

1. Wybierz prawidłową kolejność czynności wykonywanych podczas podejścia do poszkodowanego:
 - a. Ocena bezpieczeństwa, wołanie o pomoc, sprawdzenie przytomności, udrożnienie dróg oddechowych, wezwanie pomocy, sprawdzenie oddechu
 - b. Ocena bezpieczeństwa, sprawdzenie oddechu, sprawdzenie przytomności, wołanie o pomoc, wezwanie pomocy, udrożnienie dróg oddechowych
 - c. **Ocena bezpieczeństwa, sprawdzenie przytomności, wołanie o pomoc, udrożnienie dróg oddechowych, sprawdzenie oddechu, wezwanie pomocy**
 - d. Ocena bezpieczeństwa, wołanie o pomoc, sprawdzenie przytomności, wezwanie pomocy, udrożnienie dróg oddechowych, sprawdzenie oddechu

2. Jeżeli wdech ratowniczy nie jest efektywny (nie unosi się klatka piersiowa) należy:
 - a. **Poprawić drożność dróg oddechowych i wykonać drugi wdech ratowniczy**
 - b. Wykonać dwa kolejne wdechy ratownicze z większą siłą
 - c. Za pomocą latarki ocenić drożność dróg oddechowych i usunąć ciała obce
 - d. Wykonywać kolejne wdechy ratownicze, aż do momentu uniesienia klatki piersiowej, a następnie wykonać uciski klatki piersiowej

3. Zatrzymanie krążenia rozpoznajemy najpewniej, gdy poszkodowany:
 - a. Nie reaguje na polecenia oraz potrząsanie
 - b. **Nie ma oddechu pomimo udrożnionych dróg oddechowych**
 - c. Nie ma tętna na tętnicy promieniowej
 - d. Nie odzyskał przytomności po 15 minutach

4. Pozycję bezpieczną stosuje się:
 - a. U poszkodowanych nieprzytomnych, nieoddychających, aby udrożnić drogi oddechowe
 - b. **U poszkodowanych nieprzytomnych, oddychających, aby zabezpieczyć drożność dróg oddechowych**
 - c. U wszystkich poszkodowanych, aby zapewnić im bezpieczeństwo do czasu przyjazdu karetki
 - d. Tylko w przypadku urazów żeber, aby zapobiegać przemieszczeniu się fragmentów kostnych

5. W przypadku podejrzenia w oparciu o wywiad ataku astmy należy:
 - a. Położyć poszkodowanego na plecach, aby nie upadł i podać jakiegokolwiek leki na astmę
 - b. Położyć poszkodowanego w pozycji półsiedzącej, uspokoić i podać jakiegokolwiek leki na astmę
 - c. Nie dopuścić, aby poszkodowany siedział i wezwać pomoc
 - d. **Położyć poszkodowanego w pozycji półsiedzącej, uspokoić, dostarczyć świeżego powietrza, pomóc poszkodowanemu zażyć jego leki oraz wezwać pomoc, jeśli atak nie ustąpi**

6. W przypadku zadławienia należy:
 - a. Wykonać 5 wdechów ratowniczych
 - b. Wykonywać uderzenia w okolicę międzyłopatkową, aż do uzyskania drożności dróg oddechowych
 - c. Wykonać 5 uderzeń w okolicę międzyłopatkową, a następnie 5 uciśnień nadbrzusza i powtarzać czynność do uzyskania drożności dróg oddechowych**
 - d. Palcem wygarnąć ciała obce z dróg oddechowych, a następnie wykonać 5 uderzeń w okolicę międzyłopatkową

7. Automatyczny Defibrylator Zewnętrzny (AED) należy użyć:
 - a. W każdym przypadku u osoby nieprzytomnej
 - b. Tylko u osoby nieprzytomnej i nieoddychającej**
 - c. Za wyraźnym poleceniem dyspozytora pogotowia przez telefon
 - d. Tylko u osoby, która skarży się na silny, promieniujący ból w klatce piersiowej

8. Automatyczny Defibrylator Wewnętrzny (AED):
 - a. Może używać tylko osoba przeszkolona
 - b. Może użyć każdy, ale tylko przed rozpoczęciem resuscytacji krążeniowo-oddechowej
 - c. Może użyć każdy, w dowolnym momencie resuscytacji krążeniowo-oddechowej, gdy tylko AED będzie dostępne**
 - d. Należy użyć tylko, gdy nie wiesz, co robić

9. W przypadku krwotoku i zatrzymania oddechu:
 - a. Należy najpierw zatamować krwotok, a następnie przystąpić do resuscytacji krążeniowo-oddechowej**
 - b. Należy prowadzić resuscytację krążeniowo-oddechową do momentu przywrócenia oddechu, a następnie tamować krwotok
 - c. Nie powinno się tamować krwotoku, gdyż ciśnienie krwi jest tak niskie, że krwotok sam ustaje
 - d. Należy zaprzestać ratowania takiej osoby, gdyż obrażenia są zbyt duże

10. Do środków ochrony osobistej ratownika należą:
 - a. Rękawiczki lateksowe
 - b. Okulary
 - c. Maseczka do sztucznego oddychania
 - d. Wszystkie odpowiedzi są poprawne**

11. W przypadku oparzenia termicznego ręki należy:
 - a. Obficie polewać zimną wodą, aż do ustąpienia dolegliwości bólowych, a następnie założyć jałowy opatrunek**
 - b. Przykładać zimne okłady z kostek lodu lub śniegu, jeśli są dostępne, a pacjenta obficie poić wodą
 - c. Wyrzeć oparzone miejsce do sucha, a następnie założyć jałowy opatrunek
 - d. Umieścić oparzoną kończynę w worku, a następnie ten worek w wodzie z lodem

12. W przypadku spożycia przez poszkodowanego żrących środków chemicznych należy:
- Sporowokować wymioty, aby usunąć niebezpieczną substancję
 - Podać wodę do przepłukania ust, a następnie wodę do picia małymi porcjami**
 - Podać substancję działającą przeciwnie do spożytych chemikaliów, np. kwas lub zasadę
 - Podać do picia słodzone napoje gazowane, które zneutralizują niebezpieczne substancje, uwalniające się po kontakcie ze śluzówką żołądka
13. W czasie ataku padaczki należy:
- Podłożyć coś miękkiego pod głowę i trzymać zuchwę poszkodowanego, aby nie przygryzł języka
 - Trzymać z całej siły głowę poszkodowanego przyginając ją do przodu, tak, aby nie uderzała o podłogę
 - Podłożyć coś miękkiego pod głowę, włożyć twardy przedmiot do ust i ograniczać ruchy kończyn
 - Chronić głowę poszkodowanego i przeczekać, aż drgawki ustąpią**
14. U ofiary utonięcia, u której nie można stwierdzić oddechu należy:
- Obrócić na brzuch i udzielić drogi oddechowej, aby woda mogła spokojnie wypływać
 - Wykonać resuscytację krążeniowo-oddechową, bez żadnych zmian
 - Resuscytację krążeniowo-oddechową poprzedzić pięcioma wdechami ratowniczymi**
 - Resuscytację krążeniowo-oddechową mogą wykonać tylko ratownicy WOPR
15. Ciało obce w ranie należy:
- Zabezpieczyć przed przesunięciem i wezwać pomoc lub udać się do szpitala**
 - Wyciągnąć i zatamować powstały krwotok
 - Założyć opatrunek uciskowy na ciało obce, aby uniknąć wystąpienia krwotoku
 - Zabezpieczyć przed przesunięciem i koniecznie założyć opaskę uciskową powyżej miejsca zranienia, aby uniemożliwić fragmentom przemieszczanie z krwią
16. Do objawów zawału serca nie należą:
- Promieniujący ból w klatce piersiowej
 - Duszność i zimny pot
 - Nudności i wymioty
 - Opadający kącik ust i zaburzenia mowy**
17. Twój 10-letni brat, z którym jesteś na wakacjach zgłasza z płaczem, że użądliła go pszczoła. Zaczyna nagle kaszleć, dusić się, a po chwili traci przytomność. Po kilkunastu sekundach przestaje oddychać. Które postępowanie, jako pierwsze będzie najwłaściwsze w takiej sytuacji?
- Natychmiast wezwiesz pomoc i zaczekasz przy dziecku na jej przybycie
 - Zaczyniesz natychmiast uciskać klatkę piersiową
 - Wykonasz 5 wdechów metodą usta-usta po wcześniejszym udzieleniu dróg oddechowych**
 - Zaczyniesz masować szyję ruchami posuwistymi od klatki piersiowej w kierunku ust

18. Porażenie prądem elektrycznym powoduje często:
- Rany w miejscu wejścia i wyjścia prądu
 - Zaburzenie lub zatrzymanie pracy serca
 - Utratę przytomności
 - Wszystkie odpowiedzi są poprawne**
19. W przypadku odmrożonej kończyny:
- Należy ogrzewać ją w ciepłej wodzie
 - Należy ogrzewać całe ciało i podać ciepłe napoje do picia**
 - Oklepywać i rozmasować odmrożoną część ciała
 - Nie wolno ogrzewać poszkodowanego samodzielnie, należy zrobić to w szpitalu
20. Amputowany w wyniku urazu palec należy:
- Wytrzeć do sucha i owinąć gazą
 - Umieścić w wodzie z lodem
 - Umieścić w suchym worku, a ten z kolei w wodzie z lodem**
 - Nie należy go dotykać
21. Częstość pracy serca u osoby dorosłej wynosi w spoczynku:
- 70-80 uderzeń/minutę**
 - 12-20 uderzeń/minutę
 - 80-120 uderzeń/minutę
 - 50-60 uderzeń/minutę
22. W trakcie sprawdzania oddechu przez 10 sekund usłyszano 3 pełne oddechy, zatem poszkodowany oddycha:
- 10 oddechów na minutę
 - 18 oddechów na minutę**
 - 30 oddechów na minutę
 - 12 oddechów na minutę
23. Krew bogata w tlen rozprowadzana jest w ciele człowieka za pomocą:
- Tętnic
 - Żył
 - Z płuc do serca żyłami, z serca natomiast tętnicami**
 - Z płuc do serca tętnicami, z serca natomiast żyłami
24. Zawał serca polega na:
- Niedokrwieniu mięśnia sercowego w wyniku niedrożności naczyń wieńcowych**
 - Przepełnieniu serca krwią
 - Zatrzymaniu akcji serca
 - Przesunięciu serca w klatce piersiowej

25. Koc ratowniczy (folia NRC):
- Służy tylko do ochrony poszkodowanego przed utratą ciepła
 - Służy tylko do ochrony poszkodowanego przed promieniami słonecznymi
 - Może chronić przez utratą ciepła oraz przed promieniami słonecznymi w zależności, którą stroną (srebrną czy złotą) okryty jest poszkodowany**
 - Jest stosowana, aby poszkodowany się nie pobrudził
26. Resuscytację krążeniowo-oddechową u osób dorosłych rozpoczynamy od:
- 30 uciśnień klatki piersiowej**
 - 2 wdechów ratowniczych
 - Uderzenia pięścią w mostek
 - Kolejność rozpoczęcia nie ma znaczenia
27. W przypadku krwotoku z rany przedramienia należy:
- Założyć opatrunek uciskowy i unieść kończynę do góry**
 - Tylko założyć opatrunek uciskowy, nie wolno unosić kończyny
 - Ucisnąć poniżej zranienia i unieść kończynę
 - Położyć poszkodowanego na plecach i założyć opaskę uciskową powyżej rany
28. Resuscytację krążeniowo-oddechową możesz przerwać:
- Gdy uznasz, że nie masz już siły**
 - Po 30 minutach
 - Gdy usłyszysz nadjeżdżającą karetkę pogotowia
 - Nigdy nie możesz przerwać resuscytacji krążeniowo-oddechowej
29. U poszkodowanego nieprzytomnego leżącego na brzuchu:
- Sprawdzasz oddech i zostawiasz w zastanej pozycji
 - Obracasz na plecy i sprawdzasz oddech**
 - Nie sprawdzasz oddechu, jeśli pozycja poszkodowanego to uniemożliwia
 - Żadna odpowiedź nie jest prawidłowa
30. W przypadku złamania kości kończyny dolnej, unieruchamiasz:
- Kość w miejscu złamania
 - Kość i dwa sąsiednie stawy**
 - Dwa sąsiednie stawy
 - Unieruchamiamy całą kończynę bandażem elastycznym