

1.4. Konspekt zajęć „Podtopienie”

Autorzy konspektu: Karolina Goede, Paulina Kiedrowicz, Oliwia Rink

Temat zajęć: Podtopienie

Czas realizacji: 1 godzina dydaktyczna

Miejsce realizacji: teren biwakowy przy akwenu wodnym bądź teren przed szkołą, klasa szkolna

Cel ogólny:

Przygotowanie ucznia do podejmowania działań ratowniczych w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń w obszarze bezpieczeństwa ludności cywilnej, jak i udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej.

Cele operacyjne skorelowane z podstawą programową:

- a) w zakresie wiadomości uczeń:
 - przedstawia typowe zagrożenia zdrowia i życia związane z wodą, wyjaśnia, jak zapobiegać tonięciu i wypadkom w akwenach wodnych;
 - rozumie znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy;
 - zna zasady udzielania pierwszej pomocy osobie podtopionej;
 - wyjaśnia różnicę między utonięciem a podtopieniem;
 - zna zasady bezpiecznego postępowania w miejscu zdarzenia;
- b) w zakresie umiejętności uczeń:
 - wyznacza strefę bezpieczeństwa w sytuacji zagrożenia;
 - w sytuacji stymulowanej udziela pierwszej pomocy osobie poszkodowanej po wydobyciu z wody;
 - w sytuacji stymulowanej transportuje poszkodowanego wykorzystując dostępne środki;
- c) w zakresie postaw (kompetencji) uczeń:
 - pracuje w zespole w celu zabezpieczenia miejsca schronienia, udzielenia pierwszej pomocy poszkodowanemu;
 - wykazuje odpowiedzialność za bezpieczeństwo i stan zdrowia poszkodowanego.

Metody:

1. metoda sytuacyjna - zaaranżowanie wydarzenia według scenariusza zajęć. Zajęcia przeprowadzone w plenerze

Formy pracy:

1. grupowa – którą organizuje się jednorazowo
2. zbiorowa – gdzie czynnie uczestniczy nauczyciel

Środki dydaktyczne:

- Osobista apteczka: gazy jałowe, bandaże, nożyczki, środki dezynfekujące ranę, jednorazowe rękawiczki, chusta trójkątna, maseczka do sztucznego oddychania
- Przedmioty osobiste uczniów mogące posłużyć do zapobieżenia wychłodzenia
- ręczniki

Przygotowanie do zajęć:

- Nauczyciel - wyznacza ucznia, który wcieli się w postać osoby poszkodowanej, udziela mu wskazówek co do odgrywanej przez niego roli.
- Rola ucznia - ofiara podtopienia, uczeń symuluje utratę przytomności, następnie dreszcze, odkrztuszanie i dezorientację. Po symulacyjnych 5 wdechach ratowniczych, uczeń „odzyskuje przytomność”.
- Przygotowanie scenerii/rekwizytów - apteczka z wyposażeniem, ręczniki kąpielowe w plecakach uczniów.

Przebieg zajęć:

Wprowadzenie sytuacyjne:

Podczas pobytu na szkolnym biwaku uczniowie wraz z nauczycielem postanawiają skorzystać z możliwości i popływać w pobliskim jeziorze. Jeden z uczniów kiepsko pływa i spaceruje blisko brzegu do połowy zanurzony w wodzie. Nagle trafia na osuwisko i wpada do jeziora. Na pomoc koleżdze rzucają się znajomi z klasy, wyciągają wspólnymi siłami kolegę na brzeg.

Symptomy: utrata przytomności (którą uczeń odzyskuje po 5 symulowanych wdechach ratowniczych, odkrztuszanie, dreszcze i dezorientacja).

Wywiad:

Po wyciągnięciu poszkodowanego z wody oceniamy jego stan przy pomocy wywiadu AVPU i ABC. W zależności od jego stan stosujemy czynności ratownicze.

AVPU (skala określania przytomności):

A- alert (przytomny i świadomy)

V- voice (reaguje na głos)

P- pain (reaguje na ból)

U- unconscious (nieprzytomny/brak reakcji)

ABC (ocena samodzielności oddechu i krążenia):

A- airways (drożne drogi oddechowe)

B- breath (samodzielny oddech)

C- circulation (wyczuwalne krążenie)



Diagnoza:

Na podstawie obserwacji i zebranego wywiadu stwierdzamy, że poszkodowany nie oddycha, ma wyczuwalne tętno, jest nieprzytomny, ma drożne drogi oddechowe.

Wezwanie pomocy 112:

Uczeń, który podejmuje akcję ratowniczą oddelegowuje innego ucznia w celu powiadomienia pogotowia ratunkowego.

Wyznaczony uczeń wybiera nr alarmowy 112 jednocześnie informuje innych uczestników zdarzenia, że to robi, żeby zgłoszenia nie powieliły się.

Po połączeniu z numerem alarmowym należy podać następujące informacje:

- co się stało,
- gdzie miało miejsce zdarzenie,
- w jakim stanie jest poszkodowany,
- informacje zebrane na podstawie przeprowadzonego wywiadu,
- informacje o udzielonej pierwszej pomocy przedmedycznej,
- a także odpowiedzieć na wszystkie dodatkowe pytania jakie zada operator numeru alarmowego.

WAŻNE! Nie wolno zakończyć połączenia. Operator może potrzebować dokładniejszych informacji lub udzieli dodatkowych wskazówek jak postępować z poszkodowanym.

Podjęte czynności ratownicze:

Podczas podjęcia poszkodowanego z wody stabilizujemy mu kręgosłup.

W pierwszej kolejności wykonujemy 5 wdechów ratowniczych! (Jeżeli to możliwe, można je wykonać jeszcze w wodzie).



Po odzyskaniu oddechu, poszkodowany z pewnością będzie się krztusił, odkasłując zalegającą w układzie oddechowym wodę. Należy mu pomóc zająć dogodną pozycję, np. układając poszkodowanego w pozycji bocznej bezpiecznej. Jeśli poszkodowany odzyskał przytomność, staramy się zapewnić mu komfort psychiczny, ale też termiczny.

W środowisku gęzsy, w celu zapewnienia komfortu termicznego wykorzystujemy własne suche ręczniki, bluzy, koce. Możemy również rozpalić ognisko.

Transport poszkodowanego:

W przypadku gdy pogotowie nie jest w stanie dotrzeć bezpośrednio do poszkodowanego, przenosimy go na prowizorycznie wykonanych noszach. Do tego celu wykorzystujemy największy ręcznik, koc, złożone bluzy, koszulki.



Podsumowanie zajęć:

Nauczyciel omawia wszystkie elementy kluczowe w zaistniałej sytuacji, przeprowadzonej akcji ratowniczej, wskazuje ewentualne błędy. Najistotniejszymi informacjami jakie powinny się w takowym podsumowaniu znaleźć to:

- typowe zagrożenia zdrowia i życia związane z wodą
- zachowania zapobiegające utonięciu i wypadkom w akwenach wodnych;
- różnice między utonięciem a podtopieniem;
- znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy;
- zasady udzielania pierwszej pomocy osobie podtopionej;
- zna zasady bezpiecznego postępowania w miejscu zdarzenia;
- procedura wzywania pomocy pod nr 112;
- zasady zabezpieczenia poszkodowanego i transportu do miejsca przyjazdu pogotowia ratowniczego wykorzystując dostępne środki.

