

PRVÁ POMOC **ZÁŽITKOM**



rescueDEAF

príručka posunkov pre zdravotníkov

Anna Kmecová

2023



rescue**DEAF**

príručka posunkov pre zdravotníkov

autor Anna Kmecová
2023

ÚVOD

Prihovor autora: Anna Kmecová 2023

Stretli ste sa už s nepočujúcim človekom? A nebudaj sa mu niečo stalo a potreboval pomoc – ako ste sa dorozumeli?

Ste zdravotník a vyšetरोvali/ošetrovali ste nepočujúceho pacienta ?

Ja som sa prvýkrát stretla s nepočujúcim pacientom, keď som ako študentka praxovala na urgentnom príjme v nemocnici. Bola som svedkom toho, že pani doktorka pacientke kričala do ucha a keďže jej neodpovedala, len kývla plecom so slovami „počkáme na odbery krvi a uvidíme.“ Pacientka pomedzi to ukazovala ako sa jej točí hlava, zvracala, bolo jej evidentne zle... Prišli s ňou rodinní príslušníci, konkrétne dcéra ktorá ju doviezla so slovami: „Mamka je nepočujúca, nebude s vami komunikovať. Je jej zle a nevieme prečo, tak sme radšej prišli na urgent...“

Absolvovala som preto týždenný kurz posunkového jazyka vo svojom voľnom čase. Vtedy sa ma ľudia z okolia pýtali „načo mi to bude“... A o týždeň som si svoje znalosti už overovala na medzinárodnom záchranárskom cvičení, kde vytiahli spod sutín 2 nepočujúcich pacientov...

Asi o mesiac neskôr, keď som praxovala ako záchranár vo výjazde RLP tak pri ďalšom nepočujúcom pacientovi, už som nemala problém komunikovať. Naozaj stačilo aby som ukázala pár posunkov...

- ja viem trocha posunkový jazyk
- máte nízky cukor
- dáme vám glukózu
- hľadáme kartičku poistenia.

... pacient sa uvoľnil, ukludnil, usmial...

Neskôr ako profi záchranár som sama mala výjazd ako posádka RZP, kde sme mali len hlásené „pani sedí na chodníku

a nekomunikuje“. Nevie si predstaviť ako by sme zistili čo ju trápi. Tlak, EKG, saturáciu mala v poriadku...

A teda dovoľím si konštatovať, že špecifiká komunikácie (aj po prieskume na univerzitách aj v záchranných službách) s nepočujúcim pacientom zdravotníci nepoznajú - lebo vo väčšine prípadov sa ráta s prítomnosťou rodinného príslušníka pre tlmočenie.

Nepočujúci občania často nevedia o možnosti zavolania pomoci cez tieňovú linku 112 prostredníctvom SMS, preto by sme sa chceli zamerať aj na túto kampaň.

Nepočujúci človek síce môže absolvovať klasický kurz prvej pomoci avšak nepozná mnohé abstraktné pojmy a len obrázky alebo len videá nemusia byť dostatočné a vyžadujú si špecifický obsah aj formu edukácie.

Nepočujúceho človeka denne taktiež ohorujú úrazy a náhle stavy doma aj v práci. Mal by adekvátne reagovať keď ide o ohrozenie života... nedovoľme aby ho jeho hednikep znevýhodňoval.

Preto sme sa rozhodli v občianskom združení Prvá pomoc zážitkom realizovať projekt rescueHANDIKEP, ktorý sa zameriava na prístupnennie prvej pomoci pre ľudí s hednikepom.

Každý rok sa budeme venovať 1 téme:

začíname rescueDEAF - prvá pomoc pre nepočujúcich

pokračovať budeme rescueBLIND - prvá pomoc pre nevidiacich a slabozrakých...

Tento projekt sa zameriava na komunitou nepočujúcich (nepoužíva sa už pojem hluchonemých).

Cieľom projektu je vytvoriť dve brožúrky:

a) pre nepočujúcich pacientov,

- **prvá kapitola - príručka prvej pomoci,**
- **druhá kapitola správne zavolanie pomoci na tiesňové linky formou sms,**
- **tretia kapitola - postup vyšetrenia pacienta záchrannou službou,**
- **štvrtá kapitola - posunky v súvislosti s vyšetrením/ hospitalizáciou v nemocnici,**

b) pre zdravotníkov - ako komunikovať s nepočujúcim pacientom = súbor základných posunkov ako odobrať anamnézu ako vysvetliť postup vyšetrenia a úkonov aby hendikep nebol bariérou pri poskytovaní plnohodnotnej zdravotnej starostlivosti a hlavne sa nestrácal čas keď ide o život.

Príručky budú distribuované na organizáciám a komunitám nepočujúcich a zároveň záchranným službám a do nemocníc na emergency.

Samostatne sú nepredajné a môžu pôsobiť nekompletne, keďže slúžia ako podklad ku kurzom resp. workshopom. A sme hrdí, že môžete práve držať v rukách alebo scrollovať online jednu z nich.

Teda súčasťou projektu je aj realizácia workshopov pomoci v posunkovom jazyku pre nepočujúcich:

- a) naživo prostredníctvom tlmočenia do posunkového jazyka**
- b) online**

a workshopy pre:

- a) **zdravotníckych pracovníkov**
- b) **študentov zdravotníckych odborov ako efektívne komunikovať a vyšetriť/ošetriť nepočujúceho pacienta.**

Chceme naučiť aj nepočujúcich prvú pomoc ! aby vedeli reagovať ak sa stane niečo im alebo ich blízkym konať a zachrániť život... Chceme prispieť k lepšiemu systému zdravotnej starostlivosti... Chceme zlepšiť vzdelávanie formou aj obsahom.

Preto sme veľmi radi, že túto našu iniciatívu finančne podporili a vznik tejto príručky zafinancovali v rámci projektu rescueHENDIKEP vo výzve 3. kola Programu podpory partnerstiev 2023: Centrum pre filantropiu n.o. a Nadácia SPP



www.rescuedeaf.sk

ZÁSADY PRVEJ POMOCI

PRVÁ POMOC

ZÁŽITKOM

Držite v rukách brožúrku ako podkladový materiál pre workshop pre zdravotníkov, ktorý pozostáva z 3 častí:

1. časť - úvod do sveta nepočujúcich a nedoslýchavých, zásady komunikácie s nepočujúcim pacientom
2. časť - posunky pre základnú komunikáciu, vyšetrenie a ošetrovanie pacienta, odber anamnézy
3. časť - modelové situácie, tréning komunikácie s figurantom a vo dvojiciach

Brožúra posunkov pozostáva zo 150 posunkov rozdelených do viacerých kategórii. Cieľom je zdravotníckych študentov a zdravotníkov naučiť základné posunky pre vyšetrenie a ošetrovanie pacienta, ďalšiu medikamentóznú liečbu a dohodnutie kontroly. Zameriava sa na odber anamnézy - osobná, lieková, alergická ale hlavne na zistenie terajšieho ochorenia. Ako klásť správne otázky ale aj vedieť vysvetliť ďalšie postupy ako podanie infúzie alebo vyšetrenia ako RTG a sadrovanie. Dohodnúť sa na užívaní liekov. A zvládnuť administratívny proces od kartičky poistenca cez platbu za ošetrovanie.

Fotky posunkov sú pochopiteľne len 2D ale posunok je v priestore 3D a deji preto je vhodné si zapísať poznámku z kurzu/workshopu alebo videa ako si pohyb zapamätať.



Dobrý deň
- popis posunku na obrazku



Dobrý deň
- pokračovanie posunku

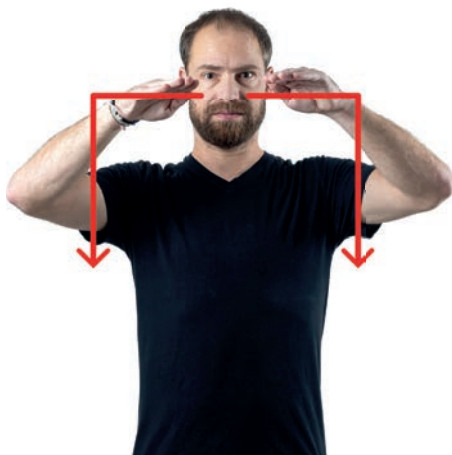
ZOZNAM POSUNKOV PRE ZDRAVOTNÍKOV

Nemocnica	10	Svrbenie	18	Máte problémy	
Záchranka	10	Pichanie	19	s jedlom?	30
Lekáreň	11	Pálenie	19	Máte problémy	
Pohotovosť	11	Hnačka	19	s močením?	30
				Máte problémy	
Kartička		Dobry deň	20	so stolicou?	30
poistenca	12	Dovidenia	20		
Meno	12	Ahoj	20	Zmeriame krvný	
Vek	12			tlak	33
Adresa	13	Ja viem kúsok		Zistíme	
Rodné číslo	13	posunkový		glykémii	33
Telefón	13	jazyk.....	21	Pichneme	
		Nerozumiem ...	22	do prsta	33
Zdravie	14			Zmeriame	
Choroba	14	Som lekár.....	22	pulz	34
Úraz	14	Som		Dám pulzný	
Zlomenina	14	záchranár.....	23	oxymeter	
Vykĺbenina	15			na prst	34
Krvácanie	15	Ako sa cítite? ..	24	Zmeriame	
Teplota	15	Ako sa máte? ..	25	teplotu	34
Horúčka	15	Ake máte		Urobíme	
Kašeľ	16	ťažkosti?	25	SONO	35
Opuch	16	Čo Vás bolí?	26	Urobíme EKG...	35
Zápal	16	Ako dlho?	26	Urobia vám RTG	
Dýchať	16	Mali ste úraz? ..	27	/ ožarovanie ...	35
Zhlboka		Máte alergie? ..	27		
dýchať	17	Aké beriete		Dáme vám	
Točenie		lieky?	28	lieky	36
hlavy	17	Mali ste		Odoberiem	
Astma	18	minulosti		krv	36
Zvracanie	18	operáciu?	28	Pichneme	
Bolesť	18	Bývate sám? ...	29	injekciu	37

Pichneme	Obličky	46	Nádor	56
kanylu	Močový		Stres	56
Obviažeme to..	mechúr	47	Smrť	56
Podáme	Oči	47	Zomrieť	57
infúziu	Uši	47		
Vymočte	Nos	48	Kedy sa to	
sa do pohára ..	Zuby	48	stalo?	57
	Hlava	48	Čas	58
Ležať	Hrdlo	48	Deň	58
Chodiť	Prsia	49	Zajtra	59
Postaviť sa	Hrudník	49	Včera	59
Vydržať	Chrbát	49	Týždeň	59
Čakať	Chrbtica	50	Mesiac	59
Odísť domov ..	Svaly	50	Ráno	60
Výsledky	Ruka	50	Večer	60
Ostaňte	Noha	51	Rok	61
			Spánok	61
Spoločne	Aká choroba? ..	51	Hneď	61
Ešte raz	Zistiť diagnózu	52		
Môže	Dopravná		Menštruácia ...	62
Nemôže	nehoda	52	Dieta	62
Dobre	Mozgová		Muž	62
Zle	prihoda		Žena	62
Ďakujem	(porážka)	53	Potrat	63
Prepáč	Infarkt	53	Pôrod	63
	Cukrovka	53		
Mozog	Epilepsia	54	Potom	64
Plúca	Tehotenstvo ...	54	Platiť	64
Srdce	Osýpky	54	Zadarmo	64
Žalúdok	Sadra	54	WC	64
Žlčník	Prechladnutie	55		
Črevá	Opitý	55		
Pečeň	Alkohol	55		
Maternica	Rakovina	56		



Nemocnica +



+ Nemocnica



Sanitka +

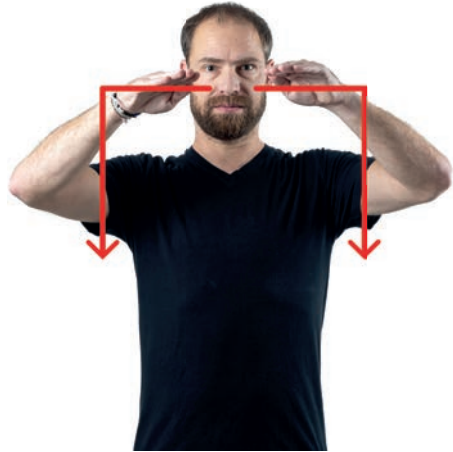


+ Sanitka

rescueDEAF



Lekář +



+ Lekář



Pohotovost +



+ Pohotovost



Kartička +



+ poistenca



Meno



Vek

rescueDEAF



Adresa



Rodné +



+ číslo



Telefón



Zdravie / Ako sa máš



Choroba



Úraz



Zlomenina



Vyklbenina



Krvácanie



Teplota / horúčka



Teplota / horúčka



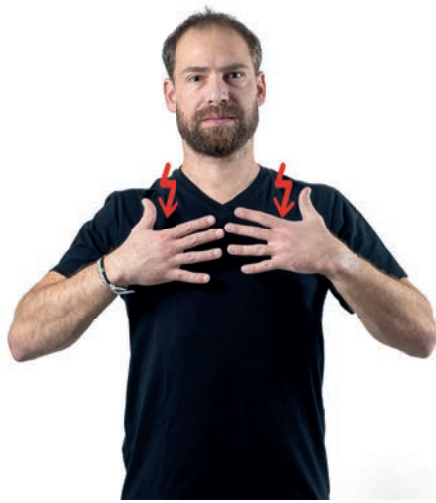
Kašeľ



Opuch



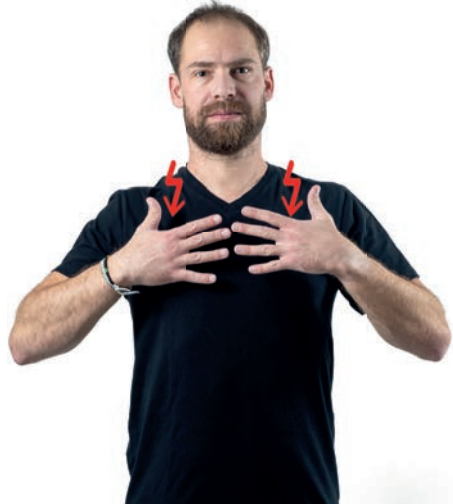
Zápal



Dýchanie



Hlboké +



+ dýchanie



Točenie +



+ hlavy



Astma



Zvracať



Bolesť



Svrbenie



Pichanie



Pálenie



Hnačka



Dobry +



+ deň



Ahoj / dovidenia



Ja -



- viem -



- trochu -



- posunkový -



- jazyk. -



Ja -



- nerozumiem.



Ja som -



- lekár/ doktor / zdravotná sestra



Ja som -



- záchranár



- záchranár



- záchranár



Otázka + (začiatok každej opytovacej vety +)



? + ako ...



... sa cítite

rescueDEAF



? + ako ...



... sa máte.



? + aké ...



... ťažkosti.



? + Čo ...



... bolí.



? + Ako ...



... dlho.



? + Bol ...



... úraz.



? + Aké ...



... alergie.



? + Aké ...



... lieky ...



... beriete.



? + Mali (ste) ...



... operáciu.



? + Bývate -



- Bývate ...



... sám.



? + Problémy ...



... s jedlom.



... s močením.



... so stolicou.





Zmerám ...

rescueDEAF



... krvný -



- tlak.



... glykémiiu +



+ glykémiiu.



... pulzný oximeter.



... pulz.



... teplotu +



+ teplotu.



... sono.



... EKG.



... Röntgen +



+ Röntgen.



Dám ...



... lieky.



Odoberiem ...



... krv.



Pichnetem ...



... kanylu / injekciu / ...



... do ruky.



Obviazať



Pichnet - podám...



... infuziu.



Vymočiť ...



... do pohára



Lahnúť +



+ Lahnúť



Chodiť



Postaviť sa



Vydržat



Čekat



Odít +



+ Odít (domov)

rescueDEAF



Výsledky



Ostaňte



Spolu dvaja +



+ Spolu dvaja



Ešte ...



... raz.



Môže



Nemôže

rescueDEAF



Dobre



Zle



Ďakujem



Prepáč



Mozog



Plúca



Srdce



Žalúdok



Žlčník +



+ Žlčník



Črevá



Pečeň



Maternica +



+ Maternica



Obličky +



+ Obličky



Močový +



+ mechúr.



Oči



Uši



Nos



Zuby



Hlava



Hrdlo



Prsia (malý oblúk)



Ženské prsia (veľký oblúk)



Hrudník



Chrbát



Chrbtica +



+ Chrbtica



Sval



Ruka



Noha



Koľko



Aká ...



... choroba



Zistiť / vyšetriť ...



... diagnózu.



Dopravná ...



... nehoda.



Mozgová príhoda



Cukrovka



Infarkt +



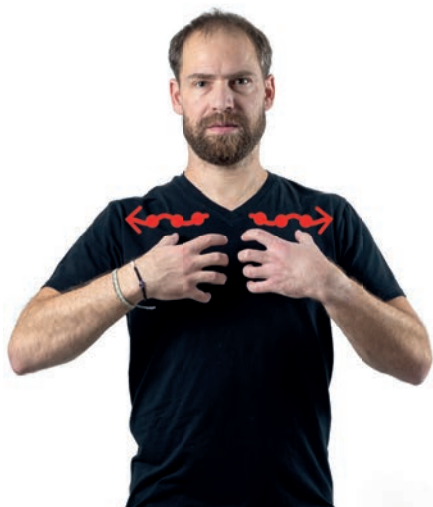
+ Infarkt



Epilepsia



Tehotenstvo



Osýpky



Sadra



Prechladnutie +



+ Prechladnutie



Opitost



Alkohol



Rakovina



Nádor



Stres



Smrt'



Zomriet +



+ Zomriet'



Kedy +



+ Kedy



Stalo sa +



+ Stalo sa



Čas



Deň



Zajtra



Včera



Týždeň



Mesiac



Ráno +



+ Ráno



Večer +



+ Večer

rescueDEAF



Rok



Spánok



Hned' +



+ Hned'



Menštruácia



Dieťa



Muž



Žena

rescueDEAF



Potrat +



+ Potrat



Pôrod +



+ Pôrod



Potom



Platit



Zadarmo



WC

ZAVER

Príhovor autora: Anna Kmecová 2023

A čo ďalej? Nie, nekončí to vydaním príručky a zorganizovaním workshopov či natočením videa.



Oslovili sme na spoluprácu organizácie:

- **ANEPS Asociácia Nepočujúcich Slovenska, pobočka Košice a Prešov**
- **SNEPEDA**
- **Slovenský zväz nepočujúcich**
- **Deaf Studio**

Tešíme sa na spoluprácu. A ak by ste sa chceli pridať k tejto iniciatíve, neváhajte nás kontaktovať.



Pilotný workshop organizujeme v spolupráci s:

- Spolok medikov mesta Košice
- Lekárska fakulta Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach

Pre realizáciu projektu sme ponuku poslali aj:

- **Univerzitná nemocnica L. Pasteura Košice**
- **Záchranná služba Košice**

Ponuku budeme posiaľať všetkým lekárskeým a zdravotníckym fakultám, záchranným službám, nemocniciam a zdravotníckym zariadeniam. Ak vás to už teraz zaujalo, neváhajte objednávať.



Prvá pomoc zážitkom o.z.
Telefón: +421 948 914 672
Mail: info@prvapomoczazitkom.sk
www.prvapomoczazitkom.sk

Dostala som ponuku od Asociácie Samaritánom Slovenskej republiky, stať sa súčasťou medzinárodnej pracovnej skupiny pod SAMARITAN INTERNATIONAL a podieľať sa na projekte "Inclusive First Aid" (INFA), ktorého cieľom je vytvorenie medzinárodných štandardov pre špeciálne kurzy prvej pomoci a vytvorenie metodiky - Training persons with disabilities in first aid

A collection of practice examples and recommendations compiled by the Erasmus+



Takže aj myšlienka a malé kroky na úvod môžu dosiahnuť medzinárodné zmeny.

Ďakujeme, že ste súčasťou tejto iniciatívy!

www.rescuedeaf.sk

Text: Anna Kmecová

Foto: Ivana Nováková, David Novák

Grafická úprava posunkov: Andrea Mlynarová

Posunky: Ervin Mittelmann

Grafická úprava a tlač: Rokus, s.r.o., www.rokus.sk

Naklad: 150 ks

Rok vydania: 2023



rescueDEAF - prvá pomoc pre nepočujúcich
je organizovaná občianskym združením
Prvá pomoc zážitkom vďaka finančnej
podpore **Nadácie SPP** ako partnera
Centra pre filantropiu
v rámci 3. kola
Programu podpory partnerstiev 2023
v projekte **rescueHENDIKEP**.

