



tekst: Grzegorz Prokurat

Pierwsza pomoc

Pierwsza pomoc – to czynności, które możemy wykonać na miejscu wypadku, bez użycia specjalistycznego sprzętu czy leków, do czasu przybycia służb ratunkowych. Nie trzeba być lekarzem czy ratownikiem medycznym, aby prawidłowo zabezpieczyć podstawowe funkcje życiowe u poszkodowanego. Wypadek lub inne zdarzenie, w którym dochodzi do bezpośredniego zagrożenia życia i zdrowia drugiej osoby, należą do tych sytuacji, w których umiejętności świadków stają się jedyną szansą przeżycia poszkodowanego. Czas dojazdu karetki na miejsce wezwania jest trudny do określenia. Na terenie zabudowanym powinien on nie przekroczyć 8 minut. A gdy jesteś w terenie? Wyobraźmy sobie, jak klasyczna „R” pędzi po bezdrożach – małe błotko i ...koniec jazdy. Zespół, zamiast ratować pacjenta, wypycha samochód.

Często mamy do czynienia z sytuacjami, w których w bardzo prosty, a nieraz wręcz prowizoryczny sposób, możemy udzielić pierwszej pomocy. Wypadek nie musi wyglądać groźnie, by okazało się, że brak szybkiej, fachowej pomocy może znacznie wydłużyć rekonwalescencję poszkodowanego. Życie jednak stawia nam nieraz wysoką poprzeczkę. Wyobraźmy sobie samochód osobowy, który zderzył się czołowo z TIR`em przewożącym benzynę. Tak groźny wypadek wymaga specyficznego podejścia. Rozlane paliwo, ofiary w ciężkim stanie. Niezbędna jest tu szybka ewakuacja poszkodowanego z miejsca zagrożenia i natychmiastowe udzielenie pierwszej pomocy. Od momentu zatrzymania krążenia i oddychania, w ciągu już 4 minut dochodzi do nieodwracalnych zmian w mózgu, związanych z jego niedotlenieniem. Niestety, jest to proces biologicznie ostateczny i nieodwracalny. Od nas samych zależy, czy ofiara przeżyje. Sytuacja, w jakiej się wtedy znajdziemy i adrenalina, która nam zapewne mocno podskoczy, musi być opanowana poprzez umiejętne i rozsądne działanie. Najpierw pomyśl – później działaj.

Zwróćcie uwagę na ostatnie zdanie. Czyż nie jest to jedna z podstawowych zasad jazdy samochodem terenowym?

Tak naprawdę, wystarczy kilkugodzinny kurs pierwszej pomocy, połączony z ćwiczeniami na fantomach, aby wiedzieć, jak pomóc pacjentowi, u którego doszło do zatrzymania krążenia. Udzielając pomocy należy pamiętać również o aspekcie psychologicznym. Wszelkie czynności ratownika powinny być powiązane z udzielaniem pomocy psychologicznej, mającej na celu zmniejszenie dyskomfortu ofiary wypadku i zapewnienie mu poczucia bezpieczeństwa.

Co na to prawo?

Kodeks karny przewiduje karę dla osób, które nie udzieliły pomocy

„(...) człowiekowi znajdującemu się w położeniu grożącym bezpośrednim niebezpieczeństwem utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu (...)”. Jest to paragraf pierwszy art. 162 Kodeksu Karnego. Karą za takie zachowanie jest pozbawienie wolności do lat 3.

Paragraf ten ma za zadanie zmobilizowanie ludzi, którzy widząc ofiarę wypadku myślą: „Co mam robić, człowiek leży, chyba nie oddycha, UCIEKAM”. Niestety, jest ich niemało, a zwykły strach często bierze górę nad opanowaniem i podstawową, ludzką potrzebą niesienia pomocy poszkodowanemu.

W takich sytuacjach, dobrze jest także wiedzieć, że Kodeks Karny nie przewiduje konsekwencji dla tych, którzy popełnią błąd podczas próby ratowania życia czy zdrowia.

„Martwy ratownik to zły ratownik“

Musimy jednak pamiętać, że aby móc ratować innych – sami musimy najpierw zatroszczyć się o własne zdrowie i bezpieczeństwo – to ono jest najważniejsze. Jeśli mamy podejrzenia, że za chwile sami możemy stać się ofiarami wypadku, zastanówmy się nad inną możliwością pomocy. Ratownik wkraczając do akcji, musi mieć świadomość istnienia różnego rodzaju zagrożeń. Często np. zdarza się, że udzielenie niezbędnej pomocy jest niemożliwe bez specjalistycznego sprzętu. W takich sytuacjach nie ma co silić się na heroiczne czyny, a najlepsza pomoc, jakiej możemy udzielić, to wezwanie odpowiednich służb i niedopuszczenie do zagrożonego miejsca osób postronnych.

W takich wypadkach pamiętać musimy również m.in. o odpowiednim ustawieniu swojego samochodu – nie może on stać za blisko potrzebujących pomocy, koła powinny być skrecone w lewo, światła awaryjne – zapalone. No i oczywiście trójkąt :).

Trójkąt w lesie? Nie tylko zapewni nam własne bezpieczeństwo, ale i zwróci uwagę nadjeżdżającego właśnie kierowcy, zmuszając do dodatkowej ostrożności lub do zatrzymania się i pomocy.

Innym rodzajem zagrożeń, o których nigdy nie można zapomnieć jest możliwość zakażenia się w czasie kontaktu z poszkodowanym. Podczas niesienia pierwszej pomocy, kontakt z śliną czy krwią ofiary może być niebezpieczny. Chcemy uczulić wszystkich, iż założenie rękawiczek lateksowych jest bardzo istotną sprawą i od niej powinniśmy zacząć udzielanie bezpośredniej pomocy. Trwa to zaledwie kilka sekund, a może zaoszczędzić nam wielu kłopotów.

Apteczka

Pierwsza pomoc na miejscu zdarzenia, np. wypadku komunikacyjnego, wymaga nieraz użycia podstawowego sprzętu ratowniczego. Dlatego też niezbędną rzeczą w każdym samochodzie jest apteczka.

Niestety, w Polsce nie ma obowiązku wożenia jej, dlatego też trudno skompletować odpowiedni zestaw ratowniczy. Producenci oferują przeważnie proste i niefunkcjonalne pakiety.

Plastikowa, kanciasta apteczka, położona na tylnej półce samochodu, w wyniku gwałtownego, ostrego hamowania, zamienia się w pocisk

z ostrymi krawędziami, podążający w kierunku naszej głowy. Niemiłe doznania, zdecydowanie nie polecam. Dlatego też, już samo opakowanie powinno być wykonane z miękkiego materiału i łatwo dostępne. Producenci tych plastikowych „cudeńnek” dołączają często do zestawu watę, spirytus, tabletki przeciwbólowe (nie wspominając o prezerwatywach czy rękawiczkach, które nadają się do użytku tylko na stacjach benzynowych).

Polanie rany oparzeniowej spirytusem zapewni nie tylko dodatkowy potworny ból poszkodowanemu, ale – jeśli dodamy do tego opatrunek z waty - mamy zapewnione parę godzin skomplikowanej pracy dla chirurga. Tabletki przeciwbólowe podane osobie nieprzytomnej, „załane” wodą, mogą skutecznie zablokować drogi oddechowe.

Dlatego też, przedstawiamy podstawowy skład apteczki, który powinien się w niej znajdować, i który może okazać się przydatny każdemu, w niejednej sytuacji.



SKŁAD APTECZKI SAMOCHODOWEJ:

- Opatrunek gazowy 1/4 m2 (3 szt.)
- Opaska dziana 4cmx10 cm (2 szt)
- Elastyczna siatka opatrunkowa typu CODOFIX nr 6 (1 szt)
- Elastyczna siatka opatrunkowa typu CODOFIX nr 4 (2 szt)
- Plaster opatrunkowy (2 szt)
- Chusta trójkątna (2 szt)
- Maseczka do sztucznego oddychania (1 szt)
- Chusteczka odkażająca nasączona alkoholem (5 szt)
- Rękawiczki lateksowe jednorazowe (3 pary)
- Agrałka (3 szt)
- Koc ratunkowy (2 szt)
- Kamizelka ostrzegawcza z paskiem fluorescencyjnym
- Młotek bezpieczeństwa z końcówką do rozcinania pasów
- Kołnierz usztywniający
- Latarka czołowa
- Flara świetlna, ostrzegawcza

Cztery ostatnie pozycje zostały zaznaczone celowo. O ile w samochodzie osobowym nie są one niezbędne, to jednak wszystkim zwolennikom jazdy terenowej proponujemy, aby uzupełnili skład podstawowy o te właśnie przybory. Pamiętajmy, jak trudne może być znalezienie was jadącej na ratunek karetce i ile czasu może potrwać dotarcie na miejsce ekipie ratunkowej. Zmniejszajmy ryzyko do minimum, bądźmy mądrzy i bezpieczni.

foto. arch. BREL.pl