



ΚΥΠΡΙΑΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ,  
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ  
ΜΕΣΗΣ ΓΕΝΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

**ΠΑΓΚΥΠΡΙΕΣ ΓΡΑΠΤΕΣ ΕΞΕΤΑΣΕΙΣ**  
**ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ ΣΧΟΛΙΚΗΣ ΧΡΟΝΙΑΣ 2019-2020**

**ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ:** .....

**ΛΥΚΕΙΟ:** ..... **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ:** Τετάρτη 18/12/2019

**ΤΑΞΗ Β΄ – ΤΜΗΜΑ:** ..... **ΧΡΟΝΟΣ ΓΡΑΠΤΗΣ ΕΞΕΤΑΣΗΣ:** 45΄

**ΒΑΘΜΟΣ:** Αριθμητικώς:..... Ολογράφως:.....

Υπογραφή:.....

Να απαντηθούν όλες οι ερωτήσεις του εξεταστικού δοκιμίου. Το δοκίμιο αποτελείται από τρία μέρη και επτά (7) σελίδες. Η γραπτή εξέταση καλύπτει το 40% της ολικής εξέτασης.

**Α΄ ΜΕΡΟΣ:** ( ΜΟΝΑΔΕΣ 30 )

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση. Κάθε σωστή επιλογή βαθμολογείται με τρεις (3) μονάδες.

1. Σε παιδί το οποίο έχει χάσει τις αισθήσεις του και μετά από έλεγχο δεν αναπνέει, ο πρώτος βοηθός πρέπει να αρχίσει Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ) η οποία περιλαμβάνει:

- α) 15 συμπίεσεις στο στήθος και 2 εμφυσήσεις διάσωσης στόμα με στόμα
- β) 30 συμπίεσεις στο στήθος και 5 εμφυσήσεις διάσωσης στόμα με στόμα
- γ) 5 αρχικές εμφυσήσεις διάσωσης, 30 συμπίεσεις στο στήθος και 2 εμφυσήσεις διάσωσης στόμα με στόμα
- δ) 5 αρχικές εμφυσήσεις διάσωσης, 15 συμπίεσεις στο στήθος και 5 εμφυσήσεις διάσωσης στόμα με στόμα

**2. Ενώ περπατάτε στο πάρκο, μεσήλικας άντρας εμφανίζει δύσπνοια και παραπονιέται για ένα σφικτό πόνο στο στήθος. Για να αντιμετωπίσετε την κατάσταση:**

- α) Τον ενθαρρύνετε να σηκωθεί και να κινηθεί αργά - αργά σε ένα πιο δροσερό και ήσυχο μέρος
- β) Τον βάζετε να ξαπλώσει στο έδαφος και ανασηκώνετε τα πόδια του ψηλά
- γ) Τον βοηθάτε να καθίσει σε άνετη θέση, τον καθησυχάζετε και καλείτε αμέσως ασθενοφόρο
- δ) Καλείτε αμέσως βοήθεια και αρχίζετε αμέσως Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ)

**3. Σε περίπτωση επεισοδίου ηλεκτροπληξίας με ηλεκτρικό ρεύμα χαμηλής έντασης (επαφή με ελαττωματικές συσκευές, ελαττωματικούς διακόπτες, φθαρμένα καλώδια), για να προστατέψετε τον εαυτό σας και τον πάσχοντα, κάνετε τα πιο κάτω:**

- α) Πλησιάζετε τον πάσχοντα και τον απομακρύνετε γρήγορα από την αιτία
- β) Πλησιάζετε τον πάσχοντα και αφού σβήσετε τον διακόπτη της συσκευής τον απομακρύνετε γρήγορα από την αιτία
- γ) Πλησιάζετε τον πάσχοντα και αφαιρείτε την συσκευή από την πρίζα
- δ) Δεν αγγίζετε τον πάσχοντα, φωνάζετε βοήθεια και σβήνετε τον γενικό διακόπτη

**4. Όταν έχετε να φροντίσετε πολλούς τραυματίες, πρώτα φροντίζετε:**

- α) Τους πάσχοντες με σοβαρά τραύματα (αιμορραγίες, εγκαύματα κ.λπ.)
- β) Τους αναισθητους και όσους κινδυνεύει η ζωή τους
- γ) Τους μικροτραυματισμούς
- δ) Αυτούς που φωνάζουν και φαίνεται να υποφέρουν πολύ

**5. Ο Πνιγμός μπορεί να προκαλέσει τον θάνατο μέσω ασφυξίας. Η ασφυξία οφείλεται είτε σε εισρόφηση νερού από την αναπνευστική οδό είτε σε σπασμό του λάρυγγα (όταν έρθει σε επαφή η επιγλωττίδα με το νερό). Για να δώσετε φροντίδα σε περίπτωση πνιγμού:**

- α) Ξαπλώστε τον πάσχοντα κάτω, πάνω σε ένα πολύ μαλακό στρώμα και αρχίστε αμέσως ΚΑΡΠΑ
- β) Ανοίξτε τον αεραγωγό, ελέγξτε για φυσιολογική αναπνοή και αν δεν αναπνέει αρχίστε αμέσως ΚΑΡΠΑ
- γ) Εάν χρειαστεί να εφαρμόσετε ΚΑΡΠΑ, δώστε πρώτα 5 κοιλιακές ώσεις για να απομακρυνθεί το νερό από το στομάχι
- δ) Ξαπλώστε τον πάσχοντα σε θέση ανάνηψης για απομάκρυνση των υγρών και αρχίστε ΚΑΡΠΑ

**6. Ένα πολύ συχνό φαινόμενο μετά από χτύπημα, είναι η αιμορραγία από τη μύτη (ρινορραγία). Σε αυτή την περίπτωση:**

- α) Συμβουλεύουμε τον πάσχοντα να καθίσει και να φυσήξει τη μύτη του δυνατά.
- β) Συμβουλεύουμε τον πάσχοντα να καθίσει και να γείρει το κεφάλι προς τα πίσω.
- γ) Συμβουλεύουμε τον πάσχοντα να καθίσει και να σκύψει ελαφρά το κεφάλι μπροστά.
- δ) Συμβουλεύουμε τον πάσχοντα να καθίσει και να ακουμπήσει το κεφάλι στα γόνατα.

**7. Κάταγμα είναι το σπάσιμο ή η συντριβή ενός οστού που προκαλείται από άμεση ή έμμεση δύναμη, στροφή ή χτύπημα. Πρώτη σας ενέργεια θα πρέπει να είναι:**

- α) Να διαγνώσετε αν το κάταγμα είναι ολικό ή απλό ράγισμα
- β) Να ακινητοποιήσετε, σταθεροποιήσετε και υποστηρίξετε το τραυματισμένο μέλος και να φροντίσετε τη μεταφορά του πάσχοντα στο νοσοκομείο
- γ) Να δροσίσετε τον πάσχοντα δίνοντάς του να πει νερό ή χυμούς (όχι πολύ παγωμένους)
- δ) Να γίνει άμεση προσπάθεια να ανατάξετε τα σπασμένα οστά

**8. Τα κτυπήματα στη σπονδυλική στήλη θεωρούνται πάντα ως πολύ σοβαρή κατάσταση. Τα συμπτώματα ποικίλουν, ανάλογα με τον σπόνδυλο που υπέστη τη βλάβη. Σε κακώσεις της σπονδυλικής στήλης:**

- α) Θα πρέπει να υποψιάζεστε κάταγμα ή κάκωση της αυχενικής μοίρας και να αποφεύγετε κάθε προσπάθεια κίνησης
- β) Πρέπει να μετακινήσετε τον πάσχοντα, ώστε να διατηρηθεί η ευθυγράμμιση της σπονδυλικής στήλης, της κεφαλής και του αυχένα
- γ) Σε όλες τις περιπτώσεις πρέπει να εφαρμόσετε αυχενικό κολάρο για προστασία της αυχενικής μοίρας
- δ) Αν ο πάσχοντας δεν ανταποκρίνεται, είναι προτιμότερο να τοποθετείται έχοντας ψηλότερα τα πόδια για καλύτερη αιμάτωση του εγκεφάλου

**9. Η μεγάλη επιληψία χαρακτηρίζεται από κρίσεις που ονομάζονται συχνά τονικές - κλονικές, οι οποίες είναι δραματικές. Η σωστή αγωγή για να βοηθήσετε άτομο με επιληπτική κρίση είναι:**

- α) Να στηρίξετε ελαφρά τον πάσχοντα, για να τον προστατεύσετε από τραυματισμό
- β) Να απομακρύνετε αιχμηρά ή επικίνδυνα αντικείμενα από κοντά του και προστατεύετε το κεφάλι του
- γ) Όταν σταματήσουν οι σπασμοί, να τον τοποθετήσετε σε θέση ανάντησης.
- δ) Όλα τα πιο πάνω

**10. Τα εγκαύματα πολλές φορές καταστρέφουν την επιδερμίδα και είναι πολύ επώδυνα. Για την αντιμετώπισή τους, αφού βοηθήσετε τον πάσχοντα να ξαπλώσει:**

- α) Ξεπλένετε το έγκαυμα με άφθονο νερό για 10 – 15 λεπτά.
- β) Σκεπάζετε το έγκαυμα με μαλακό βαμβάκι.
- γ) Τοποθετείτε παγάκια αφού απ' ευθείας πάνω στο τραύμα.
- δ) Τοποθετείτε οδοντόκρεμα ή βούτυρο πάνω στην πληγή.

**Β΄ ΜΕΡΟΣ:**

**( ΜΟΝΑΔΕΣ 30 )**

**Να απαντήσετε υπογραμμίζοντας ή κυκλώνοντας τη λέξη «ΣΩΣΤΟ» ή «ΛΑΘΟΣ» σε όλες τις πιο κάτω ερωτήσεις. Κάθε σωστή ερώτηση βαθμολογείται με τρεις (3) μονάδες.**

**1.** Καταπληξία είναι η κατάσταση η οποία προκαλείται μετά από μεγάλη απώλεια αίματος, όταν η καρδιά δεν μπορεί να προωθήσει αίμα στο κυκλοφορικό σύστημα, με αποτέλεσμα τη μείωση του οξυγόνου στα ζωτικά όργανα του σώματος και κυρίως του εγκεφάλου. Είναι μια κατάσταση η οποία απειλεί τη ζωή.

**ΣΩΣΤΟ/ΛΑΘΟΣ**

**2.** Όταν εφαρμόζετε Καρδιοπνευμονική Αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ), για να είναι αποτελεσματικές οι εμφυσέςεις διάσωσης θα πρέπει να κλείνετε με το ένα χέρι απαλά το στόμα του πάσχοντα.

**ΣΩΣΤΟ/ΛΑΘΟΣ**

**3.** Εφαρμόζοντας τους κανόνες της Αρχικής Αξιολόγησης κάθε φορά που θα παρέχονται Πρώτες Βοήθειες, φροντίζετε πρώτα την Ασφάλεια. Πλησιάζετε στον χώρο, αφού απομακρυνθούν όλοι οι κίνδυνοι και η περιοχή γίνει ασφαλής για τον Πρώτο Βοηθό, τον πάσχοντα και τους παρευρισκόμενους.

**ΣΩΣΤΟ/ΛΑΘΟΣ**

**4.** Τα επιθέματα καλύπτουν τα τραύματα, προλαβαίνουν τη μόλυνση από μικρόβια και βοηθούν στη διαδικασία πήξης του αίματος. Όπου είναι δυνατό πρέπει να χρησιμοποιούνται αποστειρωμένα.

**ΣΩΣΤΟ/ΛΑΘΟΣ**

**5.** Η πνιγμονή οφείλεται, κατά κανόνα, σε απόφραξη του αεραγωγού από ξένο σώμα, (συνήθως φαγητό), με αποτέλεσμα τη διακοπή της διόδου του αέρα. Όταν συμβεί σε παιδιά και βρέφη, πρέπει να αποφύγουμε οποιαδήποτε ενέργεια και να μεταφέρουμε τον πάσχοντα στο νοσοκομείο.

**ΣΩΣΤΟ/ΛΑΘΟΣ**

**6.** Υπεραερισμός είναι η εκούσια ή ακούσια αύξηση της αναπνευστικής συχνότητας με γρήγορες και βαθιές αναπνοές. Οι πιθανές αιτίες μπορεί να περιλαμβάνουν τόσο παθολογικά όσο και ψυχολογικά αίτια. Για την αντιμετώπιση του υπεραερισμού βάλτε τον πάσχοντα να εκπνέει και εισπνέει μέσα σε μια χάρτινη σακούλα.

**ΣΩΣΤΟ/ΛΑΘΟΣ**

**7.** Σε όλες τις περιπτώσεις εξωτερικής αιμορραγίας, στις οποίες θα χρειαστεί να παρέχουμε βοήθεια, θα πρέπει αφού πρώτα ελέγξουμε για ξένο σώμα, να προχωρήσουμε στην εφαρμογή άμεσης πίεσης, ώστε να μειωθεί η ροή του αίματος.

**ΣΩΣΤΟ/ΛΑΘΟΣ**

**8.** Κάταγμα είναι το σπάσιμο ή η συντριβή ενός οστού που προκαλείται από άμεση ή έμμεση δύναμη στροφή ή χτύπημα. Η πρώτη ενέργεια για την αντιμετώπιση της κατάστασης είναι να ανατάξετε το σπασμένο οστό στη θέση του.

**ΣΩΣΤΟ/ΛΑΘΟΣ**

**9.** Επιληψία είναι η αιφνίδια, σύντομη, ακούσια διαταραχή της φυσιολογικής ηλεκτρικής δραστηριότητας του εγκεφάλου. Στη μεγάλη επιληψία, κατά τη διάρκεια των σπασμών, στόχος του Πρώτου Βοηθού είναι να τοποθετήσει κάτι σκληρό στο στόμα του πάσχοντα για να τον προστατέψει από το δάγκωμα της γλώσσας.

**ΣΩΣΤΟ/ΛΑΘΟΣ**

**10.** Η εκτίμηση από απόσταση της πρώτης εικόνας του πάσχοντα είναι εξίσου σημαντική, για να γίνει ένας αρχικός απολογισμός της σοβαρότητας της κατάστασης, αλλά και για να δοθεί η ευκαιρία να οργανώσετε τις σκέψεις και τις ενέργειές σας για πιο άμεση και αποτελεσματική αντιμετώπιση.

**ΣΩΣΤΟ/ΛΑΘΟΣ**

**Γ' ΜΕΡΟΣ:**

**( ΜΟΝΑΔΕΣ 40 )**

**Να απαντήσετε σε όλες τις ερωτήσεις. Κάθε σωστή ερώτηση βαθμολογείται με δέκα (10) μονάδες.**

**1.** Η ρινορραγία προκαλείται όταν αιμοφόρα αγγεία μέσα στη μύτη παθαίνουν ρήξη. Ενώ παίζετε καλαθόσφαιρα μια μπάλα έχει κτυπήσει στο πρόσωπο την Ελένη, με αποτέλεσμα να τρέχει αίμα από τη μύτη της.

**Περιγράψτε τη σειρά των βασικών ενεργειών που πρέπει να κάνετε για να αντιμετωπίσετε την κατάσταση:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**2. Η Υποθερμία εκδηλώνεται όταν κάποιος είναι εκτεθειμένος στο κρύο και η θερμοκρασία του σώματος πέσει κάτω από 32ο C (90ο F). Οι κίνδυνοι ποικίλλουν, ανάλογα με την ταχύτητα εκδήλωσης της υποθερμίας και τον βαθμό πτώσεως του επιπέδου της θερμοκρασίας.**

**Περιγράψτε τη σειρά των βασικών ενεργειών που πρέπει να κάνετε για να αντιμετωπίσετε την κατάσταση:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**3. Ενώ βρίσκεστε στο πάρκο με τους φίλους σας, παρατηρείτε μεσήλικα άντρα να βρίσκεται ξαπλωμένος και ακίνητος στο έδαφος. Να περιγράψετε τις πρώτες ενέργειες (αρχική αξιολόγηση) που θα ακολουθήσετε για την αντιμετώπιση της κατάστασης.**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**4α. Βρίσκεστε σε φιλικό σπίτι για δείπνο. Κατά τη διάρκεια του δείπνου, ενώ βρίσκεστε ακόμη στο τραπέζι, μια από τις καλεσμένες φίλες σας δυσκολεύετε να μιλήσει, να βήξει και να αναπνεύσει. Τη βλέπετε να κάνει χειρονομίες αγωνίας και να πιάνει το λαιμό της. Περιγράψετε τη σωστή σειρά των τριών ενεργειών που πρέπει να εφαρμόσετε, για τη σωστή αντιμετώπιση της κατάστασης.**

α.

---

---

β.

---

---

γ.

---

---

**4β. Τι πρέπει να κάνετε αν μετά την εφαρμογή των ενεργειών δεν απελευθερωθεί ο αεραγωγός και η πάσχουσα χάσει τις αισθήσεις της και σταματήσει να αναπνέει;**

---

---

---

---

ΤΕΛΟΣ