

 PRVÁ POMOC **ZÁŽITKOM**



rescueDEAF

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**.

Nadácia **SPP**

cpf | CENTRUM PRE
FILANTROPIU


rescueHENDIKEP


rescueDEAF

Anna Kmecová
2023




rescueDEAF

príručka prvej pomoci pre nepočujúcich

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 vyšetřovali/ošetrovali ste nepočujúceho pacienta ?

Ja som sa prvýkrát stretla s nepočujúcim pacientom, keď som ako študentka praxovala na urgentnom prijme v nemocnici. Bola som svedkom toho, že pani doktorka pacientke kričala do ucha a keďže jej neodpovedala, len kývla plecťom 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“. Nevieťm si predstaviť ako by sme zistili čo ju trápi. Tlak, EKG, saturáciu mala v poriadku...

A teda dovolím si konštatovať, že špecifiká komunikácie (aj po prieskume na univerzitách aj v záchraných 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 ohorzuju úrazy a náhle stavy doma aj v práci. Mal by adekvátne reagovať keď ide o ohrozenie života... nedovoľme aby ho jeho hedníkep znevýhodňoval.

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

Každý rok sa budeme venovať 1 téme:

začínáme 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 kurzu prvej pomoci pre nepočujúcich, kde si vysvetlíme aj ako kontaktovať tiesňovú linku, v rámci osvetu predstavíme aj vybavenie sanitky a postup výjazdu záchranej služby.

Fotky - ilustračné zábery sú rozdelené teda do 3 kapitol:

1. Kapitola PP - prvá pomoc

2. Kapitola 112 - tiesňová linka

3. Kapitola ZZS - záchranná zdravotná služba



Obsah

PP triasť	8	112	24
PP šúčať hrudník	8		
PP dýchanie pozeráť	9		
PP volať záchranka	9	ZZ počúvať dýchať.....	26
PP stláčať hrudník dospelý ..	10	ZZ tlak merať	26
PP dýchať dospelý	10	ZZ pulz 1 merať	27
PP stláčať hrudník dieťa	11	ZZ pulz 2 merať	27
PP dýchať dieťa	11	ZZ cukor 1	28
PP stláčať hrudník bábätko ..	12	ZZ cukor 2	28
PP dýchať bábätko	12	ZZ pichnúť ihla 1	29
PP stláčať hrudník,		ZZ pichnúť ihla 2	29
lepíť elektródy	13		
AED	13	Záver	30
PP dusiť dospelý	14		
PP dusiť dieťa	15		
PP zlomiť noha	16		
PP zlomiť ruka	16		
PP krvácať	17		
PP krvácať	18		
PP krvácať	19		
PP epilepsia	20		
PP ležať bok	20		
PP hore nohy	21		
PP zabaliť fólia	21		
PP stehno pichnúť ja	22		
PP stehno pichnúť ty	22		



PP triať



PP dýchanie pozerat



PP šúchať hrudník



PP volať záchranka



PP stláčať hrudník dospelý 2 ruka 30x



PP dýchať dospelý 2x



PP stláčať hrudník dieťa 1 ruka 15x



PP dýchať dieťa 2x



PP stláčať hrudník bábätko 2 palce 15x



PP dýchať bábätko 2x



PP stláčať hrudník, lepiť elektródy



AED



PP dusiť dospelý 5x búchať



PP dusiť dospelý 5x tlačiť



PP dusiť dieťa 5x búchať



PP dusiť dieťa 5x tlačiť



PP zlomit' noha



PP krvácat' - obvaz 1



PP zlomit' ruka



PP krvácat' - obvaz 2



PP krvácať - škrtidlo



PP krvácať -turniket



PP krvácať - dnu 1



PP krvácať - dnu 2



PP epilepsia - krčce držať hlava



PP hore nohy



PP ležať bok



PP zabalit' fólia



PP stehno pichnúť ja



PP stehno pichnúť ty



ZZ počúvať dýchať



ZZ pulz 1 merať



ZZ tlak merať



ZZ pulz 2 merať



ZZ cukor 1



ZZ cukor 2



ZZ pichnúť ihla 1



ZZ pichnúť ihla 2

ZÁVER

Príhovor autora: Anna Kmecová 2023

A čo ďalej? Nie, nekončí to vydaním príručky a zorganizovaním workshopov či natáčaním 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**
- **Záchraná služba Košice**

Ponuku budeme posielat' všetkým lekárskym a zdravotníckym fakultám, záchraným službám, nemocniciam a zdravotníckym zariadeniam. Ak vás to už teraz zaujalo, neváhajte objednať.

PRVÁ POMOC

ZÁŽITKOM

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

Figuranti: Anna Kmecová a Michal Milke

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

Náklad: 150 ks

Rok vydania: 2023