

Pierwsza pomoc: zranienia i inne wypadki

Skaleczenie

- Przemyj ranę pod bieżącą wodą.
- Możesz też użyć mydła.
- Jeśli ranka jest mała, przyklej plaster.
- Jeśli krew nadal cieknie, załóż opatrunek i bandaż.
- Jeśli nie masz bandaża, użyj na przykład czystej chusteczki.



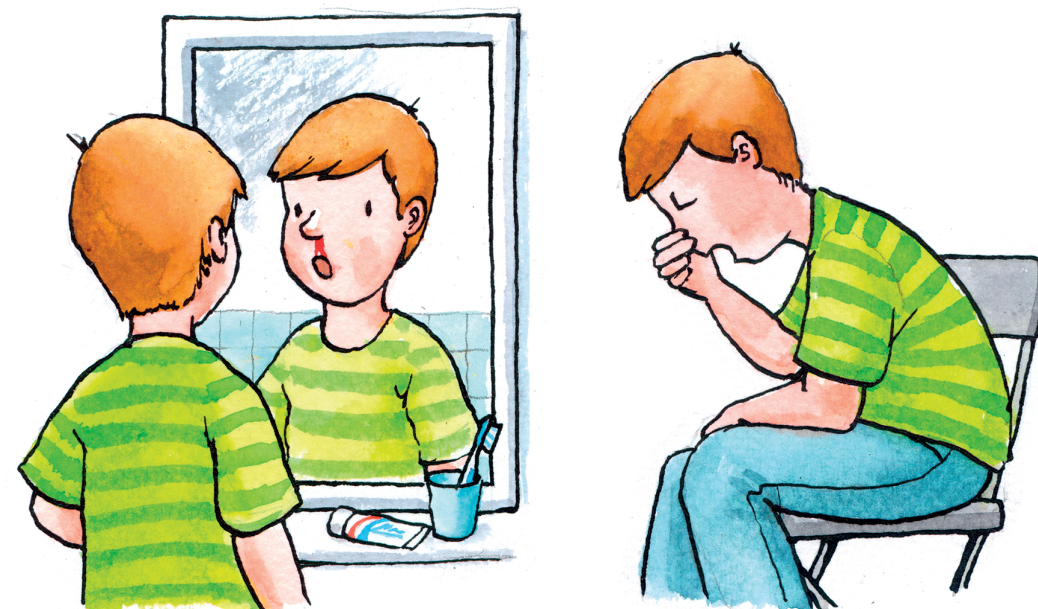
Oparzenie

- Polewaj oparzone miejsce bieżącą zimną wodą.
- Nie zakładaj żadnych opatrunków.
- Utrzymuj w czystości.



Krwotok z nosa

- Usiądź i pochyl się do przodu.
- Obejmij palcami skrzydełka nosa i poczekaj 10-15 minut.
- Oddychaj ustami.
- Możesz przyłożyć do karku lub nosa zimny okład.



Złamanie

- Znajdź prosty, długi, sztywny przedmiot, np. kij.
- Ułóż kij wzdłuż złamanej kończyny.
- Zwiąż lub sztywno je owiń, np. swetrem lub innym materiałem.
- Uwaga! Kończyną, która może być złamana, nie należy poruszać.



Pamiętaj, żeby zawsze wezwać dorosłego. Jednak zanim się zjawi, możesz zacząć działać.

