdíly

sluníčko má víc paprsků, z komína se víc kouří, na stromě je černé jablko, list kytky není bílý, na louce roste víc kytek, strom má na kmeni suk, kočka má víc fousků, kočka má černobílý ocas, ve střešním okně je záclona, pták má křídlo

str. 23

Křížovka dýchací soustava

POHRUDNICE

1 – plíce, 2 – nosohltan, 3 – hrtan,

4 – průdušnice, 5 – průdušinky, 6 – průdušky,

7 – příklopka hrtanová, 8 – plicní sklípek,

9 – jícen, 10 – bránice

Doplň data z historie Červeného kříže

1828	narození Henry Dunanta
1859	bitva u Solferina
1863	vznik hnutí Červeného kříže
1864	1. ženevská konvence o zlepšení osudu raněných příslušníků armád v poli
1868	založen Vlastenecký pomocný spolek pro království české (předchůdce ČSČK)
1899	2. ženevská konvence o zlepšení osudu raněných na moři
1901	Henry Dunant získal Nobelovu cenu za mír
1917, 1944, 1963	Nobelova cena míru pro ČK
1919	založen Československý červený kříž
1929	3. ženevská konvence o zacházení s válečnými zajatci
1929	přijat jako druhý znak hnutí červený půlměsíc
1949	4. ženevská konvence o ochraně civilních osob
1993	vznik Českého červeného kříže
2005	schválen třetí znak – červený krystal

str. 17

Detektivka

Tajenka: BONBONIÉRA

- 1/ Cheb
- 2/ Dvatisíceosm
- 3/ Brána hradu Libovice
- 4/ Rambo
- 5/ Strakonice
- 6/ Koruna
- 7/ Zvonička
- 8/ Na špici velké věže
- 9/ Stříbrný smrk
- 10/ Kaple

„Jaká bonboniéra?“ podivil se Bedřich.

Tereza se rozesmála tak, že skoro nemohla mluvit: „To je strýčkovi podobné, jedna ležela v chebském bytě. Vzala jsem ji a vozím ji celou dobu s sebou.“

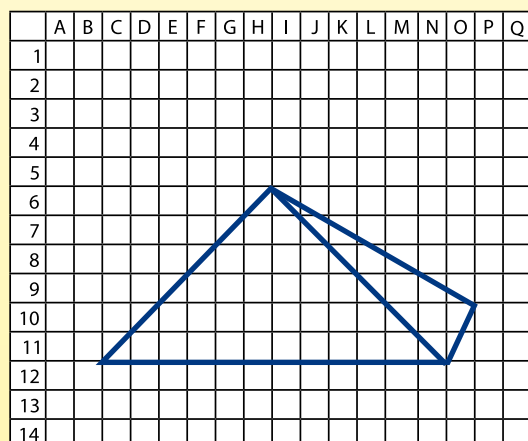
Otevřeli tedy bonboniéru značky Sweet Lady a ochutnali každý jeden z nugátových bonbónů. Za malou chvíli jim o zuby zazvonily malé číré kamínky, které proti světlu hrály všemi barvami. Bedřich je neomylně identifikoval jako diamanty a cenu každého z nich stanovil na necelý milion. V krabici bylo 50 bonbónů a Terezu a Bedřicha čekal velmi příjemný úkol je sníst a dávat si pozor, aby některý z kamenů nespokli.

str. 24

7 divů světa

1. Orientační síťovka

pyramida resp. doplníme **pyramidy**
(množné číslo)



2. Významné události 20. století

1945 – 312 + 1914 - 111 + 1989 - 298 + 1918 – 345
= **6700**

3. Pohádková křížovka

CORCOVADO

1. ko**C**our v botách
2. čar**O**dějnice
3. kašpá**R**ek
4. prin**C**ezna
5. k**O**uzelník
6. **V**odník
7. trp**A**slík
8. **D**rak
9. **O**tesánek

4. Šneci

365

5. Spojovačka

gladiátorů

6. Petra

7. Indicie

láska resp. do textu doplníme dle kontextu tvar lásky

8. Morseovka

Machu Picchu

str. 30

Termická poranění – přehřátí

Přehřátí vzniká při vysokých teplotách buď působením slunce na nechráněnou pokožku (úžeh) nebo ve spojení s vysokou vlhkostí (úpal).

str. 30

Přiřad' ošetření

Správně – 2, 5, 6, 7

Špatně – 1, 3, 4, 8

str. 31

Pravidlo devíti

9% hlava

9% každá horní končetina

18% přední strana trupu

18% zadní strana trupu

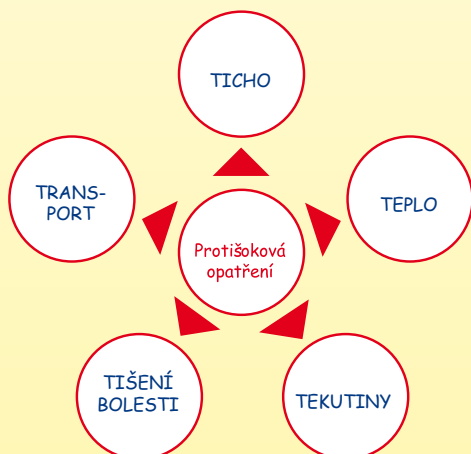
18% každá dolní končetina

1% pohlavní orgány

str. 32

Protišoková opatření

Především uložení poraněného do protišokové polohy



str. 32

Podchlazení

Příčinou podchlazení bývá déletrvající pobyt v mrazivém nebo chladném vlhkém a větrném prostředí. Podchlazení podpoří: nedostatečné oblečení, tělesné vyčerpání, nedostatečný kalorický příjem, nemoc, úraz, vliv alkoholu

Podchlazeného poznáme podle studené bledé kůže, je unavený, ospalý nebo apatický (netečný). Postupně dochází ke zpomalování životních funkcí (pomalý tep, povrchní pomalé dýchání) až poruchám vědomí.

Správné poskytnutí první pomoci spočívá především v zahřátí postiženého, oblékneme mu další vrstvu oděvu, pomalu masírujeme končetiny, můžeme také podat rychlý zdroj energie – cukr, čokoláda, nikdy ale nepodáváme alkohol. Podchlazeného je potřeba rychle odsunout do závětrí a do vyhřáté místnosti. Tam potom můžeme šetrně zvyšovat tělesnou teplotu, zabalíme do vyhřáté přikrývky, dáme pít teplé oslazené nápoje, teplé obklady nebo celková koupel.

str. 33

Osmisměrka

PULMO (plíce)

str. 36

Křížovka

AMBULANCE

str. 38

Sestavte správné dvojice

1d, 2h, 3a, 4k, 5b, 6g, 7i, 8f, 9j, 10c, 11l, 12e

str. 38

Sudoku

7	2	3	1	8	9	4	5	6
4	9	5	2	3	6	7	8	1
6	8	1	4	5	7	2	3	9
2	4	7	5	6	1	8	9	3
3	1	9	8	2	4	6	7	5
8	5	6	9	7	3	1	2	4
9	3	2	6	1	8	5	4	7
1	7	8	3	4	5	9	6	2
5	6	4	7	9	2	3	1	8

apendix	14	červovitý přívěšek slepého střeva
dutina nosní	1	předehřívání a čištění vzduchu
dvanáctník	11	první část tenkého střeva, ústí zde játra a slinivka
hltan	5	křížení dýchací a trávicí soustavy
játra	8	vylučují žluč, která napomáhá trávení tuků
jazyk	3	obsahuje chuťové pohárky
jícen	6	spojuje hltan a žaludek
konečník	15	poslední část trávicí soustavy
slinivka břišní	9	vylučuje enzym trypsin, který tráví bílkoviny
slinné žlázy	4	vylučují enzym ptyalin, který napomáhá trávení škrobů
tenké střevo	13	vstřebává se zde většina živin
tlusté střevo	12	vstřebává se zde voda
zuby	2	dospělý jich má 32
žaludek	7	obsahuje kyselinu chlorovodíkovou
žlučník	10	hromadí se zde žluč

str. 40

Cizí slova

PNEUMOTORAX
RESUSCITACE
INTOXIKACE
HYPOGLYKEMIE
HYPERVENTILACE
DEFIBRILACE
LUXACE
CRUSH SYNDROM
CYANÓZA
ERYTROCITY
MYOKARD

str. 41

Sudoku

3	1	2	4	8	7	5	6	9
8	4	5	6	3	9	1	2	7
7	9	6	2	1	5	3	4	8
1	5	8	3	6	2	9	7	4
6	2	9	7	5	4	8	1	3
4	7	3	8	9	1	2	5	6
9	6	4	5	2	8	7	3	1
2	8	7	1	4	3	6	9	5
5	3	1	9	7	6	4	8	2

str. 43

Domalovánka



str. 44

Veselé křížovka

TAKHLE NÁM ZKAZIT LÍBÁNKY

str. 45

Test: Harry Potter

1a, 2b, 3a, 4b, 5b, 6d, 7a, 8b, 9d, 10a

str. 46

Test: Umíš vařit?

1b, 2c, 3b, 4b, 5b, 6a, 7c, 8c, 9b, 10c

str. 47

Test: Praktická chemie

1a, 2c, 3c, 4c, 5a, 6b, 7c, 8c, 9a, 10a

Vydáno za podpory Ministerstva zdravotnictví České republiky

Vydal Úřad Českého červeného kříže
Praha 2009