

1. Udrożnienie dróg oddechowych:
 - a. wykonujemy u każdego nieprzytomnego
 - b. wykonujemy tylko po stwierdzeniu braku oddechu
 - c. nie wykonujemy nigdy, jeśli podejrzewamy uraz kręgosłupa
2. Pozycja bezpieczna:
 - a. może być zastosowana gdy poszkodowany nie oddycha prawidłowo
 - b. umożliwia utrzymanie drożności dróg oddechowych i zmniejsza ryzyko zachłyśnięcia
 - c. zabezpiecza pacjenta przy urazach kręgosłupa
3. Co należy zrobić najpierw, w sytuacji, gdy ktoś się dławi:
 - a. wykonać 5 uderzeń w plecy
 - b. zachęcać do kaszlu
 - c. wykonać 5 uciśnień nadbrzusza
4. Pierwsze ogniwo w łańcuchu przeżycia to obecnie:
 - a. wczesne zabiegi resuscytacyjne (czynności ratujące życie)
 - b. wczesne rozpoznanie zagrożenia i wezwanie pomocy
 - c. wczesne podjęcie czynności ratujących życie
5. Jedziesz z klasą na wycieczkę. Nagle autokar, którym jedziecie, zjeżdża z drogi i koziółkuje kilkakrotnie. Wokół siebie widzisz pełno pogiętych blach oraz rannych i nieprzytomnych kolegów. Co musisz zrobić najpierw?
 - a. poprosić przytomnego dorosłego albo sam zadzwonić pod numer 112
 - b. ocenić stan najbliższej znajdujących się osób i próbować im pomóc
 - c. wydostać się z autobusu
6. Czy człowiek po zatrzymaniu krążenia może jeszcze oddychać:
 - a. tak – czasami wykonuje pojedyncze nieprawidłowe oddechy (tak zwane agonalne)
 - b. nie – nigdy
 - c. tak – może oddychać prawidłowo
7. Jeśli w odludnym miejscu znalazłeś nieprzytomnego dorosłego człowieka i stwierdzasz, że nie oddycha (i nie masz przy sobie telefonu komórkowego):
 - a. wykonujesz zabiegi reanimacyjne aż do przybycia pomocy
 - b. natychmiast udajesz się po pomoc, a po powrocie wykonujesz zabiegi reanimacyjne
 - c. starasz się ułożyć go w pozycji bezpiecznej

8. Pięć uderzeń w plecy przy zadławieniu możemy zastosować:
 - a. u niemowląt i starszych dzieci
 - b. u dorosłych, niemowląt i starszych dzieci
 - c. tylko u dorosłych
9. AED to dostępny w miejscach publicznych:
 - a. analizator rytmu serca
 - b. urządzenie elektryczne służące do reanimacji
 - c. urządzenie umożliwiające defibrylację u poszkodowanego z zatrzymaniem krążenia
10. Jeśli u poszkodowanego z zatrzymaniem krążenia i oddechu nie możesz (z różnych przyczyn) wykonywać oddechów ratowniczych:
 - a. czekasz aż przybędzie fachowa pomoc
 - b. wykonujesz tylko uciśnięcia klatki piersiowej
 - c. na przemian rozkładasz i składasz ramiona poszkodowanego żeby zapewnić ruchy klatki piersiowej
11. Starsza siostra suszy włosy w łazience przy pomocy elektrycznej suszarki i śpiewa przy tym głośno. W pewnym momencie zapada nagle cisza. Po otwarciu drzwi łazienki stwierdzasz, że siostra leży na podłodze i nie odpowiada. Co robisz?
 - a. chwytasz ją za ramię i potrząsasz żeby sprawdzić czy jest przytomna
 - b. oblewasz ją wodą, bo na pewno zemdląła
 - c. biegniesz po kogoś dorosłego żeby szybko wyłączył prąd
12. Pod numer 112 można dzwonić:
 - a. w całej Polsce
 - b. w całej Europie
 - c. na całym świecie
13. Wykonanie 30 uciśnień klatki piersiowej powinno zająć około:
 - a. 1 minuty
 - b. 30 sekund
 - c. 18 sekund
14. Co ile czasu należy sprawdzać czy powróciły oddech i tętno u poszkodowanego w trakcie stosowania oddechów ratowniczych i uciskania klatki piersiowej
 - a. co 5 minut
 - b. co 1 minutę
 - c. gdy poszkodowany zacznie się poruszać

15. Jeżeli starszy człowiek nagle skarży się na bardzo silny, duszący ból w klatce piersiowej, nie ustępujący po odpoczynku to podejrzewamy:
- złamanie żeber
 - zawał serca
 - zadławienie
16. Aktualnie zalecana częstość uciskania klatki piersiowej to około:
- 60 uciśnień na minutę
 - 100 uciśnień na minutę
 - 160 uciśnień na minutę
17. Przy masywnym krwawieniu z rany poza zaopatrzeniem rany należy:
- unieść zranioną kończynę powyżej poziomu serca
 - zapewnić poszkodowanemu ciepło
 - obie odpowiedzi są prawidłowe
18. Twoja kuzynka straciła przytomność. Wybierz odpowiedź podającą właściwą kolejność podjętych przez Ciebie działań:
- udrażniam drogi oddechowe, sprawdzam reakcję, układam kuzynkę w pozycji bezpiecznej, sprawdzam oddychanie, dzwonię po pogotowie
 - sprawdzam zagrożenie, sprawdzam reakcję, wzywam pomoc, sprawdzam oddychanie, udrażniam drogi oddechowe, układam kuzynkę w pozycji bezpiecznej, wzywam pogotowie
 - wołam o pomoc i wzywam pogotowie, udrażniam drogi oddechowe i sprawdzam reakcję, układam kuzynkę w pozycji bezpiecznej, czekam na pomoc
19. Uciśnięcia klatki piersiowej w czasie wykonywania czynności ratujących życie (resuscytacji) powinny powodować obniżanie a potem wznoszenie klatki piersiowej o około:
- 4-5 cm
 - 1-2 cm
 - powinno naciskać się z całej siły
20. W czasie wycieczki rowerowej kolega przewrócił się. Okazało się, że na nodze ma głęboką ranę, w której tkwi dwucentymetrowy kawałek patyka. Co należy zrobić:
- usunąć patyk, a następnie przemyć ranę i założyć opatrunek
 - nie usuwając patyka założyć opatrunek, który zatrzyma krwawienie
 - dokładnie oczyścić ranę również w środku

21. Nadgarstki w czasie uciskania klatki piersiowej powinny znajdować się:
- pośrodku klatki piersiowej
 - na mostku tuż powyżej miejsca złączenia żeber
 - po lewej stronie klatki piersiowej obok mostka
22. Ocenę czy poszkodowany oddycha wykonujemy przez:
- 10 sekund
 - pół minuty
 - 2 minuty
23. Jeżeli osoba, która się dławi straci przytomność:
- kontynuujemy uderzenia w plecy i uciskanie nadbrzusza
 - układamy ją w pozycji bezpiecznej
 - układamy ją na ziemi i rozpoczynamy wykonywanie czynności ratujących życie – uciskanie klatki piersiowej i oddechy ratownicze
24. Uciskanie klatki piersiowej i oddechy ratownicze wolno przerwać gdy:
- jesteśmy już bardzo zmęczeni i nie mamy sił dalej wykonywać czynności
 - powróci oddech lub lekarz pogotowia przejmie akcję reanimacyjną
 - obie odpowiedzi są prawidłowe
25. Po jakim czasie od zatrzymania oddychania w mózgu zachodzą trwałe zmiany ?
- 30 sekund
 - 30 - 40 minut
 - 3 – 5 minut