



Zážitková výuka PP s aplikací Záchranka

K čemu je aplikace Záchranka a její výuková verze?

Ostrá verze aplikace Záchranka slouží k přivolání ZZS a **současnému odeslání polohy** volajícího, jejíž přesné popsání vždy činilo vystresovaným volajícím největší problém. Společně s polohou, pokud uživatel provedl příslušná nastavení, odchází na dispečink i další informace (kontakt na osobu blízko, jméno a příjmení volajícího, chronická onemocnění, stav baterie mobilního telefonu atd.). Volající a operátor, tak už řeší jen aktuální stav pacienta, což výrazně urychluje komunikaci a zásah posádky činí účinnějším.

Mezi další užitečné funkce patří: seznam a poloha nejbližších zdravotnických zařízení, mini tutorial o první pomoci, nebo poloha nejdosazitelnějších přístrojů AED.

Výuková verze aplikace umí všechno výše popsané, s jediným rozdílem — po stisknutí tísňového tlačítka **se vytočí předem nastavené číslo**, nikoliv dispečink ZZS. Tedy každý, kdo učí první pomoc, a chce ji učit opravdu realisticky, má možnost účastníkům kurzu nebo svým žákům zprostředkovat velmi skutečně vypadající hovor s dispečinkem ZZS.

Kde si mohu aplikaci Záchranka stáhnout? Jak ji nainstaluji?

Výukovou aplikaci Záchranka je možné stáhnout na adrese <http://www.zachrankaapp.cz/vyuka>.

Pro využívání výukové aplikace Záchranka je nutná Vaše registrace. Po vyplnění registračního formuláře a schválení Vaší registrace, obdržíte přístupové údaje k Vašemu účtu, odkaz na stažení aplikace a aktivační kód. Po úspěšné instalaci aplikace na Vašem mobilním telefonu a spuštění budete vyzváni k zadání aktivačního kódu, který jste obdrželi mailem po potvrzení Vaší registrace. Následně budete vyzváni k zadání nouzového telefonního čísla - to je telefonní číslo, na které bude aplikace Záchranka volat v případě stisknutí nouzového tlačítka.

Na adrese <http://www.zachrankaapp.cz/dispecink> můžete zobrazit ukázkovou obrazovku, kterou vidí operátoři na tísňové lince 155. Vlevo nahoře po stisknutí tlačítka "NOVÁ UDÁLOST" můžete na další stránce kliknout na blikající tlačítka "GPS". Budete vyzváni k přihlášení pomocí údajů, které jste získali při Vaší registraci. Nyní budete moci zobrazit jednotlivé "události", respektive aktuální polohu volajících na Vaši simulovanou tísňovou linku.

Jak použít aplikaci Záchranka k výuce první pomoci?

Proč učit první pomoc zážitkem?

Zážitková pedagogika má v ČR velkou tradici, a to už od dob Foglara, Svojsíka a Zapletala. Na našem území již přes 40 let funguje Prázdninová škola Lipnice, která se o rozvoj výuky zážitkem velice zasloužila.

Zážitkový způsob vzdělávání má i své nezastupitelné místo ve výuce první pomoci. Staví na nezbytném množství teorie, která je podávána interaktivní formou, při které jsou účastníci aktivně vtahováni do výuky, často pracují s pomůckami a namáhají se i fyzicky. Dalším stupněm je nácvik (posléze opakovaný

nácvik) praktických dovedností, například resuscitace nebo zástavy masivního krvácení. Vrcholem kurzu je pak modelová situace s přesně popsaným scénářem a realisticky namaskovanými poraněními.

V modelových situacích dostáváme účastníka mimo komfortní zónu a nutíme jej jednat ve stresové situaci. Účastník si zde také uvědomuje nutnost ochrany vlastního bezpečí. Jedině takto ucelené a na vlastní kůži zažité zkušenosti se stávají opravdovými dovednostmi, a ne pouhými poučkami, které se rychle zapomínají. Účastník, který prošel zážitkovou výukou má mnohem větší šanci, že v reálné situaci dokáže účinně pomoci a sám se udržet v bezpečí.

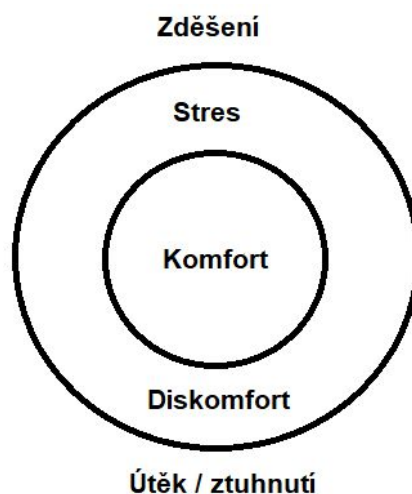
A v neposlední řadě je účastník opakovaně nucen kontaktovat zdravotnickou záchrannou službu (ZZS). Nejdůležitějším údajem, který volající operátorovi sděluje, je místo. Právě použití aplikace Záchranka tento úkol velmi zjednodušuje a zpřesňuje. V níže uvedených situacích vždy existuje nutnost kontaktovat ZZS. Účastníci k volání užívají právě aplikaci Záchranka.

Doporučujeme, aby se situace účastnili 2 učitelé. Jeden, který bude celou dobu na místě, bude sledovat situaci, a nakonec dá zpětnou vazbu. Druhý učitel bude mimo dějiště připraven s mobilním telefonem a sehraje roli dispečera ZZS.

Jak postavit modelovou situaci?

Proto, abyste dobře postavili modelovou situaci je klíčová jedna věc — sám umět perfektně první pomoc a znát aktuální postupy. Zážitková pedagogika dobře fixuje postupy a dovednosti, byla by tedy škoda touto formou zařizovat postupy špatné a zastaralé. Prosíme tedy všechny zodpovědné lektory a učitele první pomoci, aby nejdříve sami prošli zážitkovým kurzem na toto téma.

Než budete číst dál, vezměte si, prosím, k srdci jedno varování — modelovka nesmí být jediným nebo prvním setkáním účastníka s první pomocí. Způsob “hodit do vody a plavat” v první pomoci nefunguje, naopak, účastníka přesouvá daleko za hranici zóny komfortu, rovnou do tzv. “zóny zděšení”, kde už žádná výuka neprobíhá. // Teorii zón vyjadřuje obrázek vpravo. Účastníci přicházejí na kurz v komfortu. Cílem zážitkové pedagogiky jsou řízené výlety do diskomfortu, kde se účastníci díky přiměřené hladině stresu dobře učí. Po skončení modelové situace je úkolem lektora, vrátit účastníka zpět do komfortní zóny, třeba pomocí cílené zpětné vazby. Chybou je skok rovnýma nohama do zóny zděšení, kde následuje útek, nebo ztuhnutí, ale rozhodně zde neprobíhá žádná výuka.



Než se tedy s lidmi pustíte do modelovek, připravte je na to. Dejte jim nezbytný teoretický základ, záchranné techniky opakovaně nacvičujte, sám jako lektor sehraje mdlobu..., prostě dělejte malé opatrné výlety do zóny diskomfortu, pak teprve vezměte účastníky na túru do velké modelovky.

Pokud chcete rizika plynoucí z modelovek udržet na uzdě, pak se neobejdete bez pravidel, jedině pak budou účastníci řešit první pomoc, a ne komplikace ze strachu a neznalosti. Ta osvědčená přinášíme zde:

- STOP — Klíčové pravidlo zážitkové pedagogiky. Každý účastník může jakýkoliv program kdykoliv opustit. Musí vědět, že je to v pořádku, že se mu dostane péče od lektora. Taktéž musí být poučen, o co “stopkou” přichází, co se mohl naučit, tedy že ji má používat uvážlivě.



- OSTRÝ — V modelovce, kde všichni křičí lze snadno přeslechnout, že někdo křičí doopravdy, protože se zranil. Zde použijte slovo “ostrý”, na které má správný lektor trénované ucho a účastníkovi pomůže.
- Neresuscituj živé! — Na nácvik masáže máme figuríny. Masírujte tedy gumáky, ale pozor, buďte si pak ti z masa a kostí.
- Volám záchranku! — Stanovte pravidla volání záchranky, naučte všechny ovládat aplikaci Záchranka.
- Reality show — Vše dělejte tak reálně, jak jen to je možné. Vytahujte klíčky, zatahujte ruční brzdy, berte si rukavice. Nic jako, vše doopravdy.

Modelové situace vždy mají vycházet z reálného života a prostředí, ve kterém se odehrávají? Ve školách to mohou být úrazy v tělocvičně, na školních pozemcích, učebnách nebo jídelnách. Ve výrobních firmách pak poranění stroji, se kterými zaměstnanci denně pracují. Právě zasazení do prostředí, ve kterém se účastníci standardně pohybují je klíčovým motivačním aspektem. Taktéž je nutné používat reální rekvizity: auta, sportovní vybavení atd., především však co nejméně imaginárních prvků, na které účastníci snadno zapomenou. Chtít po někom, aby si uprostřed školního hřiště představil dálnici, a podle toho se choval, je velmi nereálné.

Po každé modelové situaci musí přijít cílená zpětná vazba, které s účastníky rozebere správný postup a poukáže na příležitosti ke zlepšení. Je vhodné, pokud si účastníci dávají zpětnou vazbu mezi sebou. Lektor je zde v roli moderátora, nikoliv mentora, který jediný zná správné řešení. // Cílená zpětná vazba je téma, které vydá na celé školení. Jako první krůček doporučujeme knížku: REITMAYEROVÁ, Eva. *Cílená zpětná vazba*. Eva je skvělá psychologka a lektorka, na dané téma pořádá i kurzy, stavte se. Buďte zodpovědní.

Jak se realisticky maskují poranění?

Maskování poranění je prvkem, který modelové situace dotáhne blízko k realitě. Jen účastník, který si zkusí ošetřovat krvácející poranění bez rukavic, potřísní se krví a je na to ve zpětné vazbě upozorněn, bude na své bezpečí vždy pamatovat.

Zase jedno malé varování: Sebelépe namaskované poranění nebude fungovat, když vám chybí dobrý scénář modelové situace s propracovanou atmosférou, rekvizitami a dobře poučenými figuranty. Pěkné rány jsou jen částí úspěchu, tak na to pamatujte...

Níže uvádíme základní receptury pro výrobu maskérského materiálu. Jedná se o dostupné a levné zboží, většinou potraviny.

Obecný princip namaskování krvácející rány

Na pokožku nalepíme textilní tělovou náplast. Naneseme těsto, které mokřýma rukama rozhladíme do ztracena. Tvořítkem vymodelujeme ránu, jejíž okraje a hluboké kontury zdůrazníme pastou. Celou ránu dotvoříme medovou krví. Na velké krevní stopy použijeme krev vodovou.

Modelovací hmota (maskérské těsto)

Modelovací hmota slouží k vytvoření falešné pokožky. Tu pak lze tvarovat do ran, zasazovat do ní cizí předměty či skrývat hadičky vedoucí krev. Na těle drží sama a je nutné její rozetření do ztracena mokřýma rukama.

- 200 ml hladké bílé pšeničné mouky;



- 5 lžic soli;
- 2 lžičky kyseliny citrónové;
- 2 lžice stolního oleje;
- 250 ml vody.

Smícháme mouku se solí a kyselinou citrónovou, přidáme olej a promícháme. Poté přidáme vodu a rozmícháme, aby se nevytvořily kousky ani žmolky. Poté zahřejeme rychle na plynovém vařiči a po zesklotvení vypracujeme rukama namočenýma v oleji.

V případě, že přibarvujeme, vmícháme barvy před přidáním oleje a vody:

- Barva žlutá: žluť citrónová; barva červená: Carmin; barva hnědá: kakao – pudr, neslazené.

Pasta do rány

Pasta do rány slouží ke znázornění hlubších struktur v ráně. Používá se do uměle vytvořeného reliéfu rány do maskérské hmoty. Vytahují se jí okraje rány a nejhlubší struktury. Její vrstva nemá být souvislá.

- 1 lžička Klovatiny;
- 3 lžičky hladké mouky;
- 4 lžičky kyseliny citrónové;
- 3 lžičky červené barvy Carmin;
- 2 kapky žlutého saponátu na nádobí;
- cca 15 ml vody – tak, aby se vytvořila polohustá kaše.

Do uzavíratelné nádobky dáme červenou barvu a kyselinu citrónovou. Protřepeme a přidáme klovatinu, opět protřepeme, přidáme mouku, Jar a vodu. Mícháme hmotu, dokud se nespojí. V případě, že je hustá, přidáme vodu, až dosáhneme polohusté konsistence.

Medová krev

Medová krev slouží k závěrečnému dotvoření rány. Vrství se přes pastu tak, aby tmavší pasta neustále prosvítala. Medová krev také z rány vytéká a tvoří krevní stopu.

- 2 lžiček barvy Carmin;
- 2–2,5 kávových lžiček vařící vody;
- 4 lžice pampeliškového medu;
- 2 lžičky karamelové polevy.

V misce rozmícháme červenou barvu tak, aby se nevytvořila žádná hrudka, přidáme med a karamel. Medu a karamelu přidáváme tolik, abychom dosáhly odstínu krve.

Vodová krev

Vodová krev slouží ke znázornění velkých krevních “tratolišť” a plnění hadiček dálkového vedení krve. Její vzhled není zcela reálný, ale důvod existence ekonomický — medová krev je drahá a pro tyto účely tak použít nelze.

- 1 litr vody;
- 3 lžičky Carminu;



Do vody přidáváme barvu.

Návrhy výukových modelových situací

Na níže uvedených řádcích ukazujeme, jak by mohla vypadat modelová situace ve školním prostředí. Berte je jen jako inspiraci — vždy situaci dotvářejte a upravujte k prostředí místa, kde proběhne.

Modelovka 1 — Náhlá mdloba spolužáka s následným bezvědomím

Situace: Během školní hodiny omdlí jeden z vzadu sedících žáků. Během pádu se udeří o opěradlo židle do hlavy.

Pomůcky: školní třída, mobil s výukovou verzí aplikace Záchranka

Možné řešení: Žáci přicházejí k postiženému a snaží se poskytnout první pomoc. Dá se očekávat, že je napadne zvednout nohy, to však nepomáhá, jedná se o bezvědomí. Žáci kontaktují ZZS pomocí aplikace Záchranka. Operátor je navádí v telefonicky asistované první pomoci (TAPP).

Správný postup:

1. Vlastní bezpečnost: kontrola okolí zaměřená na případný pád nábytku atp.
2. Postiženého hlasitě oslovíme.
3. Dále zkusíme zatřást za ramena.
4. Pokud leží na břiše, je nutné přetočení postiženého na záda.
5. Provedeme záklon hlavy: jedna ruka tlačí na čelo, druhá tahá prsty za bradu.
6. Zkontrolujeme dýchání: alespoň po dobu 10 s; dýchání srovnáváme sami se sebou.
7. Nyní máme dostatek informací k zavolání ZZS, použijeme aplikaci Záchranka.
8. Řídíme se pokyny dispečera. Budeme vedeni k neustálému udržování záklonu hlavy a pravidelné kontrole kvality dýchání.

Modelovka 2 — Opaření rychlovarnou konvicí

Situace: Ve sborovně vaří učitelka v rychlovarné konvici vodu na kávu. Při neopatrné manipulaci ji za přírodní kabel strhne ze stolu a opaří si nohu.

Pomůcky: prostředí sborovny/kuchyňky, vypojená rychlovarná konvice se studenou vodou, divadelní červený stín pro namaskování popálení, prstýnek/náramek/hodinky mobil s výukovou aplikací Záchranka

Možné řešení: Žáci se, přivolání výkřikem a nařikáním učitelky, dostávají do situace. Odpojují konvici ze sítě a odstraňují ji z dosahu, kvůli eliminaci dalšího popálení. Žáci kontaktují ZZS pomocí aplikace Záchranka. Operátor je navádí v telefonicky asistované první pomoci (TAPP).

Správný postup:

1. Vlastní bezpečnost: kontrola okolí a odstranění tepelného zdroje (doporučujeme taktéž vytažení zástrčky ze zásuvky)
2. Zchlazení popáleného místa proudem studené tekoucí vody dopadajícím mimo popáleninu a na ni stékajícím (do úlevy od bolesti)
3. (během chlazení) Sejmout veškeré škrtkivé předměty (prsteny, hodinky, náramky).
4. Voláme ZZS, použijeme aplikaci Záchranka.



5. Řídíme se pokyny dispečera.

Modelovka 3 — Krvácení během práce v dílně/na pozemcích

Situace: Během praktické výuky v dílně/práci na školních pozemcích dojde k pořezání nožem/pilkou/sekerou/kosou.

Pomůcky: prostředí dílny/školních pozemků; nářadí, které způsobilo poranění; maskovací hmota a krev, mobil s výukovou verzí aplikace Záchranka

Možné řešení: Žáci se, přivolání výkřikem a nařikáním spolužáka, dostávají do situace. Odstraňují nářadí z dosahu, kvůli eliminaci dalšího pořezání. Žáci kontaktují ZZS pomocí aplikace Záchranka. Operátor je navádí v telefonicky asistované první pomoci (TAPP).

Správný postup:

1. Vlastní bezpečnost: nasazení ochranných rukavic (práce s krví).
2. Zástava krvácení metodou prsty do rány: kolmý tlak prsty do rány v místě největšího krvácení.
3. Použití tlakového obvazu je nutné pouze tehdy, pokud tlak prsty nestačí, dotyčný omdlévá, je třeba přesunu z místa na místo apod.
4. Voláme ZZS, použijeme aplikaci Záchranka.
5. Řídíme se pokyny dispečera.
6. Další péče o pacienta — kontrola krvácející rány, prevence pádu z vyvýšeného místa (židle), kontrola kvality vědomí a dechu.

Modelovka 4 — Hodina tělocviku (úraz zápěstí)

Situace: Během hodiny tělesné výchovy žáci přeskakují přes kozu. Jeden škobrtne, dopadne a přisedne si zápěstí. Zakřičí, drží se za postižené místo, zůstává při plném vědomí.

Pomůcky: prostředí tělocvičny; červené a modré divadelní stíny pro znázornění modřiny; mobil s výukovou verzí aplikace Záchranka

Možné řešení: Žáci se, přivolání výkřikem a nařikáním spolužáka, dostávají do situace. Odstraňují kozu z dosahu, kvůli eliminaci dalšího poranění a zlepšení přístupu. Žáci kontaktují ZZS pomocí aplikace Záchranka. Operátor je navádí v telefonicky asistované první pomoci (TAPP).

Správný postup:

1. Vlastní bezpečnost: okamžité zastavení sportovní činnosti, odtažení veškerého sportovního náčiní, které by omezovalo přístup nebo mohlo být zdrojem dalšího zranění.
2. Ponechání pacienta v nálezové poloze (zranění vždy sami zvolí polohu s nejmenší bolestivostí).
3. Voláme ZZS, použijeme aplikaci Záchranka.
4. Řídíme se pokyny dispečera.
5. Další péče o pacienta — tepelný komfort, účinné chlazení, nabídnutí možnosti odlehčení/znehybnění.

Modelovka 5 — Hodina informatiky (úraz elektrickým proudem)

Situace: Během hodiny informatiky žáci pod dohledem učitele rozebírají počítačovou skříň. Jeden žák poruší bezpečnostní nařízení a zapojí PC znovu do zásuvky. Druhý žák, který právě odmontovává šroubovákem zdroj, je zasažen elektrickým proudem, padá na zem. Po chvíli se probírá.



Pomůcky: prostředí učebny informatiky: počítače, jedna rozmontovaná počítačová bedna (vypojená ze zásuvky!), nářadí (aspoň šroubovák); mobil s výukovou verzí aplikace Záchranka

Možné řešení: Zasažený žák padá a strhne s sebou prázdnou židli, to způsobí rámus, který přitáhne ostatní žáky i učitele. Učitel odpojuje PC ze zásuvky. Žáci mezitím kontaktují ZZS pomocí aplikace Záchranka. Operátor je navádí v telefonicky asistované první pomoci (TAPP).

Správný postup:

1. Vlastní bezpečnost: vypojení PC ze zásuvky; odstranění přebytečného nábytku.
2. Postiženého hlasitě oslovíme.
3. Dále zkusíme zatřást za ramena.
4. Pokud leží na břiše, je nutné přetočení postiženého na záda.
5. Provedeme záklon hlavy: jedna ruka tlačí na čelo, druhá tahá prsty za bradu.
6. Zkontrolujeme dýchání: alespoň po dobu 10 s; dýchání srovnáváme sami se sebou
7. Nyní máme dostatek informací k zavolání ZZS, použijeme aplikaci Záchranka.
8. Řídíme se pokyny dispečera.
9. Další péče o pacienta — během hovoru se žák probírá. Vyčkáváme na příjezd posádky ZZS na místo, kontrolujeme kvalitu vědomí a dechu.

Modelovka 6 — Hodina chemie (poleptání)

Situace: Během hodiny chemie žáci pod dohledem učitele ředí kyseliny. Jeden žák poruší bezpečnostní nařízení a obrátí ředící postup, tedy, nalije vodu do kyseliny. Prudkou reakcí mu vystříkne několik kapek směsi do obličeje a na krk. Naštěstí nejsou zasaženy oči (žáci mají ochranné brýle). Žák vykřikne a instinktivně si zakryje obličej rukama, které jej posléze začínají pálit také.

Pomůcky: prostředí učebny chemie: laboratorní sklo obsahující čistou vodu, popř. bezpečně obarvenou vodu (roztoky potravinářských barviv); potřeby pro maskování: gel na vlasy a jednovrstvý papírový kapesník, který se v gelu na kůži potrhá, jako podklad červený divadelní stín; mobil s výukovou verzí aplikace Záchranka

Možné řešení: Žáci pracovali ve dvojicích, spolužák postiženého tedy ihned křikem zavolá učitele. Učitel strčí žáku hlavu pod kohoutek s tekoucí vodou, střídavě namáčí i ruce. Žáci mezitím kontaktují ZZS pomocí aplikace Záchranka. Operátor je navádí v telefonicky asistované první pomoci (TAPP).

Správný postup:

1. Vlastní bezpečnost: okamžité odstranění chemikálií z pracovního místa, ponechání všech ochranných pomůcek (brýle, laboratorní plášť, rukavice).
2. Sejmутí potřísněných oděvů (např. potřísněný límeč laboratorního pláště atp.)
3. Bezodkladné zahájení chlazení: chlazení provádíme proudem studené vody, chladíme jednu tvář, poté druhou a postup střídáme. Dbáme, aby proud vody nezasáhl oči. Proudem vody také chladíme ruce.
4. Voláme ZZS, použijeme aplikaci Záchranka.
5. Řídíme se pokyny dispečera.
6. Další péče o pacienta — chlazení do úlevy od bolesti, rány není třeba neprofesionálně suše krýt, kontrola kvality vědomí a dechu postiženého.



Modelovka 7 — Hodina chemie (otrava)

Situace: Během hodiny chemie žáci pod dohledem učitele pracují s potravinářskými barvivy. Jeden žák poruší bezpečnostní nařízení a s myšlenkou: “Je to přece do potravin, tak co se mi může stát...”, se napije jedné z lahví. Láhev však obsahuje koncentrát potravinářského aromatu, který není určen k přímé konzumaci. Žák se naštěstí okamžitě pozvrací, čímž spouští celou situaci.

Pomůcky: prostředí učebny chemie: laboratorní sklo obsahující čistou vodu, popř. bezpečně obarvenou vodu (roztoky potravinářských barviv); umělé zvratky: třeba pudink s gumovými medvídky, nebo dobře rozkousaný banán; mobil s výukovou verzí aplikace Záchranka

Možné řešení: Žáci pracovali ve dvojicích, spolužák postiženého tedy ihned křikem zavolá učitele. Učitel podporuje žáka v dalším zvracení do odpadní výlevky. Žáci mezitím kontaktují ZZS pomocí aplikace Záchranka. Operátor je navádí v telefonicky asistované první pomoci (TAPP).

Správný postup:

1. Vlastní bezpečnost: okamžité odstranění chemikálií z pracovního místa, ponechání všech ochranných pomůcek (brýle, laboratorní plášť, rukavice).
2. Podpora postiženého v dalším zvracení.
3. Voláme ZZS, použijeme aplikaci Záchranka.
4. Řídíme se pokyny dispečera.
5. Další péče o pacienta — podání většího množství tekutin k naředění žaludečního obsahu, kontrola kvality vědomí a dechu postiženého.

Modelovka 8 — Školní jídelna (dušení jídlem)

Situace: Během oběda ve školní jídelně a hlasitého povídání žáků, se jeden začíná dusit soustem. Začíná intenzivně kašlat, čímž přiláká pozornost ostatních.

Pomůcky: prostředí školní jídelny: stoly, židle, talíř s jídlem; resuscitační figurína, mobil s výukovou verzí aplikace Záchranka

Možné řešení: Žáci nevědí, co mají se spolužákem dělat, tedy křikem přivolají na pomoc kuchařky. Ty začnou dusícímu se žákovi mlátit do zad, a tím situaci jen zhoršují... Žáci mezitím kontaktují ZZS pomocí aplikace Záchranka. Operátor je navádí v telefonicky asistované první pomoci (TAPP).

Správný postup:

1. Vlastní bezpečnost: odstranění dalšího nábytku, který by mohl být zdrojem poranění.
2. Jeden z žáků zná správný postup: nechá postiženého dusit, záchrannými manévry zasahuje až v případě sípání. Pokud by pacient ztratil vědomí, počíná s neodkladnou resuscitací.
3. Voláme ZZS, použijeme aplikaci Záchranka.
4. Řídíme se pokyny dispečera.
5. Další péče o pacienta — podpora v kašlání, prevence pádu a dalšího zranění. V případě pádu a negativního vyšetření dechu je neodkladně zahájena resuscitace.

Modelovka 9 — Sborovna (ředitel s náhlou zástavou oběhu)

Situace: Při poradě ve sborovně se ředitel školy z probíhající diskuze tak naštve, že udeří pěstí do stolu, chytí se za hrud' a po chvíli bezvládně padá ze židle na zem. Kolegové učitelé okamžitě začínají jednat.



Pomůcky: prostředí školní sborovny, resuscitační figurína, mobil s výukovou verzí aplikace Záchranka

Možné řešení: Ostatní pedagogové mezitím kontaktují ZZS pomocí aplikace Záchranka. Operátor je navádí v telefonicky asistované neodkladné resuscitaci (TANR).

Správný postup:

1. Vlastní bezpečnost: odstranění dalšího nábytku, který by mohl být zdrojem poranění.
2. Postiženého hlasitě oslovíme.
3. Dále zkusíme zatřást za ramena.
4. Pokud leží na břiše, je nutné přetočení postiženého na záda.
5. Provedeme záklon hlavy: jedna ruka tlačí na čelo, druhá tahá prsty za bradu.
6. Zkontrolujeme dýchání: alespoň po dobu 10 s; dýchání srovnáváme sami se sebou. Dýchání není přítomno.
7. Nyní máme dostatek informací k zavolání ZZS, použijeme aplikaci Záchranka.
8. Řídíme se pokyny dispečera. Budeme vedeni k neodkladnému zahájení resuscitace — stlačování hrudníku do hloubky 5–6 cm, frekvencí 100–120 stlačení za minutu.

Modelovka 10 — Školní parkoviště (autonehoda v důsledku mozkové mrtvice)

Situace: Probíhá hodina TV na školním hřišti, ze kterého je dobře vidět na parkoviště pro zaměstnance školy. Do brány pomalu vjíždí auto a nabourá do jiného.

Pomůcky: prostředí školního parkoviště, klíny pro zajištění automobilu, automobil, mobil s výukovou verzí aplikace Záchranka

Možné řešení: Náraz vzbudí pozornost žáků i učitele. Učitel běží na pomoc kolegovi a bere si sebou i pár žáků. Ostatní žáci mezitím kontaktují ZZS pomocí aplikace Záchranka. Operátor je navádí v telefonicky asistované první pomoci (TAPP).

Správný postup:

1. Vlastní bezpečnost: zajištění vozidla proti pohybu (ruční brzda), vytažení klíčků ze zapalování (položení na střechu nad místo řidiče). Zvážení označení místa nehody (jedná se o školní parkoviště, pravděpodobně tedy nebudou nutné vesty a výstražný trojúhelník).
2. Prvotní vyšetření pacienta: pokleslý koutek, neartikulovaná mluva, potíže s hybností horních končetin > podezření na cévní mozkovou příhodu (mrtvici).
3. Nyní máme dostatek informací k zavolání ZZS, použijeme aplikaci Záchranka.
4. Řídíme se pokyny dispečera. Doporučíme polohu v polosedě. Neustále kontrolujeme stav vědomí a dýchání pacienta.