

altenpflege.de Edition

Podręczniki skrótowe do kształcenia w zawodzie opiekuna medycznego -
specjalizacja opieka nad osobami starszymi

Theo Ahrens

Pierwsza pomoc i zarządzanie sytuacjami awaryjnymi

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Dane bibliograficzne

Theo Ahrens – Krótka biografia

Theo Ahrens, urodzony w 1979 roku w pobliżu Monachium, jest nauczycielem zawodów opiekuńczych i zaangażowanym pedagogiem opieki. Po odbyciu wolontariatu w szpitalu ukończył kształcenie jako pielęgniarz i zdobył cenne doświadczenie zawodowe na oddziale intensywnej terapii. Kierowany pragnieniem przekazywania wiedzy, studiował pedagogikę opiekuńczą i w 2009 roku rozpoczął pracę jako nauczyciel w szkole zawodowej w Monachium. Theo jest znany z praktycznego i empatycznego podejścia do nauczania, dzięki któremu przygotowuje przyszłych pracowników opieki do ich wymagającego zawodu. Prywatnie mieszka z żoną i dwójką dzieci w Berlinie i zaangażowany jest wolontariacko na rzecz poprawy warunków edukacji w zakresie opieki.

Ten krótki podręcznik został opracowany na podstawie planów jego lekcji z wykorzystaniem sztucznej inteligencji. Tłumaczenie zostało wykonane automatycznie.

Wydane przez altenpflege.de

Cena DE/AT: 3,90 €

CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Uwagi i propozycje ulepszeń prosimy kierować na adres team@altenpflege.de.

1/1-2412181521

Spis treści

1	Wprowadzenie	4
1.1	Znaczenie pierwszej pomocy w opiece nad osobami starszymi	4
1.2	Podstawy prawne (Zaniechanie udzielenia pomocy, pozycja gwaranta)	4
1.3	Odpowiedzialność i rola opiekunów w nagłych wypadkach	5
2	Podstawy pierwszej pomocy	7
2.1	Czym jest pierwsza pomoc?	7
2.2	Podstawy pierwszej pomocy (zachowanie spokoju, ochrona własna, zgłoszenie alarmowe)	7
2.3	Przebieg zarządzania sytuacjami awaryjnymi (analiza sytuacji, ochrona własna, działania)	8
2.4	Numer alarmowy (112) – O czym należy pamiętać?	9
3	Sytuacje nagłe w codziennej opiece	10
3.1	Typowe przypadki nagłe w opiece nad osobami starszymi	10
3.2	Postępowanie w sytuacjach awaryjnych u osób starszych	11
3.3	Szczególne wyzwania (demencja, ograniczona mobilność)	12
4	Natychmiastowe środki ratujące życie	13
4.1	Utrata przytomności – pozycja boczna ustalona	13
4.2	Bezdech – Resuscytacja krążeniowo-oddechowa (CPR)	14
4.3	Zatrzymanie akcji serca – użycie defibrylatora (AED)	15
4.4	Niebezpieczeństwo uduszenia – działania przy niedrożności dróg oddechowych (manewr Heimlicha)	16
4.5	Obfite krwawienia – opatrywanie ran i tamowanie krwawienia	17
5	Zarządzanie sytuacjami awaryjnymi przy specjalnych problemach zdrowotnych	19
5.1	Zawał serca – objawy, natychmiastowe działania, postępowanie	19
5.2	Udar mózgu – Objawy, test FAST, działania natychmiastowe	20
5.3	Napady drgawek (epilepsja) – zachowanie i wsparcie	21
5.4	Hipoglikemia/Hiperglikemia – działania w nagłych wypadkach przy cukrzycy	22
5.5	Reakcje alergiczne/Anafilaksja – Postępowanie w przypadku wstrząsu anafilaktycznego	24
5.6	Upadki i urazy – profilaktyka, leczenie złamań i stłuczeń	25
5.7	Wychłodzenie i przegrzanie – środki przy hipertermii i hipotermii	26
6	Opieka psychiczna w nagłych przypadkach	28
6.1	Radzenie sobie z lękami i paniką u podopiecznych	28
6.2	Opieka i uspokajanie pacjentów z demencją w sytuacjach awaryjnych	29
6.3	Komunikacja z rodziną i osobami trzecimi w sytuacji nagłej	30
7	Aspekty prawne i organizacyjne	32
7.1	Dokumentacja nagłych przypadków i działań pierwszej pomocy	32
7.2	Kwestie odpowiedzialności i odpowiedzialność personelu pielęgniarstwa	33
7.3	Aspekty prawa pracy (obowiązki służbowe, nadgodziny w nagłych przypadkach)	34
7.4	Radzenie sobie ze śmiercią i umieraniem w nagłych wypadkach	35
8	Ćwiczenia praktyczne i przykłady przypadków	37
8.1	Praktyczne ćwiczenia z pierwszej pomocy (pozycja boczna ustabilizowana, RKO, AED)	37
8.2	Scenariusze i przykłady praktyczne	38
8.3	Refleksja nad sytuacjami awaryjnymi – Co poszło dobrze? Co można poprawić?	39

1 Wprowadzenie

1.1 Znaczenie pierwszej pomocy w opiece nad osobami starszymi

W opiece nad osobami starszymi pierwsza pomoc ma szczególne znaczenie, ponieważ opiekunowie często napotykają zwiększone ryzyko, że starsze osoby znajdują się w sytuacjach awaryjnych. Ta szczególna odpowiedzialność wymaga nieustannej gotowości do szybkiego i skutecznego działania. Starsze osoby z powodu wieku i często także rozmaitych ograniczeń zdrowotnych mają większe ryzyko wystąpienia nagłych przypadków, takich jak zawały serca, udary mózgu czy wypadki.

Umiejętność udzielania pierwszej pomocy w znaczący sposób przyczynia się do bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia podopiecznych. Szybka i kompetentna interwencja może w wielu przypadkach znacznie zwiększyć szanse na przeżycie i zmniejszyć zakres możliwych dalekosiężnych skutków. Opiekunowie działają tutaj jako pierwsze ogniwo w przypadku sytuacji kryzysowych i muszą wykazywać się solidnymi umiejętnościami w zakresie pierwszej pomocy.

Oprócz technicznego przeprowadzania pierwszej pomocy istotną rolę odgrywa również wsparcie psychiczne. Opiekunowie muszą być świadomi, że często są pierwszymi, którzy stają w obliczu fizycznych i emocjonalnych skutków sytuacji kryzysowej. Empatyczna komunikacja i uspokojenie mogą znacznie złagodzić sytuację dla osób dotkniętych.

Regularnie szkolone umiejętności w zakresie pierwszej pomocy wzmacniają pewność siebie opiekunów i ich zdolność do działania w sytuacjach kryzysowych. Prowadzi to nie tylko do poprawy opieki nad osobami starszymi, lecz także chroni opiekunów przed potencjalnymi konsekwencjami prawnymi zaniechania udzielenia pomocy. Ogólnie rzecz biorąc, pierwsza pomoc jest kluczową umiejętnością w opiece nad osobami starszymi, która w znaczący sposób wpływa zarówno na bezpieczeństwo, jak i jakość życia osób podopiecznych.

1.2 Podstawy prawne (Zaniechanie udzielenia pomocy, pozycja gwaranta)

W opiece nad osobami starszymi podstawy prawne odgrywają kluczową rolę w radzeniu sobie z nagłymi wypadkami. Dwa kluczowe obszary to zaniechanie udzielenia pomocy i pozycja gwaranta. Te aspekty wpływają nie tylko na codzienne działania personelu pielęgniarstwa, ale także na prawne konsekwencje ich działań lub zaniechań.

Zaniechanie udzielenia pomocy

Zgodnie z § 323c niemieckiego kodeksu karnego (StGB) istnieje obowiązek udzielenia pomocy, gdy ktoś znajdzie się w sytuacji zagrożenia. Zaniechanie udzielenia pomocy ma miejsce, gdy osoba znajdująca się w potrzebie nie otrzymuje niezbędnej pomocy, mimo że było to możliwe bez znacznego narażenia siebie lub innych ważnych powodów. Dla personelu pielęgniarstwa oznacza to obowiązek szybkiego i adekwatnego reagowania w sytuacjach nagłych. Obejmuje to zarówno natychmiastowe podjęcie działań pierwszej pomocy, jak i wezwanie służb ratunkowych.

Pozycja gwaranta

Pozycja gwaranta jest szczególnie istotna w opiece nad osobami starszymi. Pozycja gwaranta wynika z obowiązku szczególnej opieki, który osoba ma do ochrony praw innych osób. Personel pielęgniarstwa ma taki obowiązek ochrony wobec powierzonego mu mieszkańca lub pacjenta. Ta pozycja gwaranta zobowiązuje ich prawnie do zapobiegania szkodom, które zagrażają osobom pod ich opieką.

Naruszenie obowiązku gwaranta może prowadzić do konsekwencji karnych, zwłaszcza jeśli wynika z tego szkoda zdrowotna. Personel pielęgniarstwa jest zobowiązany zrobić wszystko, co w jego mocy, aby zapobiegać lub łagodzić sytuacje nagłe i musi być w stanie zawsze odpowiednio zareagować.

Przykład

Przykład ilustruje konsekwencje: Personel pielęgniarstwa dostrzega u mieszkańca oznaki udaru, ale nie reaguje albo reaguje z opóźnieniem. To zaniechanie mogłoby zostać ocenione jako zaniechanie udzielenia pomocy, zwłaszcza jeśli personel pielęgniarstwa, w związku ze swoją fachową wiedzą, powinien był rozpoznać sytuację zagrożenia. Podobnie ich odpowiedzialność jako gwaranta uzasadnia obowiązek interwencji.

Personel pielęgniarstwa powinien być świadomy swoich praw i obowiązków. Regularne szkolenia i jasne zrozumienie podstaw prawnych są niezbędne, aby uniknąć prawnych konsekwencji i zapewnić bezpieczeństwo osób wymagających opieki.

1.3 Odpowiedzialność i rola opiekunów w nagłych wypadkach

Opiekunowie osób starszych ponoszą centralną odpowiedzialność w sytuacjach awaryjnych. Często to oni jako pierwsi reagują na krytyczne sytuacje. Ich zadanie obejmuje natychmiastowe rozpoznanie sytuacji awaryjnych oraz podjęcie niezbędnych działań. Szybka i skuteczna reakcja może uratować życie.

Rola opiekuna zaczyna się od analizy sytuacji. Należy sprawdzić, czy bezpośrednie zagrożenie dla pacjenta istnieje. Obejmuje to ocenę parametrów życiowych, takich jak oddychanie i świadomość. Opiekun musi czasami natychmiast podjąć działania pierwszej pomocy i wezwać pogotowie.

W trakcie sytuacji awaryjnej opiekun jest również odpowiedzialny za ochronę podopiecznego. Koordynuje działania ratownicze i zapewnia właściwą opiekę nad osobą dotkniętą sytuacją. Po przybyciu zewnętrznych służb ratunkowych dostarcza niezbędnych informacji, umożliwiając płynne przekazanie i nadal dba o dobro pacjenta.

Oprócz praktycznego przeprowadzania działań pierwszej pomocy, opiekun ma również za zadanie przekazywać spokój i poczucie bezpieczeństwa. Jest to kluczowe, aby utrzymać kontrolę nad stresującą sytuacją i dać poszkodowanemu poczucie stabilności. Empatyczna komunikacja może mieć decydujący wpływ na uspokojenie sytuacji pacjenta.

Opiekunowie muszą być regularnie szkoleni, aby ich wiedza była aktualna i aby mogli pewnie stosować swoje umiejętności w sytuacjach awaryjnych. Obejmuje to nie tylko techniczne aspekty pierwszej pomocy, ale także zachowanie w sytuacjach krytycznych i właściwe wsparcie komunikacyjne osób dotkniętych sytuacją.

Rola opiekuna w zarządzaniu sytuacjami awaryjnymi wymaga wysokiego poziomu odpowiedzialności i kompetencji. Tylko poprzez ciągłe doskonalenie i ćwiczenie opiekunowie mogą mieć pewność, że optymalnie działają w sytuacjach awaryjnych i chronią powierzanych im pacjentów.

2 Podstawy pierwszej pomocy

2.1 Czym jest pierwsza pomoc?

Pierwsza pomoc obejmuje wszystkie działania podejmowane w przypadku wypadków lub nagłych zachorowań, aby ratować życie poszkodowanych, zapobiegać pogorszeniu ich stanu zdrowia lub łagodzić ich ból. Jest to bezpośrednie rozpoczęcie łańcucha ratunkowego, sięgającego aż do profesjonalnej opieki medycznej. W opiece nad osobami starszymi dotyczy to w szczególności terminowego rozpoznania sytuacji awaryjnej i rozpoczęcia podstawowych działań pomocniczych aż do przybycia pogotowia ratunkowego.

Pierwsza pomoc w opiece nad osobami starszymi opiera się na podstawowych zasadach, takich jak ochrona ratownika i poszkodowanego, szybkie wezwanie pomocy oraz celowe zastosowanie środków ratujących życie. Na pierwszym planie stoi obserwacja i ocena sytuacji: Kto jest poszkodowany? Jak poważna jest sytuacja? Jakie działania są konieczne?

Pierwsza pomoc nie oznacza przeprowadzenia pełnego leczenia medycznego, lecz wypełnienie czasu i utrzymanie stabilności zdrowotnej poszkodowanych. Może to obejmować proste czynności, takie jak udrożnienie dróg oddechowych, zatrzymanie krwawienia lub ułożenie osoby nieprzytomnej w pozycji bocznej bezpiecznej. W opiece nad osobami starszymi istotne jest, aby zawsze być czujnym, aby wcześniej rozpoznać nietypowe objawy.

Praktyczna wiedza i regularne ćwiczenie działań z zakresu pierwszej pomocy są kluczowe, aby w sytuacji awaryjnej działać szybko i rozważnie. Każde zastosowanie pierwszej pomocy wymaga jednocześnie spokojnego i roztropnego podejścia, aby uwzględnić zarówno sytuację fizyczną, jak i psychologiczną osoby poszkodowanej.

2.2 Podstawy pierwszej pomocy (zachowanie spokoju, ochrona własna, zgłoszenie alarmowe)

Zachowanie spokoju jest pierwszą i najważniejszą zasadą udzielania pierwszej pomocy. W nagłych wypadkach kluczowe jest jasne myślenie. Gdy wybucha panika, mogą zdarzyć się błędy. Weź głęboki oddech i uzyskaj przegląd sytuacji. Unikaj nerwowych ruchów i zachowaj kontrolę nad swoimi działaniami.

Ochrona siebie ma pierwszeństwo. Zanim zaczniesz działać, sprawdź, czy nie zagraża Ci jakieś niebezpieczeństwo. Źródłami zagrożeń mogą być prąd, ogień lub chemikalia. W razie potrzeby oddal się z obszaru zagrożenia. Tylko będąc bezpiecznym, możesz skutecznie pomagać. Pamiętaj, że Twoje własne zdrowie musi być zachowane, aby móc pomóc poszkodowanemu.

Wezwanie pomocy jest niezbędnym elementem każdej akcji ratunkowej. Niezwłocznie wykręć numer 112. Podaj przy tym następujące informacje precyzyjnie: Kto dzwoni? Gdzie jest miejsce zdarzenia? Co się stało? Ile osób jest poszkodowanych? Jakiego rodzaju są obrażenia lub objawy? Pozostań na linii, aby odpowiadać na ewentualne pytania, aż dyspozytor poprosi Cię o rozłączenie.

Podsumowując, główny nacisk w skutecznym udzielaniu pierwszej pomocy leży na zachowaniu spokoju, ochronie siebie oraz skutecznym wezwaniu pomocy. Tylko w ten sposób można podjąć odpowiednie kroki, aby uratować życie poszkodowanych i poprawić ich stan zdrowia.

2.3 Przebieg zarządzania sytuacjami awaryjnymi (analiza sytuacji, ochrona własna, działania)

Analiza sytuacji

Przy przybyciu na miejsce wypadku w placówce opiekuńczej powinna zostać przeprowadzona szybka i dokładna analiza sytuacji. Obejmuje ona zrozumienie okoliczności: Co się stało? Kto jest poszkodowany? Jakie zagrożenia istnieją dla poszkodowanych osób i ratownika? Czy są widoczne objawy lub obrażenia? Te informacje są kluczowe do planowania kolejnych kroków i ustalania odpowiednich potrzeb pomocy.

Ochrona własna

Ochrona własna ma najwyższy priorytet. Wejdź na miejsce wypadku tylko wtedy, gdy nie ma bezpośredniego zagrożenia, np. pożarem, dymem lub leżącymi ostrymi przedmiotami. W razie potrzeby używaj sprzętu ochronnego, takiego jak rękawiczki lub maski, aby chronić się przed infekcjami lub skażeniami. Ciągła ocena zagrożeń jest konieczna, aby rozpoznać i przeciwdziałać nieprzewidzianym ryzykom.

Działania

Działania, które należy podjąć, zależą od zidentyfikowanej sytuacji. Ratujące życie działania natychmiastowe, takie jak resuscytacja, udrożnienie dróg oddechowych czy zatamowanie ciężkich krwawień, mają najwyższy priorytet. W przypadku mniej pilnych stanów należy stosować standardowe techniki pierwszej pomocy, takie jak pozycja boczna ustalona czy utrzymanie ciepła w przypadku wychłodzenia. W razie potrzeby powinno się stale monitorować stan poszkodowanej osoby i reagować na bieżąco.

Dokumentacja jest istotnym elementem zarządzania w sytuacjach nagłych. Dokumentuj podjęte działania i stan poszkodowanej osoby, aby przekazać kompleksowy przegląd następnym służbom ratowniczym. Zapisywaj dokładnie godziny, obserwacje i zmiany w stanie zdrowia.

Pomyślne przeprowadzenie zarządzania w sytuacjach nagłych opiera się na rozsądnej ocenie sytuacji, konsekwentnej ochronie własnej oraz uporządkowanym przeprowadzeniu niezbędnych działań pierwszej pomocy. Regularne szkolenia i ćwiczenia zapewniają, że pracownicy opieki pozostają zdolni i bezpieczni do działania w sytuacjach awaryjnych.

2.4 Numer alarmowy (112) – O czym należy pamiętać?

Aby skutecznie wezwać pomoc, kluczowe jest uporządkowane działanie. Zaczynij od wybrania numeru alarmowego 112. Bezbłędny przepływ informacji jest istotny, aby dostarczyć służbom ratunkowym pełne i dokładne dane.

Najpierw musisz się zidentyfikować: "Kto dzwoni?". Podaj swoje imię i nazwisko oraz nazwę placówki. Pomaga to pracownikom centrali zrozumieć kontekst i lepiej odpowiedzieć na pytania w razie potrzeby.

Następnie podaj dokładne miejsce zdarzenia: "Gdzie jest miejsce wypadku?". Obejmuje to pełen adres wraz z piętrem lub numerem pokoju. W placówkach opiekuńczych może być kilka pięter i skrzydeł, co sprawia, że precyzyjne wskazanie lokalizacji jest jeszcze ważniejsze.

Krótko opisz zdarzenie: "Co się stało?". Na przykład: "Mieszkanka upadła i straciła przytomność". Ta informacja daje zespołom ratunkowym pierwsze wskazówki dotyczące rodzaju zdarzenia.

Podaj, ile osób jest poszkodowanych: "Ile osób jest poszkodowanych?". Jeśli w zdarzeniu bierze udział kilku mieszkańców lub pracowników, niezwłocznie to zgłoś.

Wyjaśnij stan poszkodowanych: "Jakie rodzaje obrażeń lub objawów są obecne?". Skup się na istotnych i oczywistych oznakach, takich jak duszność, silne krwawienia czy utrata przytomności.

Na zakończenie rozmowy pozostań na linii, aż dysponent przekaze wszystkie potrzebne informacje i poprosi o zakończenie połączenia. To zapewni, że ewentualne dodatkowe pytania zostaną bezpośrednio wyjaśnione, a dodatkowe instrukcje przekazane.

Skuteczny telefon alarmowy wymaga precyzyjnej i jasnej komunikacji. Taka struktura zapobiega nieporozumieniom i zapewnia, że służby ratunkowe pojawią się na miejscu odpowiednio przygotowane.

3 Sytuacje nagłe w codziennej opiece

3.1 Typowe przypadki nagłe w opiece nad osobami starszymi

W opiece nad osobami starszymi regularnie występują pewne sytuacje awaryjne. Opiekunowie powinni być na nie przygotowani i umieć szybko reagować. Do najczęstszych sytuacji awaryjnych należą:

Upadki: Starsze osoby są szczególnie narażone na upadki, czy to z powodu zawrotów głowy, zaburzeń równowagi, czy ograniczonej mobilności. Takie upadki mogą prowadzić do stłuczeń, złamań lub urazów głowy. Po upadku, oprócz opieki medycznej, ważne jest również obserwowanie chorego pod kątem dezorientacji lub zawrotów głowy.

Duszność: Duszność może być wywołana przewlekłymi chorobami, takimi jak POChP, niewydolność serca lub astma. W nagłych przypadkach należy zastosować podawanie tlenu i techniki oddechowe dla uspokojenia i wsparcia.

Problemy sercowo-naczyniowe: Ostre dolegliwości, takie jak ból w klatce piersiowej lub zaburzenia rytmu serca, wymagają szybkiego działania. Środki natychmiastowe obejmują ułożenie osoby w wygodnej pozycji i monitorowanie parametrów życiowych do czasu przyjazdu służb ratunkowych.

Nagłe przypadki cukrzycowe: Hipoglikemia (niedocukrzenie) i hiperglikemia (przecukrzenie) wymagają szybkiego rozpoznania i reakcji. Typowe objawy hipoglikemii to dezorientacja, pocenie się lub zaburzenia świadomości, a przy hiperglikemii to zmęczenie lub pragnienie. W przypadku hipoglikemii należy szybko podać glukozę.

Utrata przytomności: Jeśli osoba straci przytomność, należy zastosować pozycję bezpieczną, aby utrzymać drożność dróg oddechowych, zanim zostanie przeprowadzone dalsze badanie oddechu i tętna.

Napady padaczkowe: Podczas napadu trzeba zabezpieczyć osobę przed urazami, nie manipulując aktywnie kończynami. Po napadzie należy ułożyć osobę w pozycji bezpiecznej.

Ryzyko aspiracji: Występuje ono przy wdychaniu pokarmów lub płynów do dróg oddechowych i może prowadzić do duszności. W sytuacjach zagrażających życiu można zastosować manewr Heimlicha, aby uwolnić drogi oddechowe.

Opiekunowie powinni zawsze być czujni, wcześniej rozpoznawać zmiany w stanie zdrowia swoich podopiecznych i być przeszkoleni w udzielaniu pierwszej pomocy. Szybka reakcja może zapobiec poważnym konsekwencjom i zapewnić dobre samopoczucie podopiecznych.

7 To tylko podgląd

Pełna książka jest dostępna na <https://www.altenpflege.de> dla zarejestrowanych użytkowników. Rejestracja i korzystanie są bezpłatne. Osoby, które nie chcą się rejestrować, mogą przekazać kwotę podaną na stronie 2 za pomocą Paypala na adres buchhaltung@factsoft.de, podając zarówno tytuł książki, jak i adres e-mail. Następnie otrzymają PDF wysłany e-mailem.

Oprócz bezpłatnego dostępu do podręczników rejestracja na [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) umożliwia bezpośrednie aplikowanie na oferty pracy. Można także samemu zamieścić bezpłatne ogłoszenie o pracy. Dołączcie również do społeczności [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).