Temat: Zasłabnięcie, ból w klatce piersiowej.

1 Zasłabnięcie- chwilowa i przemijająca utrata przytomności zwykle spowodowana zmniejszeniem dopływu krwi do mózgu (często zdarza się w kościele, długie przebywanie w pozycji stojącej, duża ilość ludzi w małym pomieszczeniu). Najczęściej ustępuje samoistnie.

Pierwsza pomoc przy zasłabnięciu:  
-oceń A, B, C (drożność dróg oddechowych, oddech i krążenie)   
-zapewnij dostęp świeżego powietrza   
-rozepnij koszulę, poluzuj krawat, szalik, apaszkę  
-unieść nogi do góry   
-wezwij pomoc (osobę dorosłą) zadecydujcie o wezwaniu pogotowia jeżeli jest to konieczne (utrata przytomności)

2 Ból w klatce piersiowej może świadczyć o ciężkiej chorobie serca np. zawał serca-jest to uszkodzenie mięśnia sercowego na wskutek braku dopływu krwi. Najczęściej występuje u osób dorosłych

Pierwsza pomoc przy zawale serca:   
-przerwać wszystkie wykonywane czynności przez poszkodowanego, ponieważ wysiłek może nasilić chorobę   
-przyjąć jak najwygodniejszą pozycję  
-sprawdzić A, B, C i zapewnić dostęp świeżego powietrza   
-wezwać pogotowie   
-udzielić wsparcia psychicznego (poszkodowany odczuwa niepokój i ból)

3 Statystycznie każdego roku występuje dużo przypadków związanych z chorobami układu krążenia.

Czynniki sprzyjające zawałom:  
-stres   
-zła dieta- zbyt duża ilość tłuszczu i cukru  
-siedzący tryb życia  
-używki  
-czynniki genetyczne

Proszę lekcję przepisać lub wydrukować i wkleić do zeszytu.