

Organizacja pierwszej pomocy

Zagadnienia:

1. Obowiązek świadczenia pierwszej pomocy.
2. Ogólny schemat udzielania pierwszej pomocy.
3. Ocena sytuacji.
4. Zapewnienie bezpieczeństwa.
5. Telefoniczne wezwanie pomocy.
6. Karta i numer ICE.
7. Wyposażenie apteczki pierwszej pomocy.
8. Środki zastępcze.
9. Mini pakiety ratownicze.

Ad.1.

Dokumenty informujące o obowiązku udzielania pierwszej pomocy:

- Kodeks Karny (artykuł 162, §1 i 2)
- Ustawa o Państwowym Ratownictwie Medycznym (art. 4,5,6)
- Kodeks Drogowy (*Prawo o ruchu drogowym*) - art. 44.

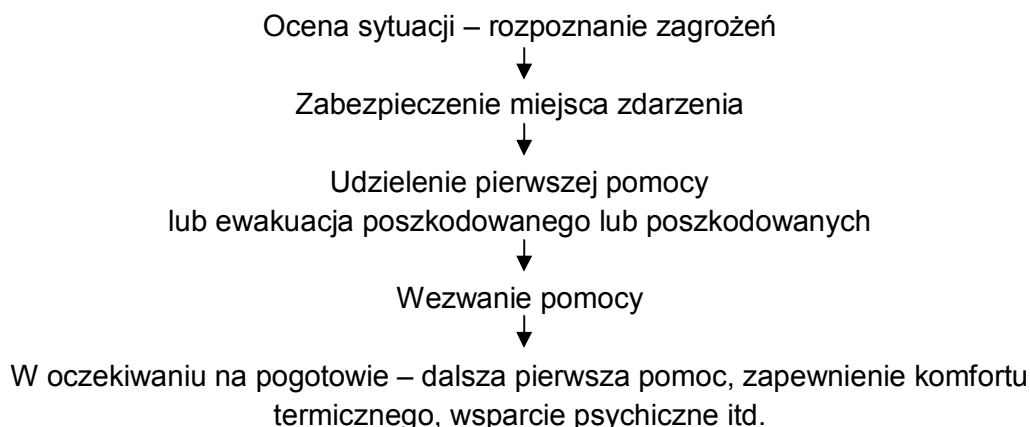
Prawny obowiązek udzielania pierwszej pomocy wynika z ARTYKUŁU 162 KODEKSU KARNEGO, którego zapis brzmi:

§1. Kto człowiekowi znajdującemu się w położeniu grożącym niebezpieczeństwem utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu nie udziela pomocy, mogąc jej udzielić bez narażania siebie lub innej osoby na niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu, podlega karze pozbawienia wolności do lat trzech.

§2. Nie popełnia przestępstwa, kto nie udziela pomocy, do której jest konieczne poddanie się zabiegowi lekarskiemu, albo w warunkach, w których możliwa jest niezwłoczna pomoc ze strony instytucji lub osoby do tego powołanej.

Ad.2.

Ogólny schemat udzielania pierwszej pomocy



Ad.3.

Ocena sytuacji na miejscu zdarzenia (wypadku) – polega na:

- rozpoznaniu tego, co się stało
- rozpoznaniu występujących zagrożeń
- ustaleniu mechanizmu obrażeń
- zebraniu wywiadu od świadków zdarzenia
- ustaleniu liczby poszkodowanych.

Podczas oceny sytuacji należy pracować trzema zmysłami: wzrokiem, słuchem i węchem.

Ad.4.

Zapewnienie bezpieczeństwa - polega na wyeliminowaniu możliwych do usunięcia zagrożeń i zabezpieczeniu przed dalszymi, możliwymi zagrożeniami. Należy pamiętać, aby najpierw zadbać o bezpieczeństwo własne, potem poszkodowanych i świadków (osób postronnych).

Ad.5.

Numery telefonów ratunkowych:

999 - Pogotowie Ratunkowe

112 - Ogólny numer ratunkowy (CPR – Centrum Powiadamiania Ratunkowego)

998 - Straż Pożarna

997 - Policja

601 100 100 - Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (WOPR)

601 100 300, 985 - Górskie oraz Tatrzańskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (TOPR/GOPR)

986 – Straż Miejska CB radio – **kanal 9**

Telefoniczne wezwanie pomocy:

- Miejsce zdarzenia (gdzie to się stało?),
- Opis zdarzenia (co się stało?, występujące zagrożenia),
- Opis poszkodowanych (ile osób?, stan poszkodowanych, kim są poszkodowani),
- Dane osoby wzywającej pomoc.

Ad.6.

ICE

(In Case of Emergency - „w nagłym wypadku”)

Formy zastosowania ICE:

- Numer ICE w telefonie np.: ICE1, ICE2 itd.
- Karta ICE (np. umieszczona w dokumentach, portfelu itp.)

Numer ICE w telefonie lub kartę ICE wykorzystują przybyłe na miejsce zdarzenia (wypadku) służby ratownicze celem:

- powiadomienia osób najbliższych o zaistniałym zdarzeniu (wypadku)
- uzyskania informacji od najbliższych na temat stanu zdrowia poszkodowanego (alergie, choroby, przyjmowane leki itp.).

Karta ICE zawiera imię i nazwisko właściciela i numery telefonu do 3 osób, które należy powiadomić w trakcie wypadku. Osoby podane do kontaktu powinny umieć udzielić informacji o stanie zdrowia właściciela karty.



Celowe jest również wpisanie numerów telefonów w książce telefonicznej swojego telefonu komórkowego np. ICE1-ICE3. Dzięki tym informacjom służby ratownicze będą mogły szybko pomóc poszkodowanej osobie.



Kartę ICE, jako pierwszy w Polsce, wprowadził Polski Czerwony Krzyż. Pomysł karty ICE powstał z inicjatywy włoskich ratowników, którzy zauważyli lukę informacyjną w kontakcie z rodziną i bliskimi poszkodowanych. Skrót ICE jest znany ratownikom na całym świecie.

Ad. 7, 8, 9.

PRZYKŁADOWY SKŁAD I WYPOSAŻENIE APTECZKI PIERWSZEJ POMOCY

1. rękawiczki ochronne (np. lateksowe, nitrylowe, winylowe) – ok. 10 par



2. maseczka do sztucznego oddychania – 1-2 szt.



3. gaza opatrunkowa sterylna (kompresy) – ok. 8 opakowań



4. bandaż elastyczny - ok. 4 szt.



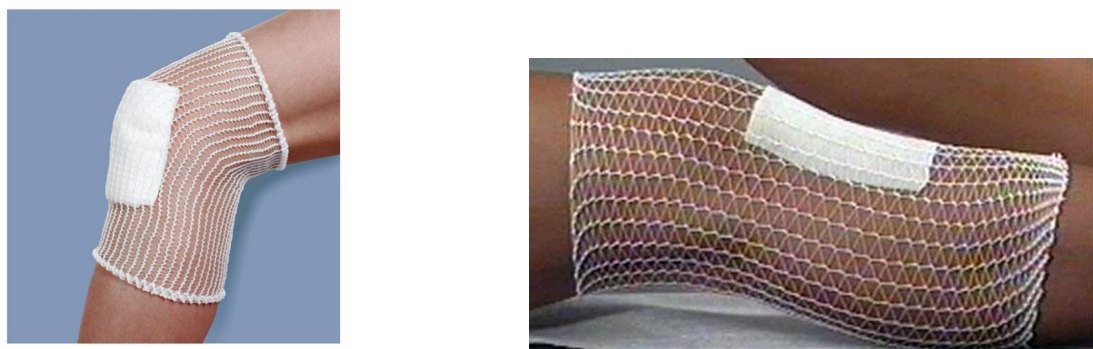
5. bandaż zwykły (opaska dziana) – ok. 4 szt.



6. chusta trójkątna – 1-3 szt.



7. codofix (elastyczna siatka opatrunkowa) - 3 rozmiary



8. folia termoizolacyjna NRC (koc ratunkowy) – 1-2 szt.



9. plaster zwykły - 1 rolka



10. plaster z opatrunkiem (do cięcia) - 1 opakowanie



11. plastry z opatrunkiem (kilka rozmiarów)



12. hydrożel (opatrunek na oparzenia) – kilka rozmiarów



13. latarka (wskazana do założenia na głowę)



14. nożyczki ratownicze lub zwykłe



15. agraftki - 6 szt.



16. instrukcja udzielania pierwszej pomocy



17. młotek do zbijania szyb (apteczka samochodowa)



18. nóż do cięcia pasów (apteczka samochodowa)



19. kamizelka odblaskowa (apteczka samochodowa)



W SAMOCHODZIE OSOBOWYM, W BEZPOŚREDNIEJ BLISKOŚCI APTECZKI, POWINNA ZNAJDOWAĆ SIĘ GAŚNICA ORAZ TRÓJKĄT OSTRZEGAWCZY



OBECNIE NIE ZALECA SIĘ PRZETRZYMYWANIA W APTECZCE PŁYNÓW DEZYNFEKCYJNYCH I LEKARSTW !

NIE UMIESZCZAJ W APTECZCE WODY UTLENIONEJ, WATY I LIGNINY !

W SYTUACJI BRAKU APTECZKI – NIE JESTEŚ BEZRADNY, RÓWNIE SKUTECZNIE MOŻESZ UDZIELIĆ POMOCY UŻYWAJĄC ŚRODKÓW ZASTĘPCZYCH !

ZMINIMALIZOWANĄ FORMĘ APTECZEK PIERWSZEJ POMOCY STANOWIĄ TZW. PAKIETY I BRELOKI RATOWNICZE, KTÓRE MOŻNA NOSIĆ ZAWSZE ZE SOBĄ NP. W TOREBCE, PLECAKU, KURTCE LUB POPRAZ ZWYKŁE DOPIĘCIE DO KLUCZY.

