









- 1** Które środki alarmowe są środkami zastępczymi? (... / 1 p.)
 A. syreny stacjonarne B. rozgłośnie telewizyjne i radiowe C. dzwony kościelne
- 2** Jaki sygnał dźwiękowy nadaje się w przypadku odwołania alarmu? (... / 1 p.)
 A. modulowany, trwający 3 minuty
 B. ciągły, trwający 3 minuty
 C. przerywany, 20 s wycia syreny i 10 s ciszy, trwający 3 minuty
- 3** Jak należy się zachować po ogłoszeniu alarmu w szkole? (... / 1 p.)
 A. Trzeba zachować spokój oraz opuścić szkołę zgodnie z planem ewakuacji i ze wskazówkami osób kierujących ewakuacją.
 B. Trzeba jak najszybciej opuścić budynek wejściem głównym.
 C. Trzeba przyjąć rolę kierownika grupy i wyprowadzić kolegów ze szkoły.
- 4** Kiedy jest prowadzona ewakuacja II stopnia? (... / 1 p.)
 A. po wystąpieniu miejscowego zagrożenia, np. pożaru budynku
 B. po wystąpieniu tzw. wielkoobszarowego zagrożenia, np. powodzi
 C. po wystąpieniu zagrożenia militarnego, szczególnie podczas wojny, np. przed bitwą
- 5** Który stopień ewakuacji ogłasza się w związku z wystąpieniem miejscowego zagrożenia, np. pożaru budynku? (... / 1 p.)
 A. I stopień B. II stopień C. III stopień
- 6** Na którym zdjęciu jest przedstawiona syrena alarmowa ręczna? (... / 1 p.)
 A.  B.  C. 
- 7** Co przedstawia poniższe zdjęcie? (... / 1 p.)
 A. syrenę alarmową
 B. ręczny megafon uliczny
 C. stacjonarną syrenę alarmową 
- 8** Co oznacza znak ewakuacyjny przedstawiony na rysunku? (... / 1 p.)
 A. Drzwi ewakuacyjne.
 B. Przesunąć w celu otwarcia.
 C. Pchać, aby otworzyć drzwi. 
- 9** Który z przedstawionych znaków informacyjnych oznacza miejsce zbiórki podczas ewakuacji? (... / 1 p.)
 A.  B.  C. 

- 10** Jak nazywa się pomoc udzielaną poszkodowanemu przez wykwalifikowany personel medyczny w ramach zespołu ratowniczego lub w szpitalnym oddziale ratunkowym? (... / 1 p.)
- A. pierwsza pomoc
 - B. kwalifikowana pierwsza pomoc
 - C. medyczne czynności ratunkowe
- 11** Kto ma obowiązek udzielenia poszkodowanemu pierwszej pomocy? (... / 1 p.)
- A. wszyscy, na miarę swojej wiedzy, umiejętności oraz możliwości, jakie w danym miejscu i okolicznościach są dostępne
 - B. jedynie przeszkoleni do tego ratownicy, np. GOPR, WOPR, strażacy dysponujący specjalistycznym sprzętem ratowniczym i szerokimi kompetencjami w tym zakresie
 - C. wyłącznie wykwalifikowany personel medyczny w ramach zespołu ratownictwa medycznego lub w szpitalnym oddziale ratunkowym
- 12** Od którego momentu liczy się bieg złotej godziny (60 minut, podczas których poszkodowany powinien zostać poddany zabiegom w warunkach szpitalnych)? (... / 1 p.)
- A. od momentu zaistnienia zdarzenia zagrażającego życiu poszkodowanego
 - B. od chwili rozpoczęcia udzielania pierwszej pomocy
 - C. od czasu przyjazdu zespołu ratowniczego
- 13** Jakich środków zastępczych można użyć do tamowania krwotoku, gdy nie mamy pod ręką apteczki pierwszej pomocy? (... / 1 p.)
- A. chusteczek higienicznych lub ręczników papierowych
 - B. bawełnianej koszulki, ręcznika
 - C. waty, płatków kosmetycznych
- 14** Jakich środków nie powinna zawierać samochodowa apteczka pierwszej pomocy? (... / 1 p.)
- A. materiałów opatrunkowych
 - B. ostrych narzędzi, takich jak np. nożyce, nóż do cięcia pasów
 - C. leków i środków odkażających
- 15** W jakim miejscu powinny być przechowywane leki w warunkach domowych? (... / 1 p.)
- A. w dowolnym miejscu
 - B. poza zasięgiem dzieci
 - C. w miejscu łatwo dostępnym dla wszystkich domowników
- 16** Co należy zrobić, jeśli poszkodowany jest nieprzytomny? (... / 1 p.)
- A. Trzeba ułożyć go w pozycji bezpiecznej (na boku).
 - B. Należy położyć go na wznak i wykonać RKO.
 - C. Trzeba pozostawić go w pozycji zastanej lub pomóc mu przyjąć komfortową pozycję; zapytać, czy potrzebuje pomocy, i w razie potrzeby wezwać pogotowie.
- 17** Co należy zrobić, jeśli poszkodowany jest przytomny? (... / 1 p.)
- A. Trzeba ułożyć go w pozycji bezpiecznej (na boku).
 - B. Należy położyć go na wznak i wykonać RKO.
 - C. Trzeba pozostawić go w pozycji zastanej lub pomóc mu przyjąć komfortową pozycję; zapytać, czy potrzebuje pomocy, i w razie potrzeby wezwać pogotowie.
- 18** Na którym boku należy ułożyć w pozycji bezpiecznej kobietę w zaawansowanej ciąży? (... / 1 p.)
- A. na prawym
 - B. na lewym
 - C. to bez znaczenia
- 19** W jakim celu odchyła się głowę poszkodowanego do tyłu i unosi jego żuchwę? (... / 1 p.)
- A. Aby zapobiec urazom kręgosłupa.
 - B. Aby udrożnić drogi oddechowe.
 - C. Żeby rozluźnić mięśnie szyi.
- 20** Czy podczas resuscytacji krążeniowo-oddechowej zawsze musi być wykonywane sztuczne oddychanie? (... / 1 p.)
- A. Tak, musi być wykonywane bez względu na okoliczności.
 - B. Nie, jeśli ratownik nie może zastosować bezpiecznie sztucznego oddychania, może wykonywać tylko uciskanie klatki piersiowej.
 - C. Nie, nie jest ono konieczne u niemowląt.

- 21** Co to jest defibrylacja? (... / 1 p.)
A. usunięcie martwej warstwy naskórka wokół rany
B. zabieg polegający na zatrzymaniu szkodliwego migotania serca za pomocą impulsu prądu stałego
C. usunięcie ciał obcych z jamy ustnej poszkodowanego
- 22** Jaki jest prawidłowy stosunek uciśnień klatki piersiowej do oddechów ratowniczych podczas przeprowadzania resuscytacji krążeniowo-oddechowej u dzieci i niemowląt? (... / 1 p.)
A. 15 uciśnień klatki piersiowej i 2 oddechy
B. 15 uciśnień klatki piersiowej i 5 oddechów
C. 30 uciśnień klatki piersiowej i 2 oddechy
- 23** Co należy zrobić, aby usunąć małego owada, który utkwił w uchu poszkodowanego? (... / 1 p.)
A. Wyjąć owada patyczkiem z kłębkiem waty na końcu.
B. Wyciągnąć go szczypcami.
C. Usunąć go, przepłukując ucho letnią wodą.
- 24** Jak udzielić pierwszej pomocy, gdy duże ciało obce (nóż, pręt) utkwili głęboko w ciele poszkodowanego? (... / 1 p.)
A. Ułożyć poszkodowanego na wznak, z głową nieco poniżej poziomu serca.
B. Trzeba założyć opatrunek tamujący krwawienie i stabilizujący ciało obce tkwiące w ranie, a następnie przetransportować poszkodowanego do szpitala lub wezwać karetkę.
C. Należy jak najszybciej wyjąć to ciało obce i założyć opatrunek osłonowy.
- 25** Co należy zrobić, jeżeli ciało obce wbilo się w gałkę oczną poszkodowanego? (... / 1 p.)
A. Zasłonić oczy gazą lub jałowym opatrunkiem i niezwłocznie udać się z poszkodowanym do okulisty lub do szpitala.
B. Wyjąć wbity przedmiot pęsetą i niezwłocznie udać się z poszkodowanym do okulisty lub do szpitala.
C. Przepłukać oko ciepłą wodą.
- 26** Jak udzielić pierwszej pomocy osobie dorosłej, która się dławi? (... / 1 p.)
A. Zachęcać ją, by kaszlała, a jeśli to nie pomaga, wykonywać naprzemiennie 5 uderzeń w okolicę międzyłopatkową oraz 5 uciśnień podbrzusza do czasu wydostania się ciała obcego z dróg oddechowych.
B. Wykonywać oddechy ratownicze, żeby przepchnąć ciało, które utkwili w gardle.
C. Podać poszkodowanemu dużą ilość wody do popicia.
- 27** Co warto zrobić przed założeniem opatrunku na silnie krwawiącą kończynę? (... / 1 p.)
A. Warto unieść ją powyżej poziomu serca.
B. Warto przemyć ranę jodyną.
C. Warto przemyć ranę spirytusem.
- 28** Do opatrywania jakich ran stosuje się specjalistyczny opatrunek wentylowy lub improwizowany doraźnie opatrunek zastawkowy? (... / 1 p.)
A. ran głowy
B. otwartych ran klatki piersiowej
C. krwawienia z przewodu pokarmowego
- 29** Jakie są objawy krwawienia z przewodu pokarmowego? (... / 1 p.)
A. zaburzenia czucia w jednej połowie ciała
B. wymioty z żywą krwią lub treścią przypominającą fusy po kawie
C. szczękościsk i ślinotok
- 30** W jakiej pozycji powinien się znajdować poszkodowany w przypadku krwotoku z nosa? (... / 1 p.)
A. w pozycji siedzącej, z głową pochyloną do przodu
B. w pozycji siedzącej, z głową odchyloną do tyłu
C. w pozycji leżącej – na wznak
- 31** Jak nazywamy uraz, w którym kość przebija powłoki ciała? (... / 1 p.)
A. złamanie zamknięte B. skręcenie C. złamanie otwarte
- 32** Jaki uraz kończyny nazywamy skręceniem? (... / 1 p.)
A. przemieszczenie względem siebie nasad kości tworzących staw
B. naruszenie tkanek miękkich otaczających staw, ale bez przemieszczenia kości
C. przerwanie ciągłości kości

- 33** Co może być przyczyną paraliżu kończyn dolnych i braku czucia w nich u poszkodowanego w wypadku samochodowym? (... / 1 p.)
A. uraz kręgosłupa B. złamanie kości udowej C. skręcenie stawu biodrowego
- 34** Jak udzielić pierwszej pomocy w przypadku zwichnięcia stawu? (... / 1 p.)
A. Trzeba nastawić staw i zrobić opatrunek osłaniający.
B. Trzeba wyprostować uszkodzoną kończynę i zrobić opatrunek uciskowy.
C. Trzeba zrobić zimny okład w miejscu urazu i unieruchomić dwie sąsiednie struktury kostne.
- 35** Czy można przemieszczać poszkodowanego z podejrzeniem urazu kręgosłupa? (... / 1 p.)
A. Nie, nie wolno tego robić w żadnej sytuacji.
B. Można to zrobić tylko w wyjątkowych sytuacjach, np. podczas ewakuacji z płonącego pojazdu lub w przypadku nagłego zatrzymania krążenia.
C. Tak, np. po to, żeby ułożyć go w pozycji bezpiecznej.
- 36** Jakie są objawy poparzenia I stopnia? (... / 1 p.)
A. martwica tkanek, odbarwienie skóry lub zwęglona tkanka
B. pęcherze wypełnione płynem surowicznym, silny ból
C. piekący ból, zaczerwienienie skóry i obrzęk
- 37** Jak trzeba udzielić poszkodowanemu pierwszej pomocy w przypadku oparzenia skóry środkiem chemicznym? (... / 1 p.)
A. Należy przetrzeć oparzone miejsce wilgotną ściereczką.
B. Należy usunąć nadmiar substancji na sucho, a pozostałą część dokładnie spłukać wodą.
C. Należy poleć oparzone miejsce spirytusem.
- 38** Jak udzielić pierwszej pomocy poszkodowanemu, który przez przypadek napił się substancji żrącej? (... / 1 p.)
A. Trzeba podać mu do wypicia dużo płynów.
B. Nie wolno wywoływać wymiotów, podawać płynów i pokarmów (można jedynie przepłukać jamę ustną wodą), należy jak najszybciej przewieźć poszkodowanego do szpitala lub wezwać pogotowie.
C. Trzeba wywołać u poszkodowanego wymioty, a następnie jak najszybciej przewieźć go do szpitala lub wezwać pogotowie.
- 39** Co jest przyczyną udaru słonecznego? (... / 1 p.)
A. długotrwałe przebywanie w pomieszczeniu pozbawionym oświetlenia słonecznego
B. zbyt długie przebywanie w miejscu silnie nasłonecznionym
C. długotrwałe przebywanie w pomieszczeniu silnie nagrzanym promieniowaniem słonecznym, np. blaszanym garażu
- 40** Co nazywamy hipotermią? (... / 1 p.)
A. przegrzanie organizmu
B. uszkodzenie skóry i głębiej położonych tkanek na skutek miejscowego działania zimna
C. obniżenie temperatury ciała poniżej 35°C
- 41** Co jest jednym z objawów zawału serca? (... / 1 p.)
A. piekący lub gniotący ból w klatce piersiowej
B. zaburzenia mowy, widzenia, równowagi
C. drgawki częściowe albo uogólnione
- 42** Objawem jakiego stanu jest niedowład połowiczny (niemożność poruszania jedną nogą, ręką)? (... / 1 p.)
A. zawału serca B. udaru mózgu C. napadu padaczkowego
- 43** Czy ratownik jest w stanie sprawdzić, czy w pomieszczeniu, w którym znajduje się poszkodowany, jest obecny tlenek węgla (czad)? (... / 1 p.)
A. Tak, ponieważ czad ma charakterystyczny zapach.
B. Tak, ponieważ czad sprawia, że powietrze w pomieszczeniu jest mniej przezroczyste.
C. Nie, czad jest bezbarwny i bezwonny. Nie można go wykryć bez specjalistycznych przyrządów.
- 44** Co może oznaczać nienaturalne pobudzenie poszkodowanego, jego agresja? (... / 1 p.)
A. Że zatrzał się czadem.
B. Że ma napad padaczkowy.
C. Że jest pijany albo zatrzał się środkami psychoaktywnymi (narkotykami, dopalaczami).

- 45** Czego objawem może być wzmożone pragnienie poszkodowanego i wyczuwalny zapach acetonu z jego ust? (... / 1 p.)
A. niedoboru cukru w organizmie (hipoglikemia)
B. zbyt wysokiego poziomu cukru we krwi (hiperglikemia)
C. zatrucia pokarmowego
- 46** Co nazywamy anafilaksją? (... / 1 p.)
A. gwałtowną reakcję organizmu na środek uczulający (alergen)
B. zaburzenie funkcji organizmu związane z jego wyziębieniem
C. zaburzenie funkcji organizmu związane z jego przegrzaniem
- 47** Co należy zrobić w pierwszej kolejności w razie porażenia poszkodowanego prądem elektrycznym? (... / 1 p.)
A. Trzeba chwycić go pod pachy i odciągnąć go od źródła porażenia.
B. Należy odciąć dopływ prądu do urządzenia, które spowodowało porażenie, lub odsunąć je izolatorem.
C. Trzeba szybkim, zdecydowanym ruchem odsunąć nogą od poszkodowanego źródło prądu.
- 48** Gdzie WOPR prowadzi działalność ratowniczą? (... / 1 p.)
A. w wysokich partiach gór B. na terenach skażonych chemicznie C. na wodzie
- 49** Który z przedstawionych numerów telefonów to Europejski Numer Alarmowy? (... / 1 p.)
A. 998 B. 111 C. 112
- 50** Które z wymienionych zagrożeń dla bezpieczeństwa czasu pokoju zalicza się do zagrożeń spowodowanych działalnością człowieka? (... / 1 p.)
A. obfite i gwałtowne opady, powodzie
B. zanieczyszczenie środowiska
C. przestępczość zorganizowaną
- 51** Do jakiego typu zagrożeń dla bezpieczeństwa czasu pokoju zalicza się katastrofy komunikacyjne? (... / 1 p.)
A. naturalnych B. spowodowanych działalnością człowieka C. społecznych
- 52** Czym nie wolno gasić oleju płonącego na patelni? (... / 1 p.)
A. kocem gaśniczym B. wodą C. solą
- 53** Czego nie wolno robić podczas upałów? (... / 1 p.)
A. Nie wolno przebywać długo w miejscach nasłonecznionych, zwłaszcza bez nakrycia głowy.
B. Nie wolno dużo i często pić.
C. Nie wolno smarować ciała kremem ochronnym z filtrem UV.
- 54** Jak powinny się przygotować do nadejścia wichury osoby, które są w budynku? (... / 1 p.)
A. Powinny usunąć wszystkie rzeczy z parapetów i balkonów, zamknąć okna.
B. Powinny otworzyć wszystkie drzwi i okna, aby zmniejszyć napór wiatru na budynek.
C. Powinny ustawić pojazdy pod drzewami, aby zmniejszyć ryzyko porwania ich przez wiatr.
- 55** Co jest źródłem skażenia promieniotwórczego? (... / 1 p.)
A. substancje chemiczne w postaci gazu lub cieczy
B. opad promieniotwórczy (pył radioaktywny)
C. zakaźne czynniki biologiczne (drobnoustroje chorobotwórcze)
- 56** Co to jest dezaktywacja? (... / 1 p.)
A. usuwanie substancji promieniotwórczych z żywności, wody, terenu, środków transportu, sprzętu, odzieży
B. czynności mające na celu usunięcie środków trujących lub unieszkodliwienie ich
C. niszczenie drobnoustrojów chorobotwórczych i ich form przetrwalnikowych
- 57** Jaką odzież można wykorzystać w przypadku skażenia jako improwizowane środki ochronne? (... / 1 p.)
A. ubranie zimowe
B. dwie warstwy ubrań nałożonych jedno na drugie
C. buty i rękawice gumowe, skafandry przeciwdeszczowe
- 58** Co należy zrobić, aby zdezynfekować żywność? (... / 1 p.)
A. Umyć ją pod bieżącą wodą.
B. Zastosować specjalne roztwory chemiczne lub obróbkę termiczną.
C. Usunąć zewnętrzną warstwę produktu.

