PIONIR II – PRVA POMOČ

***VLOGA IN ORGANIZIRANOST PRVE POMOČI IN NUJNE MEDICINSKE POMOČI***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | *TEORIJA* | *PRAKSA* |
| ***Organizacija NMP v Sloveniji*** | Delimo jo na:   * poklicne/profesionalne enote (reševalna postaja, urgentni centri) * polprofesionalne enote (ekipe PNMP/prvi posredovalci) – PNMP: otrok ve, da je to ekipa usposobljenih prostovoljnih gasilcev bolničarjev |  |
| ***Organizacija NMP območju GZL in PGD*** | * reševalna postaja Ljubljana * SNMP (če si bolan) * urgenca (poškodbe) * ekipe PNMP v posameznem PGD (vsakoletna izobraževanja v okviru GZL) |  |

***NUDENJE PRVE IN NUJNE MEDICINSKE POMOČI***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | *TEORIJA* | *PRAKSA* |
| ***Klic na 112*** | Pomen in vloga:  112 je enotna evropska telefonska številka za klic v sili. Nanjo pokličemo, ko potrebujemo pomoč gasilcev ali reševalcev (tudi policije). Deluje vse dni v letu. |  |
| Ko kličemo na številko 112 mirno odgovarjamo na vprašanja, ki nam jih postavi zaposlen v klicnem centru.  Podatki, ki jih posredujemo dispečerju (dispečer je oseba, ki se oglasi na telefonski številki 112):   * kdo kliče (naše ime in priimek, tudi telefonsko številko); * kaj se zgodilo; * kje se je dogodek zgodil (kraj, naslov); * koliko oseb potrebuje pomoč; * v kakšnem stanju so poškodovani oz. oboleli (stanje zavesti, hujše poškodbe…). |
| ***Nevarnosti ob prihodu na kraj intervencije*** | Preden pristopimo k poškodovancu, preverimo ali je VARNO. Pri tem smo pozorni na (imamo v mislih najpogostejše nesreče, ki se lahko zgodijo otroku in pri katerih lahko pomaga otrok oz. nesreče, na katere pogosto opozarjamo otroke):   * promet (da nas ne povozi avto, kolo…) * da tudi nam ne spodrsne (npr. če je nekdo padel po stopnicah, na spolzkih tleh…) * teren (npr. zvin gležnja v gozdu...) * itd. | Ko otrok varno pristopi k poškodovancu (preveri varnost), poklekne k njemu, ga prime za ramena, rahlo strese in glasno ogovori. Ugotovi, da je poškodovanec pri zavesti, če se odzove (četudi le stoka) in da je nezavesten, če se ne odzove. |
| ***5 neposrednih nevarnosti za življenje*** | Otrok le našteje:   * nezavest * zastoj dihanja (ali oseba ne diha) * hujše krvavitve * šok (ni enako kot šok, ko se ustrašimo) * zastrupitve | Otrok prepozna in primerno ukrepa:   * nezavest (bočni položaj) * zastoj dihanja (pregled tujkov v dihalih) * hujše krvavitve (kompresijska obveza) * šok (prepozna bledo polt) * zastrupitve (prepozna bruhanje)   V vsakem primeru otrok poišče pomoč odrasle osebe ali pokliče 112. |
| ***Osnovne življenjske funkcije*** | * zavest (ali je poškodovani pri zavesti ali ne – pri najmlajših lahko poenostavimo, ali se z nami pogovarja oz. ali jamra ali ne) * dihanje (ali oseba diha ali ne) * srčni utrip (ali ga začutimo ali ne) | Ko otrok varno pristopi k poškodovancu, poklekne k njemu, ga prime za ramena, rahlo strese in glasno ogovori. Ugotovi, da je poškodovanec pri zavesti, če se odzove (četudi le stoka) in da je nezavesten, če se ne odzove. |
| ***Oprema za PP v PGD*** | Mentor si skupaj z otroki ogleda opremo za PP v PGD, jo predstavi in predstavi namen uporabe. Oprema v PGD se razlikuje glede na posamezna društva. Predlagam, da se osredotočijo na osnovno opremo (povoji, gaze, obliži … ). Povežemo z opremo v osebnem avtomobilu (primerjamo, kaj shranjujemo v torbah za PP v PGD in ne najdemo v osebnem avtomobilu). | |
| ***TPO*** | Postopki, ki jih izvajamo, ko je oseba nezavestna, se ne odziva in ne diha normalno (stisi srca in umetno dihanje). Lahko izvajamo le stise srca (po starem masaža srca). |  |
| ***Namen AED*** | AED je naprava, ki zazna zastoj srca pri človeku. Uporabljamo jo pri oživljanju osebe (poleg stisov prsnega koša in vpihov). Naprava nam pove, ali lahko pri osebi, ki ji srce ne bije pravilno, pomaga na način, da ji srce spet začne biti (»jo oživi«). | Uporaba AED:   * izvajamo TPO * elektrode namestimo na prsni koš * sledimo navodilom (vmes izvajamo TPO) |
| Otrok pozna najbližje lokacije AED v domačem okolju. |
| ***Ukrepi pri tujkih v dihalnih poteh*** | Otrok prepozna in izvede ukrepe:   * lažja zaporo dihalnih poti (oseba govori) 🡪 osebo spodbujamo h kašlju * težja zaporo dihalnih poti (oseba ne more govoriti) 🡪 5 udarcev po hrbtu (sredina hrbta med lopaticami), če ni spremembe sledi 5 pritiskov na trebuh (poišče sredino trebuha, močno pritisne navzgor in navzoter). Če je oseba nezavestna, pokličemo 112. | |
| ***Razlogi za nezavest*** | * poškodbe * bolezni * okolje (slab zrak, jemanje krvi ipd.) | Otrok nezavestno osebo namesti v stabilen bočni položaj:   1. roko poškodovanca postavi pravokotno na telo in upognemo v komolcu 2. drugo dlan poškodovanca položi na nasprotno ramo. 3. Poškodovančevo nogo (ki se nahaja na isti strani kot dlan) pokrči. 4. Osebo prevali na bok. 5. Glavo rahlo zvrne nazaj in s tem sprosti dihalno pot. |
| ***Rane*** | Najpogostejše vrste ran (s katerimi se srečujejo otroci):   * PRASKE nastanejo, če se opraskamo. * UREZNINE nastanejo, če se urežemo (npr. z nožem, listom papirja…) * VBODNINE običajno nastanejo pri poškodbi z žeblji, iglami itd. * UGRIZNINE nastanejo pri ugrizu (običajno živali). | Otrok izvede osnovne ukrepe za ustavitev krvavitve:   * pritisk na rano (pri tem pazi na čistočo). * Krvavitev iz nosu (se usede, se rahlo nagne naprej, stisne nosnici in pove, da na vrat lahko namestimo hladen obkladek). |
| Otrok zna na majhno rano namestiti obliž. Pri tem je pozoren na higieno rok in da se ne dotakne blazine, ki jo položimo na rano. |
| Posledice nastanka ran so lažje ali težje krvavitve. | Otrok zna rano sterilno poviti. Pri tem pazi na čistočo rok, sterilnost gaze (se je ne dotika) in povoj. |
| ***Opekline*** | Otrok našteje (lahko poda tudi primer) vrste opeklin:   * običajna opeklina (se spečemo) * sončna opeklina * mehanska opeklina (npr. ko na vrv uide iz dlani in nas opeče) * električna opeklina (ko nas hudo strese elektrika) * kemične opekline (npr. ko se polijemo z močno kislino) | Otrok izvede pravilno oskrbo opeklin:   1. odstrani vir toplote (oz. pri sončnih opeklinah se sam odstrani s sonca) 2. odstrani oblačila 3. hladi z vodo oz. namesti opeklinski obkladek, če ga ima na voljo in če je to potrebno |