



Podstawowe zasady postępowania ratownika na miejscu wypadku

Charakterystyka właściwości numerów alarmowych. Materiał do wykorzystania na Edukacji dla bezpieczeństwa również w szkole ponadpodstawowej

Ogólny wstęp wprowadzający do tematu informujący o tym jak ważny jest czas konieczności w przypadku udzielania pierwszej pomocy.

Wskazanie jaka wiedza i umiejętności są niezbędne do zrozumienia lekcji.

Cele lekcji sformułowane w języku ucznia dotyczą konieczności niesienia pierwszej pomocy, interpretacji sformułowań: złota godzina, platynowe minuty, łańcuch przeżycia.

Opis zapisów ustawy z 8 września 2006 r. o Państwowym Ratownictwie Medycznym. Charakterystyka ratowania życia i zdrowia ludzkiego na 3 poziomach: pierwsza pomoc, kwalifikowana pierwsza pomoc, medyczne czynności ratunkowe.

Definiowanie pierwszej pomocy. Sankcje karne za nieudzielenie pierwszej pomocy. Ilustracja przedstawia piramidę poziomów ratowania życia i zdrowia ludzkiego.

Opis kwalifikowanych czynności ratunkowych i medycznych czynności ratunkowych.

Podsumowanie i wypunktowanie pojęć podstawowych zasady postępowania ratownika na miejscu wypadku.

Definicje podstawowych pojęć dotyczących pierwszej pomocy i zasad postępowania ratownika. Terminy: dyspozytor, kwalifikowana pierwsza pomoc, łańcuch przeżycia, medyczne czynności ratunkowe, pierwsza pomoc, platynowe minuty, stan nagłego zagrożenia zdrowotnego, złota godzina

Podstawowe zasady postępowania ratownika na miejscu wypadku

Czy masz świadomość, że od twojego zachowania może zależeć zdrowie, a nawet życie osoby poszkodowanej? Być może w najmniej spodziewanej chwili zajdzie potrzeba ratowania człowieka w sytuacji zagrożenia. Twoje działania w trakcie tzw. złotej godziny lub platynowych minut są na wagę nie tylko szlachetnych kruszców, lecz życia!

W celu zrozumienia poniższego materiału zastanów się, jak duża jest liczba miejsc, w których może dojść do groźnego wypadku. Spróbuj wskazać, w jakich miejscach dochodzi do nich najczęściej. Możesz w tym celu skorzystać z innego e-materiału pt. [Zagrożenia w domu i w szkole](#).

Postaraj się też wymienić pierwsze czynności, które powinieneś wykonać będąc świadkiem takiego zdarzenia, uwzględniając zarówno bezpieczeństwo własne, jak i osoby poszkodowanej. Zarys informacji na ten temat znajdziesz w e-materiale [Pierwsza pomoc - podstawy](#).

Nauczysz się

- objaśniać terminy: *pierwsza pomoc*, *kwalifikowana pierwsza pomoc* i *medyczne czynności ratunkowe*;
- wymieniać numery alarmowe i zasady wzywania służb ratowniczych;
- objaśniać pojęcia złotej godziny i platynowych minut;
- opisywać ogniwa łańcucha przeżycia.

1. Podstawy prawne udzielania pierwszej pomocy

W Polsce, zgodnie z ustawą z 8 września 2006 r. o Państwowym Ratownictwie Medycznym, ratowanie życia i zdrowia ludzkiego odbywa się na 3 poziomach:

- [pierwsza pomoc](#),
- [kwalifikowana pierwsza pomoc](#),
- [medyczne czynności ratunkowe](#).

Pierwszą pomocą nazywamy czynności podejmowane w celu ratowania osoby w [stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego](#), wykonywane przez osoby znajdujące się w miejscu

zdarzenia (świadków zdarzenia). Osoby udzielające pierwszej pomocy nie muszą mieć żadnych kwalifikacji, ukończonych szkoleń czy kursów. Każdy, kto zauważy osobę lub osoby znajdujące się w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego, ma obowiązek udzielenia pomocy. Za nieudzielenie pomocy **Kodeks karny** przewiduje karę pozbawienia wolności do lat 3. Oczywiście, udzielając pierwszej pomocy, nie musimy narażać swojego życia i zdrowia.



Patrząc od podstawy trójkąta, pierwszy poziom jest wykonywany przez ludzi znajdujących się na miejscu zdarzenia, a dwa pozostałe przez wykwalifikowany personel medyczny

Źródło: Dariusz Adryan, licencja: CC BY 3.0.

Zapamiętaj!

Podstawowa czynność, którą każdy z nas powinien wykonać, widząc osobę potrzebującą pomocy, to wezwanie odpowiednich służb ratowniczych.

Osoby udzielające pierwszej pomocy nie muszą obawiać się odpowiedzialności karnej za nieumiejętne jej udzielenie bądź popełnienie jakiegoś błędu w czasie ratowania osoby poszkodowanej. Ratowanie życia i zdrowia to stan wyższej konieczności, a życie jest zawsze cenniejsze od zdrowia. Jeżeli osoba udzielająca pierwszej pomocy poniesie jakąś szkodę na mieniu, przysługuje jej roszczenie o naprawienie tej szkody od skarbu państwa reprezentowanego przez wojewodę właściwego ze względu na miejsce powstania szkody.

Czynności podejmowane wobec osoby w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego wykonywane przez ratownika to **kwalfikowana pierwsza pomoc**. Ratownikiem zostaje osoba, która ukończyła kurs w zakresie kwalifikowanej pierwszej pomocy (KPP). Kurs KPP trwa 66 godzin i kończy się egzaminem, po którego zaliczeniu osoba otrzymuje zaświadczenie. Takie zaświadczenie jest ważne 3 lata od dnia jego wydania, zatem, aby nie stracić uprawnień, egzamin należy powtarzać. Kwalifikowanej pierwszej pomocy udzielają m.in. strażacy, ratownicy wodni, górcy itp.

Medyczne czynności ratunkowe to świadczenia zdrowotne podejmowane wobec osoby w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego, udzielane przez lekarzy, pielęgniarki i ratowników medycznych. Osoby wykonujące medyczne czynności ratunkowe mają obowiązek doskonalenia zawodowego w różnych formach kształcenia.

2. Numery alarmowe

Wezwanie służb ratunkowych to podstawowa czynność, jaką powinien wykonać każdy z nas, widząc osobę potrzebującą pomocy. *Ustawa o Państwowym Ratownictwie Medycznym* w art. 4 stwierdza, że: „kto zauważy osobę lub osoby znajdujące się w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego lub jest świadkiem zdarzenia powodującego taki stan, w miarę posiadanych możliwości i umiejętności ma obowiązek niezwłocznego podjęcia działań zmierzających do skutecznego powiadomienia o tym zdarzeniu podmiotów ustawowo powołanych do niesienia pomocy osobom w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego”. W celu powiadomienia służb ratunkowych należy skorzystać z numeru alarmowego 112.

Numer 112 jest jednolitym numerem alarmowym obowiązującym na terenie całej Unii Europejskiej. Służy do powiadamiania w sytuacjach zagrożenia zdrowia, życia lub mienia. Kierowanie połączeń pod numer alarmowy 112 jest bezpłatne (zarówno dla telefonów stacjonarnych, jak i komórkowych) i można go wybrać w telefonie komórkowym nieposiadającym karty SIM. Numer ten służy wyłącznie do powiadamiania w nagłych sytuacjach zagrożenia zdrowia, życia lub mienia, jak np.:

- pożary,
- wypadki drogowe,
- kradzieże i włamania,
- użycie przemocy,
- rozpoznanie osoby poszukiwanej przez policję,
- nagła utrata przytomności,
- zatrzymanie krążenia i oddechu,
- inne nagłe sytuacje zagrażające zdrowiu, życiu lub bezpieczeństwu i porządkowi publicznemu.

Ciekawostka

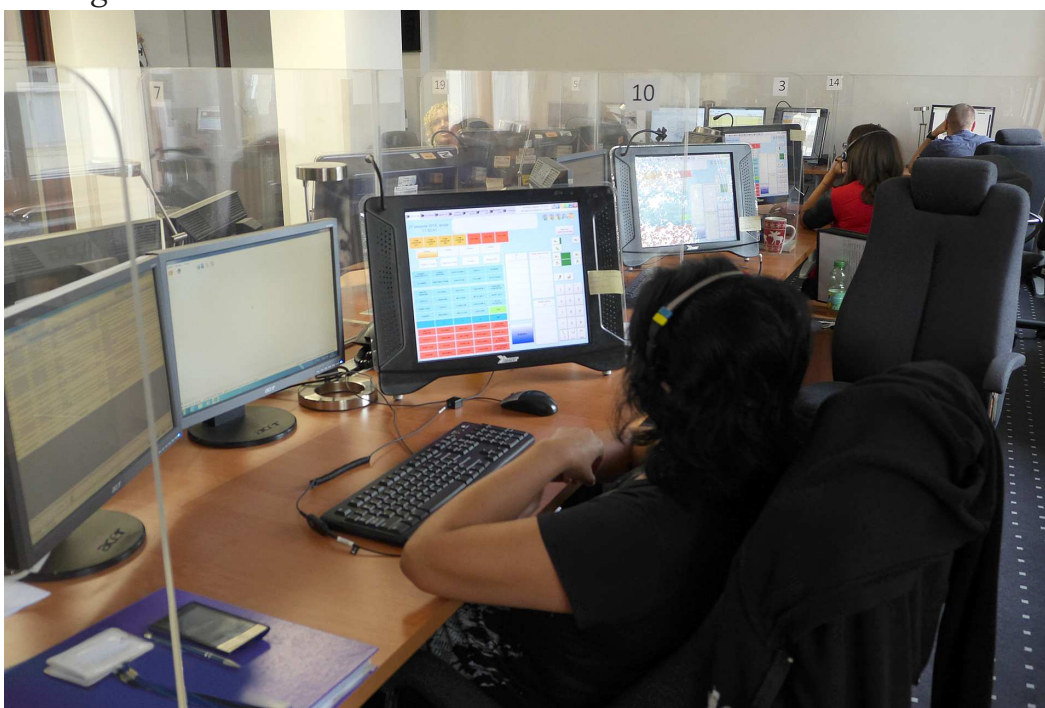
Na system numeru alarmowego 112 składa się 17 Centrów Powiadamiania Ratunkowego – po jednym w każdym mieście wojewódzkim oraz w Radomiu. Są na niego przekierowywane połączenia wykonane na numer 997, od 2021 roku stopniowo na numer 998. Docelowo będą przekierowywane również połączenia na numer 999¹.

Uwaga!

Dzwoniąc pod numer alarmowy bez potrzeby, blokujesz linię telefoniczną osobie, która właśnie w tej chwili może potrzebować natychmiastowej pomocy.

3. Wzywanie służb ratunkowych

Gdy wybierasz numer alarmowy 112, twoje zgłoszenie zostaje skierowane do najbliższego **Centrum Powiadamiania Ratunkowego (CPR)** - jednego z 17 w całym kraju. Pamiętaj, żeby zachować spokój w czasie rozmowy. Jeśli to możliwe, połączenie powinno być wykonane przez osobę znajdującą się bezpośrednio w miejscu zagrożenia lub inną osobę będącą świadkiem danego zdarzenia.



Centrum Powiadamiania Ratunkowego – w CPR telefony odbierają przeszkoleni operatorzy numerów alarmowych

Źródło: Dawid Skalec (<http://commons.wikimedia.org>), Tomorrow Sp. z o.o., licencja: CC BY 3.0.

Wzywając służby ratunkowe:

- mów spokojnie – pamiętaj, że osoba przyjmująca wezwanie musi cię zrozumieć;
- powiedz, gdzie zdarzenie ma miejsce;
- poinformuj, co się stało, krótko opisz zdarzenie lub sytuację, której byłeś świadkiem;
- podaj swoje imię, nazwisko i numer telefonu;
- odpowiadaj ściśle na pytania dyspozytora;
- po podaniu wszystkich informacji nie rozłączaj się pierwszy, poczekaj, aż zrobi to dyspozytor.



Film dostępny pod adresem [/preview/resource/R1eDLuC4E1nVk](#)

Powiadamianie o wypadku

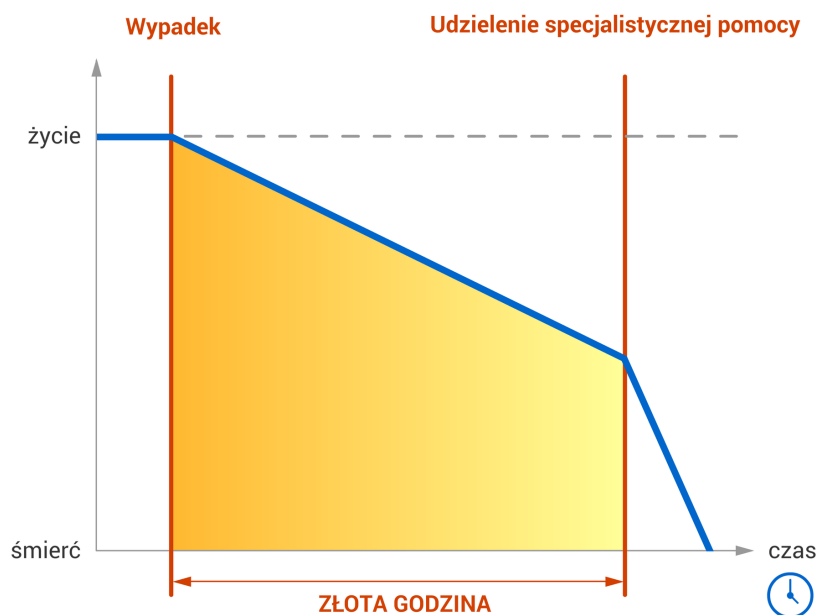
Źródło: Tomorrow Sp. z o.o., licencja: CC BY 3.0.

Film prezentuje sposób postępowania podczas powiadamiania służb medycznych o wypadku. Rozpoczyna go ujęcie znaku drogowego Przejście dla pieszych na tle budynku starej kamienicy. Poniżej napis Przed szkołą znajdują się oznaczone miejsca przejść dla pieszych, zawsze z nich korzystaj. W przeciwnym razie kierowca może cię nie zauważyć i dojdzie do wypadku. Następuje zainscenizowana scena wypadku. Kamera ukazuje młodą dziewczynę przechodzącą przez jezdnię, która zostaje potrącona przez samochód. Odwraca głowę w kierunku ostro hamującego samochodu. Zbliżenie na przestraszoną twarz dziewczyny i kierowcy. Nastolatka wystawia ręce przed siebie, chcąc „zatrzymać” nadjeżdżające auto. Nie jest pokazany moment uderzenia, następuje rozjaśnienie ekranu, słychać głucho uderzenie, a potem następuje cisza. Zmiana ujęcia, inna dziewczyna podchodzi do tego samego skrzyżowania, a widząc co się stało przestraszona podbiega do leżącej na ulicy przed samochodem koleżanki. Z samochodu wysiada kierowca i również podchodzi do ofiary wypadku, widząc, że jest przestraszony. Ofiara wypadku jest przytomna, ma otwarte oczy, mówi, co ją boli. Koleżanka, która dobiegła, prosi kierowcę o zabezpieczenie miejsca wypadku, kierowca potwierdza i odbiega w stronę auta i otwiera bagażnik. Następuje stopklatka, pojawia się tablica informacyjna z napisem: Zawsze zadbaj o swoje bezpieczeństwo, gdyż w przeciwnym razie sam będziesz potrzebował pomocy. Po wypadku miejsce zdarzenia można oznaczyć światłami awaryjnymi pojazdu, trójkątem ostrzegawczym i kamizelką odblaskową ubraną przez kierowcę. Zmiana ujęcia. Potrącona nastolatka leży na drodze, pytając co się stało i powtarzając, że boli ją noga. W międzyczasie kierowca zakłada kamizelkę odblaskową, włącza światła awaryjne i ustawia trójkąt odblaskowy. Zmiana ujęcia, dziewczyna udzielająca pomocy wyciąga telefon wybiera numer 112, co pokazane zostaje na zbliżeniu. Następuje stopklatka, pojawia się tablica z napisem:

Numery do służb ratunkowych są bezpłatne i nie trzeba wybierać numerów kierunkowych. Pamiętaj, 999 to pogotowie ratunkowe, 998 to straż pożarna, 997 to policja, 112 to numer alarmowy. Dziewczyna przykładła telefon do ucha i rozmawia z dyspozytorem. Następuje stopklatka, pojawia się tablica z napisem: Pamiętaj, aby skutecznie i szybko wezwać karetkę pogotowia, musisz dyspozytorowi medycznemu podać następujące informacje: co się stało, miejsce zdarzenia, stan i przybliżony wiek poszkodowanego, przybliżony wiek poszkodowanego, swoje dane. Następuje koniec rozmowy, dziewczyna uspokaja ofiarę wypadku.

4. Łańcuch przeżycia

Sprawne ratowanie życia i zdrowia wymaga szybkiego działania, które pozwoli zminimalizować skutki nagłego urazu, a czasem nawet zapobiec śmierci. Rolą ratowników medycznych nie jest leczenie, ale utrzymanie człowieka przy życiu, zmniejszenie powikłań i jak najszybszy transport do właściwego szpitalnego oddziału ratunkowego. Czynnikiem, który w ratownictwie medycznym jest kluczowy, to **czas**, a jego zakres wyznacza tzw. **złota godzina**, która (na przekór nazwie) nie zawsze stanowi 60 minut. Jest to czas od wystąpienia jakiegoś zdarzenia (wypadku, urazu, utraty przytomności) do znalezienia się poszkodowanego na stole operacyjnym (oddziale intensywnej opieki medycznej). **Im krótszy jest ten okres, tym większe** Zależność szans na przeżycie od czasu przedstawia w uproszczeniu poniżej.



Złota godzina – jeżeli „złota godzina” wydłuży się, to szanse na przeżycie drastycznie maleją

Źródło: Learnetic SA, licencja: CC BY 4.0.

Ważne!

Edukacja w zakresie pierwszej pomocy pomaga skrócić złotą godzinę, a to daje możliwość uniknięcia dużej liczby zgonów.

Najpoważniejszy stan, jaki może spotkać każdego z nas, to **nagle zatrzymanie krążenia (NZK)**. Osoba poszkodowana przestaje wtedy oddychać, a krew przestaje krążyć w jej organizmie. Stan ten jest odwracalny, jeśli trwa nie dłużej niż ok. 3-6 min. Jeśli pomoc nie nadejdzie w tym czasie, następuje bardzo szybka śmierć mózgu, a tym samym nieodwracalne zmiany w organizmie poszkodowanego. W ratownictwie medycznym czas ten nazywany jest **platynowymi minutami**. Służby ratunkowe, wezwane nawet natychmiast po zdarzeniu, bardzo rzadko dojadą do osoby poszkodowanej w tak krótkim czasie. Europejska Rada Resuscytacji szanse na przeżycie osoby z NZK przedstawia jako tzw. **łańcuch przeżycia**. Składa się on z czterech ogniw (ilustracja poniżej), które muszą być jednakowo mocne.



Łańcuch przeżycia – opóźnienie lub ominiecie któregoś z ogniw zmniejsza szanse przeżycia osoby z NZK

Źródło: Andrzej Bogusz, licencja: CC BY 3.0.

- **ogniwo 1** – szybkie rozpoznanie zagrożenia życia oraz wezwanie pogotowia ratunkowego może zapobiec wystąpieniu NZK;
- **ogniwo 2** – szybkie rozpoczęcie resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO) przez świadków zdarzenia może dwu-, a nawet trzykrotnie zwiększyć szanse przeżycia osób z zatrzymaniem krążenia;
- **ogniwo 3** – w wielu przypadkach szybka defibrylacja elektryczna zwiększa szanse na przeżycie;
- **ogniwo 4** – wczesne wdrożenie specjalistycznych zabiegów resuscytacyjnych, opieka i leczenie poresuscytacyjne mają duży wpływ na jakość życia po NZK.

Trzy pierwsze ogniwa wdrożone przez osoby udzielające pierwszej pomocy jeszcze przed przyjazdem zespołu ratownictwa medycznego stanowią o przeżyciu i niejednokrotnie o jakości życia po NZK – stanie, który kiedyś niewątpliwie spotka każdego z nas.

Udzielając pierwszej pomocy, nigdy nie należy zapominać o bezpieczeństwie na miejscu wypadku i o tym, że sprawne i prawidłowe zgłoszenie zdarzenia służbom ratowniczym skróci czas dojazdu karetki i zwiększy szanse na przeżycie ofiar.

5. Podsumowanie

- W Polsce ratowanie życia i zdrowia ludzkiego odbywa się na **3 poziomach**: pierwsza pomoc, kwalifikowana pierwsza pomoc i medyczne czynności ratunkowe.
- Podstawowe znaczenie dla przeżycia osób poszkodowanych ma pierwsza pomoc, w ramach której alarmujemy służby ustawowo powołane do niesienia pomocy osobom poszkodowanym. Służby te po przybyciu na miejsce zdarzenia udzielają kwalifikowanej pierwszej pomocy lub podejmują medyczne czynności ratunkowe.
- Kwalifikowanej pierwszej pomocy udzielają ratownicy pełniący służbę w policji, straży pożarnej, lub osoby pracujące w takich organizacjach, jak WOPR, GOPR, TOPR itp.
- Medyczne czynności ratunkowe są podejmowane przez zespoły ratownictwa medycznego (w tym specjalistyczne i podstawowe) oraz zespoły lotniczego pogotowia ratunkowego, w których pracują lekarze, pielęgniarki i ratownicy medyczni.
- Udzielanie pierwszej pomocy jest **obowiązkiem każdego z nas**, a jej nieudzielenie jest zagrożone karą pozbawienia wolności do lat 3.
- W pierwszej pomocy najważniejszy jest czas określany jako **złota godzina i platynowe minuty**.
- Europejska Rada Resuscytacji podsumowując czynności niezbędne do przeprowadzenia skutecznej resuscytacji, opracowała **łańcuch przeżycia** składający się z czterech ogniw.
- Wzywając pomoc, pamiętaj o [numerach alarmowych](#).

6. Słownik

Definicja: kwalifikowana pierwsza pomoc

czynności podejmowane wobec osoby w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego wykonywane przez ratownika

Definicja: łańcuch przeżycia

działania, na które składają się:

- szybkie rozpoznanie zagrożenia życia oraz wezwanie pogotowia ratunkowego;
- natychmiastowe rozpoczęcie resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO) przez świadków zdarzenia;
- wczesna defibrylacja elektryczna (w razie konieczności);
- wczesne wdrożenie specjalistycznych zabiegów resuscytacyjnych, opieka i leczenie poresuscytacyjne

Definicja: medyczne czynności ratunkowe

świadczenia zdrowotne podejmowane wobec osoby w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego, udzielane przez lekarzy, pielęgniarki i ratowników medycznych

Definicja: pierwsza pomoc

czynności podejmowane w celu ratowania osoby w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego, wykonywane przez osoby znajdujące się w miejscu zdarzenia (świadków zdarzenia)

Definicja: platynowe minuty

pierwsze kilka minut po nagłym zatrzymaniu krążenia, w ciągu których podjęcie działań ratowniczych znacznie podnosi szanse poszkodowanego na przeżycie

Definicja: stan nagłego zagrożenia zdrowotnego

stan polegający na nagłym lub przewidywanym w krótkim czasie pojawieniu się objawów pogarszania zdrowia, którego bezpośrednimi następstwami mogą być poważne uszkodzenie funkcji organizmu lub uszkodzenie ciała albo utrata życia; wymagający podjęcia natychmiastowych medycznych czynności ratunkowych i leczenia

Definicja: złota godzina

czas od wystąpienia zdarzenia do przetransportowania poszkodowanego do szpitala i udzielenia mu specjalistycznej pomocy (niestety, nie zawsze wynosi 60 minut lub mniej)

7. Zadania

Ćwiczenie 1

Wskaż rodzaj kary, którą przewiduje Kodeks karny za nieudzielenie drugiemu człowiekowi pierwszej pomocy.

- ☐ do 10 lat pozbawienia wolności
- ☐ nie mniej niż 3 lata pozbawienia wolności
- ☐ do 5 lat pozbawienia wolności
- ☐ do 3 lat pozbawienia wolności
- ☐ 3 lata pozbawienia wolności

EdB

Źródło: Sławomir Ochrem, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 2

Wskaż, które zdania są prawdziwe, a które – fałszywe.

	Prawda	Fałsz
Ratowanie życia i zdrowia ludzkiego odbywa się na trzech poziomach: wczesne rozpoznanie, wczesna RKO, wczesna defibrylacja.	☐	☐
Medyczne czynności ratunkowe to świadczenia zdrowotne udzielane przez lekarzy, pielęgniarki i ratowników medycznych.	☐	☐
Gdy wybierasz jeden z numerów alarmowych, twoje zgłoszenie zostaje skierowane do najbliższego centrum zarządzania kryzysowego.	☐	☐
Platynowe minuty to czas od momentu zaistnienia zdarzenia, do przyjazdu pogotowia ratunkowego.	☐	☐
W łańcuchu przeżycia najważniejsze jest jego trzecie ogniwo.	☐	☐

EdB

Źródło: Sławomir Ochrem, licencja: CC BY 3.0.

Ćwiczenie 3

Uporządkuj kolejność ogniw w łańcuchu przeżycia.

Wczesna defibrylacja – aby przywrócić czynność serca.



Wczesne rozpoznanie i wezwanie pomocy – aby zapobiec NZK.



Wczesne rozpoczęcie RKO – aby zyskać czas.



Opieka poresuscytacyjna – aby przywrócić jakość życia.



EdB

Źródło: Sławomir Ochrem, licencja: CC BY 3.0.

Rozwiąż krzyżówkę.

Rozwiąż krzyżówkę.

1. Wcześniej wykonana, zwiększa szanse na przeżycie.
2. Potocznie ambulans.
3. Ratuje życie w najwyższych górach w Polsce.
4. Może być zegarowa lub złota.
5. Łańcuch przeżycia składa się z czterech...
6. Gdy wybierasz numer alarmowy 112, twoje zgłoszenie zostaje skierowane do najbliższego centrum powiadamiania...
7. Jest cenniejsze od zdrowia.
8. Nagłe zatrzymanie...

Źródło: Sławomir Ochrem, licencja: CC BY 3.0.