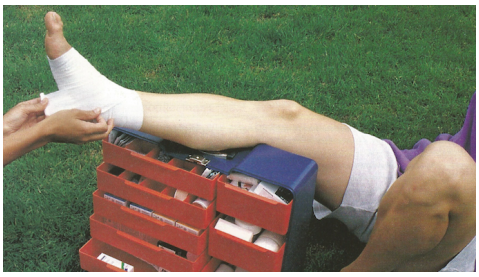
YoungstarsWiki.org

WYSŁANE PRZEZ
Irmgard

ON
06.04.2016

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Urazy sportowe_II



Doszło do wypadku – co robić?

- Nie panikować

- Podjąć i nakazać natychmiastowe działania

- Poinformować

Zawartość pliku Sports Injuries_1.part.pdf

Urazy skóry

- otarcia
- Pęcherze
- Pęknięcia, siniaki i skaleczenia
- Oparzenia
- Urazy spowodowane zimnem

Urazy mięśni

- Naciągnięcie mięśnia
- Naciągnięcie mięśnia
- Zerwanie mięśnia
- Sztywność mięśni
- Stłuczenie mięśnia
- Ból mięśni
- Skurcz mięśni

Urazy kości

- Siniaki i zapalenie okostnej
- Złamania kości
- Urazy pleców, chwyt łopatkowy

Urazy stawów

- Skręcenie
- Zwichnięcie

Urazy ścięgien

- Zapalenie ścięgna

- Ramię tenisisty
- Łokieć tenisisty
- Ból ścięgna Achillesa
- Zerwanie ścięgna

Indeks urazów sportowych_część 2.pdf

Urazy szczególne

- Udar słoneczny
- Udar cieplny
- Omdlenie
- Wstrząs mózgu
- Urazy oczu
- Krwawienie z nosa
- Złamanie nosa
- Ucho Ringera
- Sinica paznokcia
- Stłuczenie jąder
- Uraz zęba
- Ostra choroba wysokościowa
- Hipoglikemia

Broszura wydana przez ESSM Magglingen Youth+Sport

Urazy sportowe_część 1
Urazy sportowe – część 2

Źródło:

Treść i zdjęcia: ESSM Magglingen, Youth+ Sport, broszura LHB www.ehsm.ch

Autor: dr R. Biedert

Weitere Informationen

Kategorie
Magazyn i organizacja

Tagi
Pierwsza pomoc
Wypadek
Bezpieczeństwo
Działania natychmiastowe
Profilaktyka

Wiek
Brak dostępnych danych.

Liczba uczestników
Brak dostępnych danych.

Biblia
Brakuje tej informacji.

Czas trwania
Brak dostępnych danych.

Materiał
Prawie bez wysiłku

Pobieranie plików
Plik do pobrania dostępny

KI Generierter Inhalt
Zawartość
Kategorie
Tagi
Wiek
Liczba uczestników
Biblia
Czas trwania
Materiał

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/pl/wiki/art/urazy-sportoweii