

# Περιεχόμενα

---

## **Κεφάλαιο Α: Ας Γνωρίσουμε το Σώμα μας. . . . . 15**

Το Αναπνευστικό μας Σύστημα. . . . .	17
Όργανα Αναπνευστικού Συστήματος . . . . .	17
Η Αναπνοή. . . . .	21
Το Κυκλοφορικό Σύστημα. . . . .	24
Τα Όργανα του Αιμοφόρου Κυκλοφορικού Συστήματος. . . . .	26
Το Κινητικό Σύστημα. . . . .	33
Οστικό Σύστημα ή Σκελετός. . . . .	33
Το Μυϊκό Σύστημα . . . . .	38
Το Νευρικό Σύστημα. . . . .	42
Αυτόνομο Νευρικό Σύστημα . . . . .	44
Πεπτικό Σύστημα. . . . .	46
Το Απεκκριτικό Σύστημα. . . . .	49

## **Κεφάλαιο Β: Η Διάγνωση . . . . . 51**

Πως Εκτιμούμε την Κατάσταση . . . . .	53
---------------------------------------	----

## **Κεφάλαιο Γ: Οι Πρώτες Βοήθειες. . . . . 73**

Διαταραχές του Αναπνευστικού Συστήματος. . . . .	75
Δυσλειτουργία του Καρδιαγγειακού Συστήματος . . . . .	93
Λιποθυμία. . . . .	95
Αναφυλακτικό Σοκ . . . . .	96
Διαταραχές της Καρδιάς. . . . .	98
Εξωτερική Αιμορραγία. . . . .	104
Εσωτερική Αιμορραγία . . . . .	111
Η Ρινορραγία . . . . .	112

Τραύματα στα Μάτια . . . . .	114
Δαγκώματα Ζώων . . . . .	116
Τσιμπήματα Εντόμων . . . . .	118
Δάγκωμα Φιδιού . . . . .	120
Εγκαύματα . . . . .	121
Το Νευρικό Σύστημα και η Απώλεια της Συνείδησης .	129
Υποθερμία . . . . .	138
Δηλητηρίαση . . . . .	141
Μυοσκελετικές Κακώσεις . . . . .	143

### **Κεφάλαιο Δ: Καρδιοαναπνευστική Αναζωογόνηση 161**

Καρδιοαναπνευστική Αναζωογόνηση . . . . .	163
Η Σωστή Θέση κατά την [ΚΑΑ] . . . . .	164
Τεχνητή Αναπνοή [Το φιλί της ζωής] . . . . .	165
Η Επαναφορά του Σφυγμού . . . . .	167
Καρδιοαναπνευστική Επαναφορά . . . . .	169
Καρδιοαναπνευστική Επαναφορά σε Ενήλικα . . . . .	171
Καρδιοαναπνευστική Επαναφορά σε Μωρό . . . . .	174
Καρδιοαναπνευστική Επαναφορά σε Παιδί . . . . .	177

### **Κεφάλαιο Ε: Πρόληψη Ατυχημάτων . . . . . 179**

Η Ασφάλεια των Μικρών Μαθητών . . . . .	181
Αιτίες Ατυχημάτων . . . . .	181
Πρόληψη Ατυχημάτων Ενηλίκων . . . . .	187
Τρόποι Μεταφοράς Τραυματισμένου . . . . .	193
Η Υγεία των Παιδιών Προσχολικής Ηλικίας . . . . .	197
Οι Κύριες Αιτίες Θανάτου . . . . .	199
Απαραίτητα Υλικά Πρώτων Βοηθειών . . . . .	201

Βιβλιογραφία . . . . .	205
------------------------	-----

Σύντομο Βιογραφικό Σημείωμα . . . . .	211
---------------------------------------	-----