



PRŮVODCE UČITELŮ KAPITOLA 4

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ
POMOC



Co-funded by
the European Union



CO ZÍSKÁTE?

V této kapitole najdete plány hodin, vzdělávací obsah a podpůrné materiály, které vám pomohou při realizaci výuky předlékařské první pomoci.

Obsah je rozdělen do dvou částí, které pojednávají o tématu z pohledu osoby poskytující pomoc a osoby, která pomoc potřebuje.

Část 1 Předlékařská první pomoc z pohledu poskytovatele..... 3

Část 2 Předlékařská první pomoc očima zraněného/oběti.....19

ČÁST 1

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ POMOC Z POHLEDU POSKYTOVATELE



Lekce 1

Osobní bezpečnost hasičů

Studenti se naučí, jak chránit bezpečnost hasičů při mimořádných událostech.



Lekce 2

Zajištění bezpečnosti zraněných v prostoru mimořádné události

Studenti se dozvědí, jaké podmínky je třeba zajistit v oblasti mimořádné události k ochraně bezpečnosti zraněných osob



Lekce 3

Zabezpečení oblasti mimořádné události

Studenti budou vědět, jak zabezpečit oblast mimořádné události.

ÚVOD

Tato část kapitoly 4 se zabývá tím, co by měly záchranné týmy a hasiči udělat, aby bylo v krátké době provedeno maximum úkonů a byla zajištěna bezpečnost obětí a členů záchranného týmu.

Najdete zde:



3 připravené plány lekcí (3 x 45 min.), které se řídí praktickým průvodcem krok za krokem pro učitele a nabízejí inovativní metody a techniky výuky.



Aplikované inovativní výukové metody a techniky:

- interaktivní učení
- scénáře ze skutečného života
- týmová práce
- hraní rolí
- diskuse
- brainstorming
- příběhy



Zdroje lekcí připravené k použití:

- názorné učební pomůcky
- interaktivní nástroje: QR kódy, odkazy na výuková videa,
- úkoly v hodině - pokyny učitele a žáka.
- otázky a kvízy



Učební pomůcky podporující proces výuky/učení během lekcí:

- PC / notebook,
- přístup k internetu,
- projektor a plátno nebo interaktivní tabule,
- vlastní zařízení studentů (chytré telefony se čtečkami QR kódů a přístupem na internet),



Klíčová slovní zásoba

SCBA (autonomní dýchací přístroje), turnouty, opasky a postroje, dýchací přístroje, hydratační vybavení, hasičské přilby, hasičská obuv, rukavice, přilby, příslušenství a díly, přední držáky přileb, kukly, SCBA, turnouty, SETUP, START, RPM, ABCDE přístup, anafylaxe (nebo anafylaktický šok), ASTSBC hromadné neštěstí, zlomeniny, poranění, popáleniny, šoky, vnitřní poranění, kontrola krvácení, očkování proti tetanu, test kapilární náplně, hypogenní šok, tachykardie, tupé poranění, poranění břicha.

ČÁST 1

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ POMOC Z POHLEDU POSKYTOVATELE



Lekce 1

Osobní bezpečnost hasičů

V tomto kurzu si studenti osvojí různé dovednosti a znalosti, které zahrnují techniky pro ochranu pohody zasahujících osob, identifikaci požadavků a oblastí výzkumu týkajících se ochrany zasahujících osob, podporu kultury odpovědného hašení požárů a výuku správného používání dýchacích přístrojů (SCBA).



Výukové cíle

Po tomto kurzu studenti získají řadu dovedností a znalostí, jako jsou techniky pro zajištění bezpečnosti zásahových jednotek, pochopení potřeb a oblastí výzkumu souvisejících s ochranou zásahových jednotek, podpora kultury odpovědného hašení požárů a poskytování pokynů pro správné používání SCBA (samostatný dýchací přístroj).



Postupujte podle pokynů

1

Úvod

Přivítejte studenty. Informujte je, že získají informace o hlavních činnostech v krizových oblastech. Dozvědí se o zdravotních a bezpečnostních rizicích spojených s prací hasiče (nebo prvního záchranáře) a o dlouhodobých zdravotních účincích těchto profesí.

2

Studie

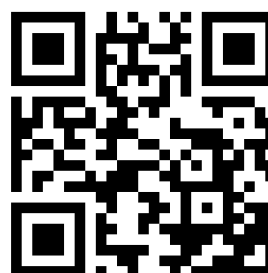
1. **Vysvětlete** studentům podrobnosti o tématu a proč je důležité. Používejte motivační techniky. Řekněte jim, že se seznámí s hasičskou soupravou, naučí se charakterizovat požární prostředí a rozeznat, zda je třeba se přiblížit, nebo ne.

2. Začněte lekci příběhem

STAY
INSPIRED!



Top 8
srdceryvných
příběhů hasičů
roku 2020



3. Ptejte se a moderujte diskusi



Otázka 1: Slyšeli jste někdy o požáru s hromadným výskytem obětí?

Otázka 2: Jaké by byly vaše první kroky jako reakce na tento druh událostí?

Otázka 3: Kdo jsou další respondenti, které byste si přáli mít po svém boku?

Otázka 4: Jaké jsou součásti osobních ochranných prostředků hasiče?

Související učební pomůcky:



Osobní ochranné
prostředky požární
ochrany/oblečení: Don
& Doff



Školení pro případy
hromadných
neštěstí



Povolání a pracoviště -
Hasič

4. Představte základní definice hasičského ochranného a nezbytného vybavení – pokud chcete, použijte podpůrné prezentace

- Pásy a postroje
- Dýchací přístroj
- Hydratační zařízení
- Požární přilby
- Hasičské boty
- Přilby, příslušenství a díly
- Přední držáky přileb
- Kukly
- SCBA
- Rozjezdová kola
- Rukavice



Posouzení potřeb
hasičů pro OOPP



Osobní
ochranné
prostředky



5. Představte postup záchranných prací hasičů při evakuaci hořící školy nebo nemocnice – použijte přiložené video



Požár domu s plnou evakuací a signály EVAC



Promluvte si o podrobnostech, které je třeba vzít v úvahu:

Při zásahu u požáru existuje mnoho situací (např. prolomení konstrukcí při požáru, nestabilní podlaha a padající předměty), kdy hrozí riziko zranění.

3

Praxe

Skupinové cvičení 1 - rozdělte studenty do týmů a moderujte týmovou práci

Poskytněte studentům mapu.

Požádejte je, aby nakreslili scénář zahrnující událost s hromadným neštěstím. Mohli by dostat malé miniatury hasičských aut, miniatury obětí a miniatury hasičů a poté nakreslit 3 zóny (zlatá, stříbrná, bronzová) a způsob, jakým by doporučili úřadům jednat, aby ochránili vnější civilisty a zajistili řádnou evakuaci místa události.

Studenti by také měli být požádáni, aby určili, jak má být organizován postup při evakuaci zemřelých.

Skupinové cvičení 2 - studenti si umí připravit malou PPT prezentaci

Studenti budou prezentovat 2 různé verze stejného scénáře (se správnými kroky, které hasiči provedli, a špatnými kroky s fatálními následky, které by mohly nastat).

V závislosti na odpovědích účastníků by tak bylo možné vypočítat počet obětí a navrhnout způsoby, jak jim předejít.



Zpětná vazba a hodnocení.

Nechte studenty vyjádřit jejich pocity úzkosti a obav z takové události spolu s hodnocením úrovně jejich připravenosti.

ČÁST 1

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ POMOC Z POHLEDU POSKYTOVATELE



Lekce 2

Aby bylo zaručeno blaho pracovníků zasahujících v případě nouze, je důležité zabývat se jejich bezpečností, identifikovat jejich požadavky a priority výzkumu týkající se ochrany, podporovat kulturu odpovědného hašení požárů a vzdělávat je o správném používání SCBA (samostatný dýchací přístroj).



Výukové cíle

Studenti se naučí, jak zajistit bezpečnost záchranářů, identifikovat potřeby a priority výzkumu související s ochranou záchranářů, představí kulturu odpovědného hašení požárů, chování a používání SCBA (samostatný dýchací přístroj)



Postupujte podle pokynů

1

ÚVOD

Přivítejte studenty. Informujte je, co se během lekce naučí.

- Poskytovatel pohotovostní péče ví, že má dát přednost své bezpečnosti, a to i před bezpečností nemocného nebo zraněného.
- Zajištění bezpečnosti zraněných v místě hromadného neštěstí vyžaduje vyklizení místa události a uposlechnutí příkazů velitele zásahu.
- Počet obětí, které mohou zůstat na místě události až do jejich převozu, a způsob jejich dočasného ošetření, aby se zajistilo, že jim nehrozí další újma na zdraví

2

Studie

- Pochopení, že dojde k obětem a že jde o to, vytěžit maximum a nesnažit se zachránit všechny oběti najednou
- Evakuace obětí je postup, který musí být velmi jasně organizován
- Oběti musí být kategorizovány na základě systému Simple Triage And Rapid Treatment (START) – dýchání, perfuze a duševní stav (RPM).
- **ABCDE přístup** – Dýchací cesty (Airway), Dýchání (Breathing), Oběh (Circulation), Postižení (Disability) a Expozice (Exposure). Nejprve se hodnotí a ošetřují život ohrožující problémy s dýchacími cestami; poté se přistupuje k hodnocení a léčbě život ohrožujících problémů s dýcháním; a tak dále.
- Vysvětlení stupňů popálení a toho, jak jednotlivé vnímáme.

1. Začněte lekci příběhem**2. Ptejte se a moderujte diskusi:**

Otázka 1: Jaká opatření je třeba podniknout v případě hromadné nehody, jako je požár v naší škole, abychom zajistili naši bezpečnost a bezpečnost našich zraněných kolegů?

Otázka 2: Kdo jsme, abychom přivolali pomoc při hromadné nehodě? (sanitka, hasiči atd.)?

Otázka 3: Koho příkazy budeme dodržovat při nešťastné události, jako je tato ve škole? (příkaz učitelů)

3. Uveďte základní definice – pokud chcete, použijte podpůrnou prezentaci**Prostředky ochrany poskytovatele:**

Při ošetřování může být poskytovatel vystaven kontaktu s krví nebo jinými potenciálně infekčními tělními tekutinami. Přestože je riziko nákazy velmi nízké, je rozumné přijmout jednoduchá opatření, aby se expozici vůbec zabránilo.

Mluvte o běžných nehodách a mimořádných událostech a naznačte, jak je rozeznat od hromadných nehod.

Nejtypičtější jsou:

- anafylaxe (nebo anafylaktický šok),
- krvácení,
- popáleniny a opaření,
- dušení,
- utonutí,
- elektrický šok (domácí),
- zlomeniny,
- infarkt,
- otrava, šok,
- a mrtvice.

Představte kroky, které je třeba dodržovat v případě, že jste oběťmi:

- Neschovávejte se ve skříni nebo pod stolem nebo postelí;
- Zkuste se dostat do místnosti s oknem.
- Před otevřením jakýchkoli dveří zkontrolujte, zda jsou horké nebo teplé na dotek, pokud ano, nikdy je neotevírejte.
- Nepoužívejte výtah, používejte schody. Pokud je na schodech kouř, snižte se, abyste minimalizovali vdechování, a mějte ruce na stěně, abyste předešli bludům;

- Zamávejte jasně zbarveným oděvem nebo baterkou, abyste dali záchranářům signál, aby oznámili vaši polohu;
- Nikdy neskákejte z oken v patře. Pokud jste v 1. patře, spusťte se oknem do výšky několika metrů od země. Poté se pomalu spusťte na zem, ale předtím se ujistěte, že je země měkká (ne s podlahou z dlaždic nebo cementu), nebo na ni nejprve hodte matraci nebo něco podobného, abyste zmírnili dopad.

Představit základní algoritmus

Vyhodnocení situace (S.A.M.P.L.E)

S - příznaky a symptomy

A - alergie

M - zdravotní stavy a léky

P - předchozí problémy

L - poslední jídlo a pití

E - události

Reakce na závažné incidenty (CSCATT)

**Velení a řízení, bezpečnost,
komunikace, hodnocení,
třídění, zacházení, doprava**



Třídění pro
hromadné
nehody.



4. Prezентуйте postup zajištění bezpečnosti raněných

Oběť se zraněním:

- Nehýbejte zraněnou osobou, pokud nehrozí nebezpečí dalšího zranění.
- Pokud zraněný krvácí, přiložte suchý hadřík s mírným tlakem
- Udržujte zraněného v teple.

Oběť v bezvědomí:

- Zkontrolujte, zda osoba reaguje.
- Zkontrolujte, zda osoba dýchá, včetně příznaků kašle a zvedající se hrudi.

5. **Skupinové cvičení 1:** rozdělte studenty do týmů a zahrajte si role (respondenti na jedné straně a oběti na straně druhé)

6. Kolo zpětné vazby



Studenti mohou vyjádřit své pocity a myšlenky o tom, jak zásadní je bezpečnost jejich a jejich spolužáků při hromadné nehodě.

3

Praxe

- Hraní rolí
- Filmy nebo videa k porovnání a komentování
- Kvízy



Hromadné cvičení pro
oběti ve školním
prostředí



Cvičení školního
autobusu pro hromadné
nehody ASTSBC

4

Doplňkové materiály a učební pomůcky

S jako Stop. Pauza pro identifikaci nebezpečí

E znamená Environment (životní prostředí). Všimněte si svého okolí

T znamená Traffic (Doprava). Bud'te opatrní na silnicích

U je pro neznámá nebezpečí. Vezměte v úvahu věci, které nejsou zřejmé

P znamená osobní bezpečnost. Používejte ochranné bariéry



Při reakci na nouzovou situaci
dejte svou bezpečnost na
první místo

ČÁST 1

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ POMOC Z POHLEDU POSKYTOVATELE



Lekce 3

V této lekci se seznámíte s tématy snižování počtu úrazů dětí a mládeže, identifikace a odstraňování nebezpečí, zabezpečení místa nehody. Uvádí také, jaká opatření je třeba přijmout při evakuaci nezabezpečeného prostoru a jak postupovat podle pokynů orgánů.



Výukové cíle

Po této lekci budou studenti schopni:

- identifikovat a odstranit nebezpečí,
- zabezpečit oblast incidentu,
- přijmout vhodná opatření k evakuaci nezajištěných osob,
- postupovat podle pokynů úřadů.



Postupujte podle pokynů

1

Úvod

1. Přivítejte studenty a představte jim téma a jejich vzdělávací cíle.

2. Začněte lekci příběhem.

3. Vysvětlete studentům podrobnosti o tématu a proč je důležité. Uveďte hlavní problémy, o kterých se bude diskutovat:

- Zajištění oblasti mimořádné události tak, aby nikdo nevstupoval ani nevycházel bez povolení orgánů.
- Co je to místo zásahu, jak se v něm orientovat a kdo má právo na místo zásahu vstoupit.
- Pochopit, že pomoc novinářů, rodičů, dobrovolníků a kolemjdoucích je vždy vítána, ale v rámci určitého plánu činnosti stanoveného orgány.

2

Studie

Začněte scénou, kdy ve škole vypukne velký požár a spustí se alarm, aby se plameny nerozšířily na celou budovu.

- Určete význam slova „scéna“
- Určete zóny (zlatá, stříbrná a bronzová), do kterých se můžeme kdykoli dostat.
- Určete personál, který bude v každé zóně, a místa setkání, kde se studenti musí shromáždit v případě nepravděpodobné události
- Zjistěte, kde jsou nouzové východy a evakuační plán školy



Osvědčené postupy
pro zabezpečení
škol a plánování
nouzové
připravenosti

**Ptejte se a moderujte diskusi**

Otázka 1: Jaké kroky bychom měli podniknout, abychom omezili požár na určitém místě školy a ochránili budovu a osoby uvnitř?

Otázka 2: Měli bychom už znát nouzové východy, nebo stačí poslouchat pokyny našich učitelů?

Otázka 3: Existuje v budově stabilní stanoviště pro případ nouze?

**Představit základní definice a pojmy**

- **Bezpečnostní opatření a pokyny**
- **Plán havarijní připravenosti školy**

Aktualizace a procvičování plánů připravenosti školy na mimořádné události (např. uzavření školy, evakuace, postupy pro sjednocení rodičů a žáků, mobilizace školní dopravy během školního dne, protokoly pro komunikaci s rodiči a médii v případě mimořádných událostí a mobilizace služeb duševního zdraví).

- **Co by měli rodiče/opatrovníci dělat při mimořádné události ve škole**

Počkejte na informace od úřadů, snažte se do školy nevolat. Telefonní linky mohou být potřebné pro nouzovou komunikaci. Nechodte do školy ani na místo evakuace, dokud k tomu nebudete vyzváni.

- **Setkání**

Vedení školy by se mělo pravidelně setkávat se svými partnery z oblasti veřejné bezpečnosti: Policie, hasiči, zdravotnická záchranná služba a orgány krizového řízení by měly projednávat strategie bezpečnosti, zabezpečení a krizového plánování.

- **Pět oblastí mise připravenosti**

Prevence,
Ochrana,
Zmírnění následků,
Reakce,
Zotavení.

Havarijní
připravenost a
bezpečnost školy.





Doplňkové aktivity

Akce 1: Rozdělte studenty do týmů a pomocí hraní rolí se snažte snížit riziko zranění tím, že umožníte studentům procvičovat a trénovat, jak dělat aktivitu

Akce 2: Zařadte výuku prevence úrazů do výuky různých předmětů.

Akce 3: Připravte si během rozhovorů s rodiči a učiteli ukázkou o problematice úrazů.



Kolo zpětné vazby

Ujistěte se, že studenti znají bezpečnostní opatření k zajištění ohroženého prostoru a správné evakuační postupy.

Mohou se podělit o své pocity nejistoty (pokud je mají) a mají možnost získat odpovědi na své otázky.

3

Praxe

Náměty na procvičení tématu

Hraní rolí – Deskové hry, které lze zvládnout za půl dne nebo za den školení pro profesní rozvoj, umožňují školám propracovat hypotetické scénáře, aby zjistily, zda by plány, které mají na papíře, fungovaly ve skutečné nouzi.

Videa předchozích evakuačních plánů a zabezpečení nouzové oblasti.

Rozhovory s hasiči, aby se mohli podělit o své zkušenosti.

Aktualizace a procvičování plánů havarijní připravenosti škol.

ČÁST 2

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ POMOC OČIMA ZRANĚNÉHO/OBĚTI



Lekce 1

Zásady třídění (posouzení stavu zraněného)

Studenti se dozvědí, co je to třídění a jak používat algoritmy.



Lekce 2

Lékárničky

Studenti se naučí, co nosit v extrémních podmínkách



Lekce 3

Nepřístrojová resuscitace - kardiopulmonální resuscitace (KPR)

Studenti se naučí, jak a kdy provádět resuscitaci bez použití přístrojů

ČÁST 2

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ POMOC OČIMA ZRANĚNÉHO/OBĚTI



Lekce 4

Poskytování pomoci při zlomeninách, ranách, popáleninách, otřesech, vnitřních poraněních

Studenti budou znát různé zdravotní stavy v terénu a jak efektivně poskytnout první pomoc



Lekce 5

Zajištění zraněných do příjezdu zdravotnické pomoci

Studenti se naučí, jak stabilizovat zraněné/oběti, aby je ochránili před dalším poškozením.

ÚVOD

Sekce je věnována osobním ochranným pomůckám (OOP) používaných hasiči a zahrnuje témata jako osobní ochranné oděvy, prostředky na ochranu dýchacích cest a osobní výstražné bezpečnostní systémy.

Najdete zde:



5 připravených plánů lekcí (načasování bude upraveno) podle praktického průvodce krok za krokem pro učitele nabízí inovativní metody výuky, techniky a materiály.



Používané vyučovací metody a techniky:

- hraní rolí
- diskuse
- simulace
- skupinové aktivity



Zdroje lekcí připravené k použití:

- výzkumné dokumenty
- videa
- prezentace



Učební pomůcky podporující proces výuky/učení během lekcí:

- PC / notebook,
- přístup k internetu,
- projektor a plátno nebo interaktivní tabule,
- barevné bločky Post-it (pro simulaci postupu třídění)
- různé barevné fixy



Klíčová slovní zásoba

Třídění, postup S.T.A.R.T., hromadné neštěstí, „Basic Life Support“, KPR, resuscitace, lékárnička, pravidlo dívej se-poslouchej-přemýšlej, DNR karta.

ČÁST 2

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ POMOC OČIMA ZRANĚNÉHO/OBĚTI



Lekce 1

Principy třídění (posouzení stavu zraněných)

V tomto kurzu studenti získají znalosti o konceptu třídění a rozvinou si dovednosti v používání algoritmů s ním spojených.



Výukové cíle

Studenti budou mít možnost seznámit se s postupy třídění. Budou vědět, co je metoda Triage, kdo by ji měl použít, jak ji použít a kdy.



Postupujte podle pokynů

1

Úvod

Přivítejte studenty. Představte cíle pro dnešek, zmiňte témata, která budou během hodiny vznesena.

Vysvětlete studentům podrobnosti o tématu a proč je důležité. Používejte motivační techniky.

Začněte lekci příběhem.

2

Studie

1. Oblasti učení:

Význam třídění jako jednoho z pilířů scény.

Smysl Triage v poskytování podpory především těm, kteří ji nejvíce potřebují.

Kde začít ve scéně, kde jsou rozmístěny oběti.

Podle kolika lidí.

Třídění jako nepřetržitý postup na scéně.

Barvy přiřazené k obětem a jejich význam

Kdo je toho schopen?

Užitečné materiály



[START Základy třídění](#)



[Triage při katastrofách a hromadných obětech, Christopher H. Lee, MD, nejmodernější věda, červen 2010, AMA Journal of Ethics](#)

Kdy bude konec a co by měli členové týmu dělat (např. asistovat někomu jinému na hřišti).

Jaké lékařské zákroky jsou povoleny

Přidělení rolí (šéf, registrace, komunikace atd.)

Jaké vybavení je potřeba (fixy, samolepky, kousky papíru atd.)



Přesnost systémů třídění při katastrofách a incidentech s hromadnými nehodami; a Systematic Review, Jafar Bazayar et al

2. Ptejte se a moderujte diskusi



Otázka 1: Je třídění důležité?

Otázka 2: Kolik času by to mělo trvat?

Otázka 3: Je moudré, aby to dělali pouze odborníci?

3. Představte základní definice a procesy

- Význam slova „třídění“;
- Jeho důležitost (jeden z pilířů scény);
- Uved'te historické příklady;
- Analyzujte samostatnou scénu, kde se musí odehrát (blízko incidentu, otevřený výhled, abyste mohli plně pozorovat oblast a oběti);
- Zdůrazněte význam registrace zraněných/obětí a skutečnost, že třídění je dynamický postup;
- Vysvětlete různé systémy, které může dělat každý vyškolený;
- Vysvětlete, co musí tým udělat po skončení třídění a po vyhodnocení všech zraněných/obětí na místě.

Pomozte studentům zapamatovat si barvy kategorií a jak je označit na zraněných/obětech (nálepky, pera, rtěnky atd.)

ČERNÝ ŠTÍTEK

(očekávané) se používají pro zemřelé a pro ty, jejichž zranění jsou tak rozsáhlá, že nebudou schopni přežít s ohledem na dostupnou péči.

ČERVENÝ ŠTÍTEK

(okamžité) se používají k označení těch, kteří nemohou přežít bez okamžité léčby, ale mají šanci na přežití

BÍLÝ ŠTÍTEK

(propustit) dostávají lehčí zranění, u kterých není nutná péče lékaře

ZELENÝ ŠTÍTEK

(čekejte) jsou vyhrazeny pro „chodící zraněné“, kteří budou potřebovat lékařskou péči v určitém okamžiku po ošetření závažnějších zranění.

ŽLUTÝ ŠTÍTEK

(pozorování) pro ty, kteří vyžadují pozorování (a případně pozdější opětovné třídění). Jejich stav je prozatím stabilizovaný a nejsou v bezprostředním ohrožení života. Tyto oběti budou i nadále potřebovat nemocniční péči a za normálních okolností by byly okamžitě ošetřeny.

Co musí tým udělat po skončení třídění a po vyhodnocení všech zraněných/obětí na místě

5. Současný postup třídění

Prezentujte postup třídění popisem některých zraněných/obětí, aby byl snáze srozumitelný na názornějších příkladech

3**Praxe****Skupinové cvičení 1**

Rozdělte studenty do týmů a moderujte týmovou práci. Poskytněte některé scénáře, jako je požár v blízkosti dálnice nebo zemětřesení v blízkosti břehu řeky, a požádejte je, aby našli místo pro scénu třídění.



Kolo zpětné vazby: Kolo zpětné vazby, čas na opakování a otázky studentů.



Další nápady na procvičení předmětu:

Kvíz, kde vysvětlíte stav zraněných/obětí a necháte studenty rozhodnout o kategorizaci

Ukažte fotky hromadných obětí a pomozte jim umístit místo třídění.

Požádejte studenty, aby udělali totéž v místnosti, ve které stojí, aby byla reálnější.



Výukové cíle

Hlavním cílem je seznámit studenty s informacemi o tom, co je skutečně nutné v případě nouze, pro všechny zraněné/oběti a pro potřeby všech pracovníků poskytujících pomoc.



Postupujte podle pokynů

1

Zavedení

Vítejte studenty. Informujte je, že se dozvědí o šikovné demoliční technice, kterou mají hasiči k dispozici, jejích typech a účelu.

Vysvětlete studentům podrobnosti o tématu a proč je důležité. Používejte motivační techniky.

Začněte lekci příběhem.

2

Studie

1. Vzdělávací oblasti a témata:

Příprava sady pro co nejvíce možných scénářů.

Je důležité, aby vše do data expirace.

Udržovací zařízení je známo, jak se používá.

Kam odložit to, co jste vyplývali a co lze zachránit a vyčistit.

V případě léků mějte na paměti dávky.

Důležitost praktičnosti (váha, kterou nesete, kolik potřebujete zásob, vodotěsnost).

Alternativy ve věcech, které jste promarnili nebo nevzali.

Užitečné materiály:



Jak sestavit domácí pohotovostní sadu pomocí základních potravin



Průvodce pro sestry první pomoci a připravenosti na katastrofy, Duquesne University, School of nursing

6. Skupinové cvičení 1



Rozdělte studenty do týmů a moderujte týmovou práci a zeptejte se, jaké vybavení by bylo důležité v různých prostředích, například za deštivého dne, při zemětřesení, při autonehodě atd.

7. Kolo zpětné vazby



Kolo zpětné vazby, čas na otázky a odpovědi studentů.

3

Praxe



Více nápadů na procvičení předmětu

Požádejte studenty, aby zvážili vhodné vybavení v různých prostředích, například při nehodě v jeslích, ve školce atd.

2. Ujistěte se, že všichni studenti vědí, jak identifikovat a používat vybavení, které nosíte s sebou a vystavujete

3. National Weather Service, Owlle Skywarn, National Program, Emergency Supplies Kit, Úkol: Sestavte si připravenostní sadu,



PART 2

PRE-MEDICAL FIRST AID THROUGH THE EYES OF THE INJURED/VICTIM

Lesson 3

Non-Instrumented Resuscitation- CPR

Students in this course will learn when and how to perform non-instrumented resuscitation.



ČÁST 2

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ POMOC OČIMA ZRANĚNÉHO/POŠKOZENÉHO



Lekce 3

Neinstrumentální resuscitace - KPR

Studenti se v tomto kurzu naučí, kdy a jak provádět bezpřístrojovou resuscitaci.



Výukové cíle

Hlavním cílem lekce je seznámit studenty s tím, co je základní podpora života, kdo je způsobilý ji provádět, jak ji provádět a kdy ji provádět.



Postupujte podle pokynů

1

Zavedení

Vítej studenty. Informujte je, o čem se budou učit (viz výuková témata níže)

Vysvětlete studentům podrobnosti o tématu a proč je důležité. Používejte motivační techniky.

Začněte lekci příběhem.

2

Studie

1. Vzdělávací oblasti a témata:

- Význam KPR, kolik životů je zachráněno, jak dlouho trvá do zahájení KPR, jak dlouho to dělat
- Jak to efektivně provádět
- Nejprve věnujte pozornost okolí
- Důležitost fyzické obtížnosti a potřeba 2 poskytovatelů. Důsledky 2 poskytovatelů obsazených jednou osobou
- Automatizovaný externí defibrilátor (AED) a jeho použití, možná umístění, údržba, pokud jej ve vašem zařízení máte
- Pečlivé a důkladné vysvětlení všech kroků v KPR. Vysvětlení změn potřebných v době COVID-19
- Rozpoznání obětí, které potřebují KPR

Užitečné materiály:



[Stayin' Alive, American Heart Association](#)



• [Co je KPR](#)

- Kdy provést KPR v případě nouze
- Kdy přestat nebo dokonce nezačít (např. v držiteli karty Neresuscitovat)
- Pozitivní výsledky demonstrují bezpečnostní pozici a zdůrazňují, že i poté zůstává pacient v kritickém stavu
- Morální a právní důsledky



- [Zotavovací poloha](#)

2. Ptejte se a moderujte diskusi



Otázka 1: Co jsou BLS a KPR?

Otázka 2: Kdo a kdy je může provádět?

Otázka 3: Máte to ze zákona povoleno?

3. Představte základní definice a pojmy

Představte základní principy, jak někoho udržet naživu.

Dejte studentům vědět, jak identifikovat zraněné/oběti (i před zástavou srdce – použijte obrázky Netter)

- Informujte o pravidle vidět-poslouchej-pociť (a o změnách provedených v souvislosti s covid-19) a o vnějších podnětech, které musí poskytovat
- Informujte studenty, že i když se zraněný/oběť uzdraví, je stále ve velkém nebezpečí a musí být přijat do nemocnice.
- Ukažte správný způsob provádění KPR – můžete to udělat sami nebo použít kterékoli z poskytnutých videí
- V případě potřeby to přidejte jedné konkrétní osobě (nebo dvěma), protože to zabere čas, v ideálním případě to udělejte po třídění.
- Informujte studenty o možnosti být sledováni a vyrušováni a pomozte jim rozvíjet sociální dovednosti potřebné k tomu, aby požádali o pomoc středně zraněnou/oběť.



[Netter obrázky](#)



[Seznam 13 videí
- CPR trénink](#)



- Ujistěte se, že je oblast pro vás bezpečná (např. žádné brýle pod kolena nebo na záda oběti).
- Pokud je to možné, před zahájením zkontrolujte, zda nejsou k dispozici karty Do Not Resuscitate (DNR).
- Třídění, pokud více než jedna zraněná/oběť potřebuje KPR.

Informujte studenty, že jsou ze zákona povinni ji provádět, pokud znají KPR (nebo se podívejte na vaši národní legislativu nebo legislativu země, kterou navštěvujete).

4. Představte postup KPR,

Ukažte vhodná a spolehlivá videa od American Heart Association (např. disco video), nebo European Resuscitation Council atd. a mějte figurínu, na které budete cvičit.



Ken Jeong AHA
ruční KPR

5. Skupinové cvičení



Rozdělte studenty do týmů a moderujte týmovou práci. Ukažte, jak se to dělá v praxi, nechte je, ať si to zkusí a udrží se v reálném čase.

• 6. Zpětná vazba



Kolo zpětné vazby a čas na dotazy

3

Praxe

**STAY
iNspired!**

Více nápadů na procvičení předmětu

1. Poskytněte studentům scénáře z nouzových scén i situací každodenního života.
2. Zajistěte, aby pracovali v týmech, aby posoudili spolupráci.
3. Dodržujte správný čas, aby měli představu o únavě procedury.
4. Ujistěte se, že proces opakují mnohokrát, aby to mohli dělat téměř automaticky.

ČÁST 2

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ POMOC OČIMA ZRANĚNÉHO/POŠKOZENÉHO



Lekce 4

**Poskytování pomoci při zlomeninách, ranách,
popáleninách, otřesech, vnitřních poraněních**

Znát různé zdravotní stavy, které se mohou na hřišti vyskytnout, a vědět, jak efektivně poskytovat první pomoc.

POSKYTOVÁNÍ POMOCI PŘI ZLOMENINÁCH, RANÁCH, POPÁLENINÁCH, OTŘESECH, VNITŘNÍCH PORANĚNÍCH



Výukové cíle

Pochopení různých zdravotních stavů na hřišti a toho, jak efektivně poskytnout první pomoc.



Postupujte podle pokynů

1

Zavedení

Vítej studenty. Informujte je, o čem se budou učit (viz výuková témata níže)

Vysvětlete studentům podrobnosti o tématu a proč je důležité. Používejte motivační techniky.

Začněte lekci příběhem.

2

Studie

1. Vzdělávací oblasti a témata:

- Účinně rozpoznávat a stabilizovat různé zdravotní stavy na hřišti, stavy, které se mohou vyskytnout při nejrůznějších katastrofách
- Zásady pro všechny tyto situace (čisté ruce poskytovatele, potřeba čisté vody, obvazy a dostatek světla)
- Typy zranění: zlomeniny, rány, popáleniny, šoky a jak s nimi zacházet.

2. Ptejte se a moderujte diskusi



Otázka 1: Jak poznat popálenou oblast u oběti s oblečením?

Otázka 2: Jaké typy otřesů existují?

Otázka 3: Vznikají popáleniny pouze při kontaktu s horkým povrchem?

Otázka 4: Proč je popálenina důležitá?

Otázka 5: Ošetřují se všechny zlomeniny pouze náplastí?

Otázka 6: Co je šok?

Otázka 7: Mohu rozpoznat vnitřní zranění?

LEKCE 4

POSKYTOVÁNÍ POMOCI PŘI ZLOMENINÁCH, RANÁCH, POPÁLENINÁCH, OTŘESECH, VNITŘNÍCH PORANĚNÍCH

ČÁST 2 LEKCE 4

3. Představte základní definice a pojmy

Zlomeniny

Řekněte studentům, jak identifikovat zlomeniny (malá na kostech chodidla může lidem umožnit chodit. Větší na kyčlích neumožňují chůzi). Čím větší kost, tím závažnější pro zraněného/oběť (strach z dalších komplikací).

Vysvětlete, že musí věnovat zvláštní pozornost tomu, jak se dotknout zlomené kosti, a zakrýt otevřené zlomeniny vlhkou gázou. Je potřeba vyhodnotit zlomená žebra pouhým pozorováním nebo lehkým dotykem zraněného/oběti na hrudním koši a upřednostněním (možná někdo první zelený, měl by být klasifikován jako žlutý v systému třídění).

Vysvětlete nutnost imobilizace zlomené kosti i pomocí improvizovaných obvazů a poradte zraněnému/oběti, aby minimalizoval pohyby zahrnující zlomenou kost. Musíte informovat oběť o možné bolesti, kterou může zraněný/oběť pociťovat. Je třeba mít na paměti masivní ztrátu krve, která doprovází některé velké zlomené kosti, a nezapomínat, že některé z nich vyžadují chirurgický zákrok.

Učební
pomůcky



[První pomoc - zlomeniny - zlomeniny kostí.](#)
[Mayo klinika. Text](#)



[Nouzové poradenství.](#)
[Zlomené kosti](#)



Podívejte se na video se studenty



[Jak léčit zlomeninu a typy zlomenin](#)

LEKCE 4

POSKYTOVÁNÍ POMOCI PŘI ZLOMENINÁCH, RANÁCH, POPÁLENINÁCH, OTŘESECH, VNITŘNÍCH PORANĚNÍCH

Rány



Informujte studenty, že se musí snažit udržovat rány čisté možná fyziologickým roztokem (nebo čistou) vodou a možná nějakým antibakteriálním sprejem.

V případě, že se nějaké objeví, je nutné zastavit krvácení a poradit zraněnému/poškozenému, aby všechna zranění nahlásil lékařské pomoci, která bude poskytnuta později – nepodceňujte důležitost ran.

Důležité je poraněné místo šetrně očistit. Nevytahovat velké předměty z rány (mohou se dostat do cévy, ale pokud s nimi pohnete, zraněný/oběť může vykrváct)

Učební pomůcky



Řezné rány a škrábance:
První pomoc



Pokyny pro první pomoc:
Rány



Jak léčit těžké krvácení?
Video



Ošetření řezných ran a modřin.
Video



Podívejte se na video se studenty



LEKCE 4

POSKYTOVÁNÍ POMOCI PŘI ZLOMENINÁCH, RANÁCH, POPÁLENINÁCH, OTŘESECH, VNITŘNÍCH PORANĚNÍCH

Popáleniny



Informujte studenty, že při léčbě popálenin musí:

- Podívejte se, jestli má co do činění s miminkem nebo starším člověkem, protože jejich zranitelnost je větší. Mějte na paměti tepelné popáleniny od vdechovaného kouře (hledejte spálené obočí, kouř v nosních dírkách a dýchací potíže oběti v zakouřeném prostředí).
- Odhadněte povrch pokrytí popálenin
- Mějte na paměti stupně popálenin, možná kategorizujte zraněného/oběť ve vážnější situaci po pečlivějším prozkoumání povrchu nebo hloubky popáleniny.
- Udržujte je hydratované, čistěte jim rány a opatrně je požádejte, aby si sundaly šperky, protože se obávají otoků popálených částí. Možná je převlékněte, ale nenamáčejte je. Udržujte je v teple.

Učební pomůcky



První pomoc:
pomoc
někomu, kdo
má popáleniny



Naučte se první
pomoc:
popáleniny.
TEXT



Popáleniny a
opaření.
Zacházení.
TEXT

Podívejte se se studenty na videa

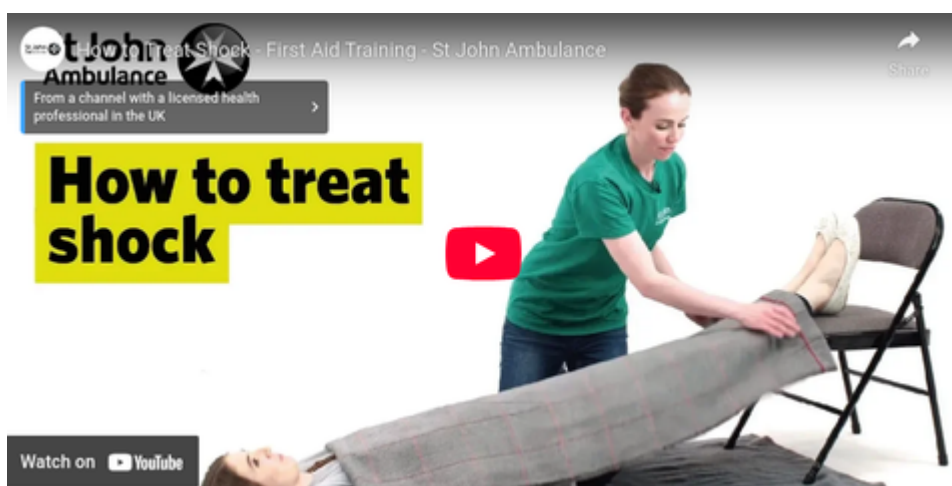
LEKCE 4

POSKYTOVÁNÍ POMOCI PŘI ZLOMENINÁCH, RANÁCH, POPÁLENINÁCH, OTŘESECH, VNITŘNÍCH PORANĚNÍCH

Otřesy

- Informovat o základních typech šoku se zvláštním zřetelem na hemoragický a hypovolemický.
- Dejte studentům vědět, jak hodnotit tachykardii jako raný příznak. Také jim dejte vědět o pozdních příznacích a radách, jak předejít šoku zastavením krvácení. Udržujte zraněné/oběti v teple a hydrataci.

Podívejte se na video se studenty



[Jak rozpoznat a léčit šok](#)

Doplňkové učební pomůcky



[Šokovat. První pomoc.](#)



[Úraz elektrickým proudem](#)



[Hypovolemický šok](#)



[Druhy šoků a jejich léčba](#)

LEKCE 4

POSKYTOVÁNÍ POMOCI PŘI ZLOMENINÁCH, RANÁCH, POPÁLENINÁCH, OTŘESECH, VNITŘNÍCH PORANĚNÍCH

Vnitřní zranění



- Podezření na tupé poranění hrudníku. Břišní nebo hlavová dutina. Znat mechanismy, při kterých je pravděpodobnější, že dojde k vnitřním zraněním (např. pád z budovy, při nehodě na motocyklu atd.).
- Hledejte známky šoku. Hledejte tiché zraněné/oběti.

- Hledejte známky šoku. Hledejte tiché zraněné/oběti. Přehodnoťte osoby se změněným stavem (zmatenost, letargie, nová nebo intenzivní bolest).

Užitečné učební pomůcky



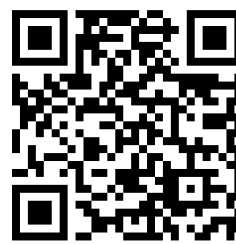
Silné krvácení



První pomoc.
Vnitřní a vnější
krvácení



Základní péče o
břišní trauma



Poranění břicha

4. Skupinové cvičení



- Rozdělte studenty do týmů a moderujte týmovou práci, kde jsou zobrazeny fotografie zranění a jsou požádáni, aby zhodnotili zraněné/oběti.

5. Zpětná vazba



- Zpětná vazba a čas na dotazy.

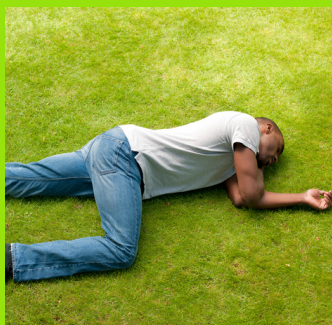
3**Praxe****Více nápadů na procvičení předmětu**

1. Uschovejte si pomůcky pro první pomoc a nechte je studenty používat (přiložte na sebe obvazy, abyste pochopili, jak těsné musí být, stejně jako škrtidla).

2. Dejte studentům scénář s někým ve změněném stavu (náhle rozrušený zraněný/oběť, někdo, kdo je úplně sám, někdo, kdo po snížení adrenalinu zjistil pronikavé trauma). Požádejte studenty, aby hráli role (oběť/první respondent).

ČÁST 2

PŘEDLÉKAŘSKÁ PRVNÍ POMOC OČIMA ZRANĚNÉHO/POŠKOZENÉHO



Lekce 5

Zajištění zraněných do příjezdu zdravotnické pomoci

Stabilizace zraněných/obětí - Ochrana před dalším poškozením.

LEKCE 5

ZAJIŠTĚNÍ ZRANĚNÝCH DO PŘÍJEZDU ZDRAVOTNICKÉ POMOCI



Výukové cíle

Studenti se naučí, jak stabilizovat zraněné nebo viktimizované jedince a zajistit jejich ochranu před jakýmkoli dalším poškozením.



Postupujte podle pokynů

1

Zavedení

Vítej studenty. Informujte je, o čem se budou učit (viz výuková témata níže)

Vysvětlete studentům podrobnosti o tématu a proč je důležité. Používejte motivační techniky.

Začněte lekci příběhem.

2

Studie

1. Vzdělávací oblasti a témata:

- Význam opětovného třídění a nepřetržitého sledování pacienta;
- Význam bezpečnosti v oblasti teroristického útoku nebo přírodní katastrofy, která probíhá, zejména pokud se shromažďují zraněné oběti;
- Druhé vyhodnocení způsobených škod a možná další péče;
- Techniky pro udržení ducha, dokud nepřijde pomoc, předpovídají instinkty masy;
- Poskytování informací o evakuaci;
- Použití fólií/přikrývek pro přežití;
- Správné informování příjezdějícího zdravotnického personálu o stavu všech a každé z obětí.

2. Ptejte se a moderujte diskusi



Otázka 1: Co je třeba udělat, pokud pomoc nějakou dobu dorazí?

Otázka 2: Co znamená zajištění?

3. Představte základní definice a pojmy

Kroky k zajištění zraněného před příjezdem zdravotnické pomoci

- Pomozte stabilizovat zraněné/oběti
- Starejte se lépe o jejich rány
- Dávejte pozor na zlomeniny a popáleniny
- Věnujte zvýšenou pozornost stavu obětí
- Vyhodnoťte možné změny
- Zopakujte třídění, udržujte ducha vzhůru
- Aplikujte všechny znalosti z předchozích kroků
- Pokuste se zabránit dalším škodám tím, že požádáte zraněné/oběti, aby se nehýbali, udržovali se v teple – blízko sebe, hydratovaní, dokonce se o sebe starali.
- Chraňte zraněné/oběti v případě teroristického útoku, který by mohl pokračovat ve shromažďovací stanici
- Poskytněte zdravotnickému personálu přesné informace, ještě než dorazí na místo, závažnější předejte jako první

**Jak používat NAR
Survival Blanket****Nejlepší způsob, jak
udržet pacienta v
teple****Závažné trauma -
hodnocení a
počáteční
management****Uvolnění chladu z
obětí traumatu**

LEKCE 5

ZAJIŠTĚNÍ ZRANĚNÝCH DO PŘÍJEZDU ZDRAVOTNICKÉ POMOCI

4. Skupinové cvičení



Rozdělte studenty do týmů a moderujte týmovou práci. Požádejte je, aby vymysleli scénář, kdy to zdravotnickému personálu trvá dlouho (co dělat, jakou prioritu).

5. Zpětná vazba



Zpětná vazba a čas na dotazy.

3

Praxe

Více nápadů na procvičení předmětu

Připravte si kvíz s otázkami, jaké je vhodné zajištění zraněných/obětí ve více scénářích (např. změna povětrnostních podmínek: déšť, slunce, vítr).



O

NÁS



READY
4CRISIS

Autoři:



Šéfredaktor,
grafické vydání:

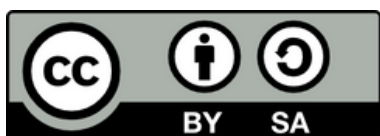


Přečetli jste si kapitolu 4 Předlékařské první pomoci inspirativních vzdělávacích pokynů pro učitele a vychovatele odborného vzdělávání a přípravy. Tento materiál byl vyvinut projektovým týmem Ready4Crisis.

Název projektu: „Ready4crisis-Inovace monitoringu a krizového řízení ve studijních programech OVP pro integrovaný záchranný systém“

Číslo projektu: 2022-1-DE02-KA220-VET-000089097

Více informací najdete na: www.ready4crisis.eu



Tato e-kniha je k dispozici pod licencí Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0). Jeho plné znění lze nalézt na <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>



**Co-funded by
the European Union**

Financováno Evropskou unií. Vyjádřené názory a názory jsou však pouze názory autora (autorů) a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo Evropské výkonné agentury pro vzdělávání a kulturu (EACEA). Evropská unie ani EACEA za ně nemohou nést odpovědnost