

- 1) Poškodovanec ima opečene roke in prste. Praviloma morate obvezati:
 - Vsak prst posebaj
- 2) Komu dajemo umetno dihanje?
 - Tistemu, ki je poškodovan in ne diha
- 3) Kako tesno smete zategniti kompresijsko obvezo?
 - Da krvavitev preneha na obvezanem udu, pa še vedno tipljem utrip (pulz)
- 4) Ker poškodovanca v kolku zelo boli sumite, da gre za zlom v kolku. Kaj naredite?
 - Poškodovano nogo imobiliziram ob zdravo
- 5) Najpogostejši vzrok prometnih nezgod je:
 - Človek sam
- 6) Neredno sunkovito dihanje in pomodelost opozarjata na:
 - Motnje dihanja
- 7) Kaj morate najprej narediti pri poškodovancu, ki ne diha?
 - Sprostimo dihalno pot s pravilno držo glave
- 8) Ali lahko prevoz nezavestenga poškodovance v nepravilnem položaju povzroči smrt?
 - Da
- 9) Prva pomoč je hudo nevarna tudi za reševalca v prometu, če ta:
 - Takoj ne zavaruje poškodovanca na kraju nezgode, zlasti na nepreglednem cestišču
- 10) Kaj storite, če komu v oči brizgne žveplova kislina iz akumulatorja?
 - Oko izperem z vodo, sterilno obvežem in poškodovanca napotim k zdravniku
- 11) Voznik se po več urah vožnje utruje. Po koliko urah vožnje priporočamo polurni počitek?
 - Po treh
- 12) Poškodovanec hudo krvavi iz rane na podlahti. Kakšen je pravilen vrstni red ukrepov prve pomoči?
 - Pritisk s prsti na žilo v nadlahti ali v pazduhi, kompresijska obveza, Preverjanje žilnega utripa na zapestju, imobilizacija (lahko s trikotno ruto, prste pustimo proste)
- 13) Zaprta poškodba na udih. Ali je za prvo pomoč bistveno, da ugotovite, kakšne vrste je poškodba (zlom, zvin, izpah,...) ?
 - Ne
- 14) Iz hudo krvaveče rane poškodovani izkrvavi:
 - V petih minutah

- 15) Kako pomagati utopljenku ki ne diha?
- Takoj ga začnem oživljati z umetnim dihanjem
- 16) Kako pomagamo bolniku z napadom bolečine pod prsnico?
- Ne pustimo ga hoditi
- Sprostimo dele oblačila, ki vežejo
- Poskrbimo za položaj na boku
- Pokličemo 112
- Pregledamo mu žepe in poiščemo morebitna zdravila
- 17) Nesreča z električnim tokom (podrt električni drog). Poškodovanec je v stiku z žico, ne diha, utripa ne otipamo.
- Uporabimo lesen predmet in umaknemo žico
- Oživljamo poškodovanca
- Pokličemo, da izklopijo elektriko
- 18) Greste na zabavo, ki se bo verjetno zavlekla. Zagotovo bo tudi veliko alkoholnih pijač. Kako boste ravnali?
- Vozilo bom pustil doma in se odpeljal z avtobusom, vlakom ali podobnim
- 19) Zakaj moramo posebno previdno prenašati poškodovanca pri katerem sumimo, da ima poškodovano hrbtenico?
- Ker bi mu lahko poškodovali hrbtenjačo
- 20) Kaj so cilji prve pomoči na kraju nezgode?
- Ohraniti življenje
- Poskrbeti za čimprejšnjo strokovno pomoč
- Preprečiti poslabšanje zdravstvenega stanja
- 21) Komu izmed poškodovancev bi pomagali z umetnim dihanjem?
- Nezevestnemu, ki ga je udaril električni tok in ne diha
- 22) Kateri postopek je pri krvavitvi na udih pravilen?
- Pritisk na krvavečo žilo, kompresijska obveza, tipanje utripa na obvezanem udu, imobilizacija
- 23) Koga ne smeš sam z osebnim avtomobilom peljati v bolnišnico?
- Huje poškodovaneha, ki mora ležati
- 24) Če vozite neprenehoma že tri ure, kakšen naj bo počitek?
- Pol ure zmernega razgibavanja in morda kozarec sadnega soka ali podobne pijače
- 25) Prva pomoč je lahko hudo nevarna tudi za reševalca v prometu, če ta:
- Takoj ne zavaruje poškodovanca na kraju nezgode, zlasti na nepreglednem cestišču

- 26) Kako ravnati v prvi pomoči pri opeklini roke in zapestja?
- Hladim z vodo in sterilno obvežem
- 27) V škatli za prvo pomoč za motorna vozila je dovolj obvezil za?
- Kompresijsko obvezo na udih
- 28) Rane praviloma ne smete izpirati. Izjema je...
- Umazana odrgnina, zelo plitva zamazana rana ali ugriznina
- 29) O navidezni smrti govorimo:
- Kadar sta dihanje in delovanje srca tako neznatna, da ju s čutili ne zaznamo več
- 30) Umetno dihanje pri poškodovancu, ki ne diha moramo izvajati:
- Dve uri
- 31) Na hujšo zastrupitev z ogljikovim monoksidom sumimo:
- Če so okoliščine take, da bi se kje utegnil izločati ogljikov monoksid (CO) – zaprta garaža s prižganim avtomobilskim motorjem, goreča posteljina v zaprti sobi...
- 32) Neredno sunkovito dihanje in pomodrelost opozarjata na:
- Motnje dihanja
- 33) Poškodovane na kraju nezgode morate zavarovati. Kako daleč je treba postaviti opozorilno znamenje (varnostni trikotnik, ponoči svetilko ali po enega pomagalca) ?
- Najmanj 50 metrov od kraja nezgode na obeh straneh
- 34) Kaj je znamenje prizadetosti hrbtenjače pri zlomu hrbtenice v prsno-ledvenem predelu?
- Ohromitev spodnjih udov
 - Neobčutljivost kože od pasu navzdol
 - Poln mehur, nezmožnost hotenega uriniranja
- 35) Kakšna so značilna znamenja zvina?
- Oteklina
 - Bolečina
 - Podplutba
- 36) Kako pogasiti ogenj na motorju avtomobila brez gasilnega aparata?
- Motor pokrijem z odejo ali zasujem z prstjo (peskom)
- 37) Alkohol lahko slabo vpliva na voznika zlasti ker:
- Se mu zdi, da je sposobnejši za vožnjo in vozi prehitro, nestrpno in ne upošteva prometnih pravil
- 38) Hujšo krvavitev v prvi pomoči najhitreje dokončno ustavimo s:
- Pritiskom s prsti na določenem mestu in nato s kompresijsko obvezo

- 39) Pri kateri od navedenih poškodb smete poškodovancu izjemoma dati piti, če morate zelo dolgo čakati na zdravniško pomoč?
- Pri opeklinah in krvavitvah
- 40) Kako pomagamo pri zlomu, zvinu, ali izpahu (udov) ?
- Prizadeti del imobiliziramo
- 41) Na hrbtu ležečemu poškodovancu, ki ne diha, sprostim dihalne poti:
- S prilagojenim trojnim prijemom ter z umetnim dihanjem
- 42) Praviloma se voznik utruji že v treh urah neprekinjene vožnje. Utrujenost se pojavi med vožnjo še prej, če:
- Vozi pozimi, v snegu, megli, nalivu, ponoči
- 43) Kako zajamete zrak (vdihnete) pri umetnem dihanju z usti?
- Malo globlje kot pri navadnem vdihu
- 44) Kakšen je primeren položaj za prevoz poškodovanca z zlomi reber?
- Napol sede
- 45) Kaj pomeni pomodrela koža pri nezavestem poškodovancu?
- Dušenje
- 46) Kako po hlajenju oskrbimo opekline na obrazu?
- Na opekline ne damo ničesar
- 47) Kako najrazumneje ukrepate pri hudo poškodovanem, ki je ostal v zaletelnem vozilu ob cesti?
- Pokličem reševalce, med čakanjem pa preprečim izkrvavitev in zadušitev ter zavarujem mesto nesreče.
- 48) Kako pomagamo, če se kdo polije z žveplovo kislino iz akumulatorja?
- Hitro izperemo kislino z obilo vode in nato sterilno obvežemo
- 49) Kateri postopek je pravilen pri odprtem zlomu stegenice?
- Prvi povoj čez razkrito rano
 - Imobilizacija od pazduhe do stopala
 - Položaj na hrbtu z rahlo podloženim poškodovanim udom
- 50) Kako pravilno ravnamo s čelado pri nezavestnem motoristu?
- Čelado sanamemo le, kadar je potrebno oživljati in bi nas ovirala
 - Za varno odstranitev čelade sta potrebna dva reševalca, ki delujeta usklajeno
- 51) Kaj so pogosti vzroki nezavesti?
- Pretres možganov
 - Možganska kap

- Božjast, epilepsija
- Toplotni udar
- Zastrupitev

52) Kako vdihavate zrak malemu otroku?

- Skozi nos in usta hkrati?

53) Zakaj predvsem uporabljamo prve povoje?

- Za obvezo rane

54) Kaj naredite če leži nezavesten Poškodovanec na prometni cesti?

- Zavarujem poškodovanca na kraju nezgode

55) Kako ustaviti hujšo krvavitev v dimljah?

- S pritiskom na rano

56) Kakšen je pravilen položaj poškodovanca, ki ima poškodovan prsni koš?

- Napol sedeč

57) Kako oskrbimo opekline na roki?

- Opečeni del hladim z vodo in ga sterilno obvežem

58) Koliko časa izvajate umetno dihanje?

- Dokler poškodovanec ne začne dihati sam ali vsaj dve uri, če prej ne pride zdravnik ali poklicni reševalec

59) Kateremu poškodovancu boste najprej pomagali?

- Nezavestnemu

60) Nezavestni poškodovanec je nemiren, hrope in je pomodrel, čeprav leži na boku. Kaj morate napraviti?

- Spodnjo čeljust mu bom potisni naprej, ker mu je jezik morda zdrknil nazaj in mu zapira dihalne poti

61) S starostjo se voznikove sposobnosti spreminjajo, Koliko so povprečno stari najboljši vozniki?

- Od 30 do 60 let

62) Nekje v Sloveniji pripeljete na kraj nezgode. Priče nujno zahtevajo, da hudo poškodovanega pešca odpeljete v najbližji zdravstveni dom. Kaj naredite?

- Poškodovanemu bom pravilno pomagal in zahteval, naj takoj pokličejo reševalce

63) Kakšen je pravilen položaj za poškodovanca, ki je izgubil veliko krvi iz rane na stegnu?

- Leže na hrbtu z dvignjenim vznožjem

64) Kaj morate povedati ko obveščate o nezgodi?

- Kraj nezgode, število poškodovancev in vrsto poškodb

- 65) Ali kajenje med vožnjo škoduje?
- Da, ker moti zbranost
- 66) Naletite na nezavestnega človeka. Po čem najlažje sklepate, zakaj se je onesevestil?
- Po okoliščinah, v katerih je nastopila nezavest (prometna nezgoda, pitje alkoholnih pijač, stik z električnim tokom, požar)
- 67) Kako pomagate, če se kdo zastrupi v garaži z izpušnimi plini in ne diha?
- Zajamem sapo in zadržim dih, ko vstopim takoj izvlečem zastrupljenca na svež zrak, začnem z umetnim dihanjem
- 68) Ali je v sloveniji potrebno, da hudo poškodovanega z osebim avtomobilom sami pripeljete v bolnišnico?
- Ne
- 69) Med vožnjo vam nekaj prileti v oko (mušica, prah,..). Kako boste ravnali?
- Čim prej se bom na primernem mestu ustavil in odstranil tujek
- 70) Kako oskrbeti rano?
- Rano povežem s prvim povojem, ne da bi se je neposredno dotikal
- 71) Koliko časa hladno opečeni del telesa?
- 20 do 30 minut
- 72) Najmanj koliko oseb mora sodelovati pri imobilizaciji poškodovane hrbtenice?
- Štiri
- 73) Kaj naredite če sumite da je zlom v zapestju?
- Imobiliziram zgornji ud od prstov do komolca
- 74) Poškodovanec je nezavesten in ima odprt zlom goleni. Kakšen je pravilen vrstni red ukrepov?
- Obrnem ga na bok
 - Obvežem rano
 - Imobiliziram zlom
- 75) Če je prometna nezgoda zahteval človeške žrtve in poškodovance, koga pokličete najprej?
- Reševalce, številko 112
- 76) Ali lahko prevoz nezavestnega poškodovanca v nepravilnem položaju pomeni smrt?
- Da
- 77) Imobilizirani spodnji ud namestimo:

- V nekoliko dvignjen položaj
- 78) Kaj najprej naredite pri hujši krvavitvi iz rane na podlahti?
- Pritisnem s prsti na žilo na nadlahti ali v pazduhi.
- 79) Kaj daste piti poškodovancu, pri katerem sumite na poškodbo trebuha?
- Nič
- 80) Najbolj bi omejili nezgode v prometu, če bi...
- Vozniki imeli bolj človeške in kulturne odnose do drugih sovoznikov na cesti
- 81) Zakaj morate zavarovati poškodvance in kraju nezgode, zlasti ob zmanjšani vidljivosti (noč, megla, padavine)?
- Ker je zelo nevarno, da bi naletelo še kakšno vozilo
- 82) Katere okoliščine so nevarne za neizkušenega ali neprevidnega pomagalca?
- Nepregleden cestni odsek(ovinek, megla, noč)
 - Reševanje iz vode
 - Poškodbe z električnim tokom
 - Plini v zaprtih prostorih
- 83) Kateri ukrepi proti šoku so potrebni?
- Ustavitev zunanje krvavitve
 - Zavarovanje poškodovanca pred vremenskimi vplivi
 - Imobilizacija zlomov
 - Klic številke 112
 - Odločno in prijazno spodbujanje poškodovanca
- 84) Za kaj predvsem uporabljate prve povoje?
- Za obveze rane
- 85) Nezavestnemu poškodovancu, ki je bruhal in se duši, očistite dihalne poti tako, da:
- Z dvema prstoma, zavitima v robec, izbrišem usta in žrelo
- 86) Kakšen je pravilen položaj poškodovanca, ki ima poškodovan prsni koš?
- Napol sedeč
- 87) Kdo je dolžan po svojih močeh in znanju pomagati pri prometni nezgodi?
- Vsak, ki pride zraven
- 88) Komu bi pomagali z umetnim dihanjem?
- Nezavestnemu, ki ga je udaril električni tok in ne diha
- 89) Ko začnete z umetnim dihanjem, 2- krat izdatno vpihnete z 1,5 sekundnim presledkom, nato pa vpihavate približno tako, kot dihate po navadi. To je:
- 12 do 16 krat na minuto

- 90) V škatli za prvo pomoč za motorna vozila je le malo obvezil. Kaj boste storili pri hujših poškodbah?
- Zbral bom material iz več škatel drugih voznikov in naredil najnujnejše
- 91) Ker poškodovanca v kolku hudo boli, sumite, da je zlomljen kolk. Kaj naredite?
- Poškodovano nogo imobiliziram ob zdravo
- 92) Kakšne barve so koža in ustnice poškodovanca, ki je izgubil veliko krvi?
- Blede
- 93) Kaj dosežemo pri prvi pomoči z imobilizacijo zlomljenega uda?
- Zmanjšamo bolečino
 - Preprečimo dodatne poškodbe mehkih tkiv, žil in živcev
 - Zavremo razvoj šoka
- 94) Poškodovancu v prometni nezgodi:
- Slečem le predel, kjer iam rane
- 95) Kakšen je pravilen položaj za nezavestnega poškodovanca, ki diha in mu bije srce
- Na boku z obrazom vstran
- 96) V kakšnem položaju mora biti poškodovančeva glava pri umetnem dihanju?
- Upognjena nekoliko nazaj
- 97) Šofer zmanjšuje utrujenost med vožnjo:
- Z vmesnimi postanki in počitkom
- 98) Kaj zahteva t.i. »kodeks etike« udeležencev prometa?
- Obzirnost v prometu in pomoč človeku, ki je v stiski
- 99) Zakaj poškodovancu, ki hudo krvavi iz rane spredaj na vratu, ne moremo napraviti zaneslive pritisne (kompresijske) obveze?
- Ker bi ga moral premočno stisniti in bi se dušil
- 100) Kako ravnate najbolj pravilno, če sumite na poškodbo medenice, ker tiži poškodovane o bloečinah v tem predelu?
- Poškodovanca položim na čvrsto ležišče
- 101) Kateri postopek je pravilen, če se pri trčenju vname osebni avtomobil in so potniki še v njem?
- Izvlečem i vozila potnike in jih pogasim
 - Zavarujem kraj nezgode
 - Pokličem gasilce
- 102) Kaj storiti najprej, če koga zadane električni tok (je nezavesten, ne diha in je še v stiku s tokovodnikom) ?
- Prekinem stik s tokom (s suho palico, letvo,...)

- 103) Kaj damo piti poškodovancu po hudi izgubi krvi, če mora dalj časa čakati na prevoz v bolnišnico?
- Vodo po žličkah
- 104) Komu grozi zadušitev?
- Poškodovancu, ki je ukleščen čez prsni koš
 - Poškodovancu s poškodbo obraza, ki močno krvavi v ista in žrelo
 - Nezavestnemu, ki leži na hrbtu
 - Otroku, ki je med vožnjo vdihnil bombon
- 105) Kakšna so znamenja zastrupitve z ogljikovim monoksidom (CO) ?
- Vrtoglavica in glavobol
 - Slabost in bruhanje
 - Splišna nemoč in ohromelost
- 106) Kako oskrbeti odtrganino uda?
- Namestim Esmachovo prevezo tik nad odtrganino in obvežem rano s prvim povojem
- 107) Ali vozniku škoduje jemanje ali uživanje poživil ali kajneje med vožnjo?
- Da, vedno
- 108) Kdaj pri hudih krvavitvah na vratu, v pod pazduhi ali dimljah lahko pritisnemo na rano kar s pestjo ali prsti?
- Vedno
- 109) Koliko časa hladimo opečeni del telesa?
- 20 do 30 minut
- 110) Pri prometni nezgodi je enega izmed poškodovancev v vozilu stisnilo. Po sprostitvi poškodovanec hrope in toži o bolečinah v prsnem košu. Kakšna je pravilna prva pomoč?
- Polesedeč položaj in čakanje na reševalca?
- 111) Večjo rano oskrbim tako da:
- Ne dajem ničesar nanjo in jo le sterilno obvežem
- 112) Kateremu poškodovancu boste najprej dali prvo pomoč?
- Tistemu s hudo arterijsko krvavitvijo
- 113) Zlom uda immobiliziram pravilno, če ravnam tako:
- Da pokličem pomočnika ki rahlo vleče na nasprotni strani zloma in po možnosti še podpira mesto zloma, nato ud immobilizim
- 114) Kako pravilno ukrepamo pri opečencu na kraju nezgode?
- Najprej pogasimo gorečo obleko
 - Opekline hladimo z vodo
 - Opekline (razen na obrazu), sterilno pokrijemo
 - Immobiliziramo opečene ude

- Pokličemo številko 112

115) Kaj so znamenja velike izgube krvi?

- Bledica sluznic kože
- Hladna, znojna koža
- Žeja
- Slabo tipljiv in pospešen pulz

116) V škatli za prvo pomoč za motorna vozila so:

- Prvi povoji in obvezila

117) Kadar je poškodovanih več oseb, se ob prometni nezgodi navadno težko najdemo in včasih omahujemo, komu bi najprej pomagali. Prednost imajo:

- Poškodovanci, ki so nezavestni ali hudo krvavijo

118) Kaj morate napraviti, ko namestite kompresijsko obvezo na podlahti?

- Na zapestju poškodovanega uda preverim utrip žile in ud immobiliziram

119) Čakate na reševalce, ki so že na poti. Pri poškodovancu sumite, da ima notranjo krvavitev, stanje se mu slabša. Kaj boste naredili?

- Kljub vsemu bom počakal reševalce in dvignil vznožje poškodovanca

120) Poškodovanec ima poškodovan gleženj. Ali je za prvo pomoč bistveno, ali gre za zlom zvin ali izpah?

- Ne

121) Pomagate pri kemični opeklini s kislino, ki je poškopila celega poškodovanca. Kateri del telesa oskrbite najprej?

- Oči

122) Kaj preverite pri poškodovancu, ki je videti mrtev?

- Preverim, ali diha in mu utripa srce

123) Če je poškodovani izgubil veliko krvi, poskrbimo:

- Za položaj na hrbtu z dvignjenim vznožjem

124) Kakšen je položaj poškodovanca, če sumimo na poškodbo trebuha?

- Na hrbtu, z nekoliko dvignjenim vzglavjem im s podloženimi koleno

125) Kakšen je pravilen ritem umetnega diganja in zunanje masaže srca, če ga izvaja en pomagalec?

- 2 : 15

126) Katera so znamenja vročinske kapi?

- Zariplost obraza
- Žeja in suh jezik
- Zvišana telesna temperatura

127) O navediznei smrti govorimo:

- Kadar sta dihanje in delovanje srca tako neznatna, da ju s čutili ne zaznamo več

128) Esmarchova preveza uda:

- Sme ostati na udu največ dve uri in je do dokončne oskrbe ne popuščamo

129) Kakšna so znamenja notranje krvavitve?

- Pospešena frekvenca dihanja
- Hiter slabo tipljiv utrip
- Slabost in bruhanje
- Žeja

130) Na katerih treh mestih navadno ustavljamo krvavitev s pritiskom arterije ob kost (digitalna kompresija)

- Pazduha
- Nadlaket
- Dimlje