

Elsősegélynyújtási és balesetmegelőzési ismeretek

A TÁMOP-6.1.2/11/1/A „Egészségre nevelő és szemléletformáló életmód programok - lokális szinterek” című pályázat keretében került sor az „Elsősegélynyújtási és balesetmegelőzési ismeretek megvalósítása” csoportfoglalkozásra Miskolcon, a Területi Üzemeltetési Központ – Kelet központjában, amelyen 14 munkavállaló vett részt az RCH különböző területeiről (Budapest, Füzesabony, Hatvan, Miskolc).

A foglalkozást a Humánerőforrás szervezet koordinálásával a Konnektív Felnőttképző Kft. szakmai vezetője tartotta - a résztvevők visszajelzései alapján - sikeresen.

Az elsősegélynyújtás célja, hogy a beteg állapotának további romlását megakadályozzuk, az esetleges életveszélyt elhárítsuk.

Az elsősegélynyújtó feladata:

- helyzet felmérése
- tájékozódás a sérültek állapotáról és számáról
- segítségkérés:
 - o mentők
 - o rendőrség
 - o műszaki mentés, tűzoltók
- esetleges újabb balesetveszély elhárítása
- sérült elhelyezése
- a sérülés, rosszullét természetének megállapítása:
 - o kikérdezés
 - o látható, hallható elváltozások
 - o tapintás
 - o szaglás
- a helyes és halaszthatatlan beavatkozások elvégzése:
 - o közvetlen életveszély elhárítása
 - o újraélesztés
 - o egyéb súlyos veszélyek, másodlagos károsodások kivédése
 - o az elsősegélynyújtó vigyázzon a testi épségére (láthatósági mellény)
- a sérülttel maradni, amíg átadhatja a megfelelő személynek

Elsajátítottuk a rosszullét, sérülés esetén történő teendőket, a sebellátás feladatait és a különleges sérülések ellátását.

A fentiekén túl érdekes, színes példákkal fűszerezett életmódtanácsokat kaptunk a betegségek és balesetek megelőzésére vonatkozóan, valamint a gyakorlatban is kipróbálhattuk a frissen szerzett tudásunkat, például a stabil oldalfekvésbe helyezés, illetve a sebkötözés formáit. Jutott idő a kérdések, észrevételek megbeszélésére.

A csoporttagok aktivitása szintén hozzájárult a foglalkozás sikerességéhez.

Bár többségünk – a KRESZ-hez kapcsolódóan – korábban részt vett elsősegélynyújtó tanfolyamon, abban egyetérttünk, hogy e tudás frissítése és bővítése, új ismeretek elsajátítása azért nagyon fontos és hasznos, mivel krízishelyzetben lévő embertársainkon így hatékonyan segíthetünk.

Deákné Nagy Márta