

altenpflege.de Edition

Krátke učebnice pre vzdelávanie v ošetrovatel'stve - Zameranie na
opatrovanie starších osôb

Theo Ahrens

Prvá pomoc a riadenie núdzových situácií

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Bibliografické údaje

Theo Ahrens – Krátka biografia

Theo Ahrens, narodený v roku 1979 blízko Mníchova, je učiteľom ošetrovateľských odborov a angažovaný pedagóg ošetrovateľstva. Po dobrovoľnom sociálnom roku v nemocnici absolvoval školenie na zdravotníckeho a ošetrovateľského pracovníka a získal cenné pracovné skúsenosti na jednotke intenzívnej starostlivosti. Poháňaný svojou túžbou odovzdávať vedomosti, študoval pedagogiku v ošetrovateľstve a začal v roku 2009 pôsobiť ako učiteľ na odbornej škole v Mníchove. Theo je známy svojou praxou orientovaným a empatickým vyučovaním, ktorým pripravuje budúce ošetrovateľské sily na ich náročné povolanie. Súkromne žije so svojou ženou a dvoma deťmi v Berlíne a dobrovoľne sa angažuje za lepšie podmienky vo vzdelávaní v ošetrovateľstve.

Táto stručná učebnica bola formulovaná na základe tematických plánov jeho vyučovania s využitím umelej inteligencie. Preklad prebehol automaticky.

Vydané spoločnosťou altenpflege.de

Cena DE/AT: 3,90 €

CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Pripomienky a návrhy na vylepšenia prosím posielajte na team@altenpflege.de.

1/1-2412181521

Obsah

1	Úvod	4
1.1	Význam prvej pomoci v opatrovatel'stve pre seniorov	4
1.2	Právne základy (Zanedbanie poskytnutia pomoci, pozícia garanta)	4
1.3	Zodpovednosť a úloha opatrovateľov v prípade núdze	5
2	Základy prvej pomoci	7
2.1	Čo je prvá pomoc?	7
2.2	Zásady prvej pomoci (zachovať pokoj, sebaochrana, tiesňové volanie)	7
2.3	Ablauf des Notfallmanagements (Situationsanalyse, Eigenschutz, Maßnahmen)	8
2.4	Tiesňové volanie (112) – Čo treba brať do úvahy?	9
3	Núdzové situácie v každodennej starostlivosti. . . .	10
3.1	Typické núdzové situácie v opatrovatel'skej starostlivosti o seniorov	10
3.2	Riešenie núdzových situácií u starších ľudí	11
3.3	Špeciálne výzvy (demencia, obmedzená mobilita)	12
4	Život zachraňujúce okamžité opatrenia	13
4.1	Bezvedomie – stabilizovaná poloha na boku	13
4.2	Zástava dýchania – Resuscitačné opatrenia (KPR)	14
4.3	Zástava srdca – Použitie defibrilátora (AED)	15
4.4	Nebezpečenstvo udusení – Opatrenia pri upchatí dýchacích ciest (Heimlichov manéver)	16
4.5	Silné krvácanie – ošetrovanie rán a zastavenie krvácania	17
5	Manažment núdzových situácií pri špecifických zdravotných problémoch	19
5.1	Infarkt myokardu – symptómy, okamžité opatrenia, postup. . . .	19
5.2	Cievna mozgová príhoda – Symptómy, FAST-test, okamžité opatrenia	20
5.3	Krčové záchvaty (epilepsia) – správanie a podpora	21
5.4	Hypoglykémia/Hyperglykémia – krízové opatrenia pri diabete	22
5.5	Alergické reakcie/anafylaxia – Opatrenia pri alergických šokoch	23
5.6	Pády a zranenia – prevencia, ošetrovanie zlomenín a pomliaždenín	25
5.7	Podchladenie a prehriatie – opatrenia pri hypertermii a hypotermii	26
6	Psychická starostlivosť v núdzi	28
6.1	Riešenie strachu a paniky u postihnutých	28
6.2	Starostlivosť a upokojenie pacientov s demenciou v núdzových situáciách	28
6.3	Komunikácia s príbuznými a tretími osobami v tiesni	29
7	Právne a organizačné aspekty	31
7.1	Dokumentácia mimoriadnych udalostí a opatrení prvej pomoci	31
7.2	Otázky zodpovednosti a zodpovednosť ošetrovateľov v starostlivosti o starších	32
7.3	Pracovnoprávne aspekty (pracovné povinnosti, nadčasy v prípade núdze)	33
7.4	Umgang mit Tod und Sterben im Notfall	34
8	Praktické cvičenia a prípadové štúdie	36
8.1	Praktické cvičenia prvej pomoci (stabilizovaná poloha, CPR, AED)	36
8.2	Scenáre a príklady z praxe	37
8.3	Reflexia núdzových situácií – Čo prebehlo dobre? Čo možno zlepšiť?	38

1 Úvod

1.1 Význam prvej pomoci v opatrovatel'stve pre seniorov

V starostlivosti o seniorov má poskytovanie prvej pomoci mimoriadny význam, pretože opatrovatelia sa často stretávajú so zvýšeným rizikom, že sa starší ľudia dostanú do krízových situácií. Táto osobitná zodpovednosť vyžaduje neustálu pripravenosť konať rýchlo a efektívne. Starší ľudia majú z dôvodu svojho veku a často aj rôznych zdravotných obmedzení vyššie riziko naliehavých situácií, ako sú infarkty, mŕtvice alebo nehody.

Schopnosť poskytovať prvú pomoc podstatne prispieva k bezpečnosti a dobrému pocitu opatrovaných osôb. Rýchly a kompetentný zásah môže v mnohých prípadoch výrazne zvýšiť šance na prežitie a znížiť rozsah možných následných škôd. Opatrovatelia pôsobia ako prvý kontakt v pri krízových situáciách a musia mať kvalitné zručnosti v poskytovaní prvej pomoci.

Popri technickom poskytovaní prvej pomoci hrá dôležitú úlohu aj psychická podpora. Opatrovatelia si musia uvedomovať, že sú často prví, ktorí sa stretávajú s fyzickými a emocionálnymi dôsledkami krízovej situácie. Vnímová komunikácia a upokojenie môžu situáciu pre postihnutých výrazne uľahčiť.

Pravidelne školené schopnosti v oblasti prvej pomoci posilňujú sebadôveru opatrovateľov a ich schopnosť konať v prípade núdze. To vedie nielen k zlepšeniu starostlivosti o starších ľudí, ale tiež chráni opatrovateľov pred možnými právnymi dôsledkami neposkytnutia pomoci. Celkovo je poskytovanie prvej pomoci zásadná zručnosť v starostlivosti o seniorov, ktorá značne ovplyvňuje bezpečnosť a kvalitu života opatrovaných osôb.

1.2 Právne základy (Zanedbanie poskytnutia pomoci, pozícia garanta)

V ošetrovatel'stve starších osôb zohrávajú právne základy ústrednú úlohu pri riešení núdzových situácií. Dva hlavné okruhy tu predstavujú neposkytnutie pomoci a povinnosť vyplývajúca z garančného postavenia. Tieto aspekty ovplyvňujú nielen každodennú činnosť ošetrovateľov, ale aj právne dôsledky ich konania alebo nekonania.

Neposkytnutie pomoci

Podľa § 323c Trestného zákonníka (TZ) existuje povinnosť poskytnúť pomoc, ak sa niekto ocitne v núdzovej situácii. O neposkytnutie pomoci ide vtedy, keď osoba v núdzi nedostane potrebnú pomoc, aj keď to je možné bez významného ohrozenia vlastnej osoby alebo iných dôležitých dôvodov. Pre ošetrovateľov to znamená, že sú povinní v núdzových situáciách konať rýchlo a primerane. To zahŕňa ako okamžité začatie poskytnutia prvej pomoci, tak aj privolanie neodkladnej lekárskej pomoci.

Garančné postavenie

Garančné postavenie je v ošetrovatelstve starších osôb obzvlášť relevantné. Garančné postavenie vyplýva zo špeciálnej povinnosti starostlivosti, ktorú má osoba na ochranu právnych záujmov iných osôb. Opatrovatelia majú voči im zvereným obyvateľom alebo pacientom túto povinnosť ochrany. Toto garančné postavenie ich právne zaväzuje predchádzať škodám, ktoré hrozia osobám v ich starostlivosti.

Porušenie garančnej povinnosti môže mať trestnoprávne následky, najmä vtedy, ak z toho vyplynie poškodenie zdravia. Opatrovatelia sú povinní urobiť všetko, čo je v ich silách, aby zabránili alebo zmiernili núdzové situácie, a musia byť kedykoľvek schopní primerane reagovať.

Príklad

Jeden príklad objasňuje dôsledky: Opatrovateľ si všimne, že obyvateľ vykazuje známky mŕtvice, ale nereaguje alebo reaguje oneskorene. Toto opomenutie by mohlo byť hodnotené ako neposkytnutie pomoci, najmä ak opatrovateľ z dôvodu svojej odbornej expertízy mal rozpoznať núdzovú situáciu. Rovnako aj jeho zodpovednosť ako garanta zakladá povinnosť zakročiť.

Opatrovatelia by si mali byť vedomí svojich práv a povinností. Pravidelné školenia a jasné pochopenie právnych základov sú nevyhnutné na to, aby sa zabránilo právnym dôsledkom a zaistila sa bezpečnosť osôb odkázaných na starostlivosť.

1.3 Zodpovednosť a úloha opatrovateľov v prípade núdze

Zdravotnícki pracovníci nesú v prípade núdze centrálnu zodpovednosť. Často sú prví, ktorí reagujú na kritickú situáciu. Ich úloha zahŕňa okamžité rozpoznanie núdzových situácií a zahájenie potrebných opatrení. Rýchla a efektívna reakcia môže byť život zachraňujúca.

Úloha zdravotníckeho pracovníka začína analýzou situácie. Je potrebné skontrolovať, či existuje bezprostredné nebezpečenstvo pre dotknutú osobu. To zahŕňa zhodnotenie vitálnych znakov, ako sú dýchanie a vedomie. Zdravotnícky pracovník musí v prípade potreby okamžite zahájiť opatrenia prvej pomoci a kontaktovať tiesňovú linku.

Počas núdzovej situácie je zdravotnícky pracovník zodpovedný aj za ochranu osoby, ktorá potrebuje starostlivosť. Koordinuje záchranné opatrenia a zabezpečuje primeranú starostlivosť o postihnutú osobu. Pri príchode externých záchranných síl poskytuje potrebné informácie, umožňuje plynulý prechod a naďalej sa zasadzuje za blaho pacienta.

Vedľa praktického prevedenia opatrení prvej pomoci má zdravotnícky pracovník aj úlohu sprostredkovať pokoj a bezpečie. To je rozhodujúce pre udržanie stresujúcej situácie pod kontrolou a pre poskytnutie pocitu stability postihnutej osobe. Empatická komunikácia môže zásadne prispieť k upokojeniu situácie pacienta.

Zdravotnícki pracovníci musia byť pravidelne školení, aby si udržali aktuálne znalosti a svoje schopnosti v núdzových situáciách aplikovali bezpečne a sebedovetne. To nezahŕňa len technické aspekty prvej pomoci, ale aj správanie v kritických situáciách a správny komunikačný sprievod dotknutých osôb.

Úloha zdravotníckeho pracovníka v manažmente núdzových situácií vyžaduje vysokú mieru zodpovednosti a kompetencie. Len prostredníctvom neustáleho vzdelávania a tréningu môžu zdravotnícki pracovníci zabezpečiť, že v núdzových situáciách konajú optimálne a chránia im zverené osoby vyžadujúce starostlivosť.

preview

2 Základy prvej pomoci

2.1 Čo je prvá pomoc?

Prvá pomoc zahŕňa všetky opatrenia, ktoré sa prijímajú pri nehodách alebo náhlych ochoreniach s cieľom zachrániť život postihnutých, zabrániť ich zdravotnému zhoršeniu alebo zmierniť ich bolesť. Je to bezprostredný začiatok záchrannej reťaze, ktorá siaha až po profesionálnu lekársku starostlivosť. V ošetrovatelstve starších osôb sa to týka predovšetkým včasného rozpoznania núdzovej situácie a začatia základných opatrení pomoci do príchodu záchrannej služby.

Prvá pomoc v ošetrovatelstve starších osôb je založená na základných princípoch, ako je ochrana pomocníka a postihnutej osoby, rýchle privolanie pomoci a cielené použitie opatrení na záchranu života. Pri tom je na prvom mieste pozorovanie a hodnotenie situácie: Kto je postihnutý? Ako vážna je situácia? Aké opatrenia sú potrebné?

Prvá pomoc neznamena poskytnúť kompletnú lekársku starostlivosť, ale preklenúť čas a udržať zdravotný stav postihnutých stabilný. To môže zahŕňať jednoduché úkony, ako je uvoľnenie dýchacích ciest, zastavenie krvácania alebo uloženie bezvedomej osoby do stabilizovanej polohy na boku. V ošetrovatelstve starších osôb je nevyhnutné byť vždy pozorný, aby sa neobvyklé príznaky rozpoznali včas.

Praktické znalosti a pravidelné precvičovanie opatrení prvej pomoci sú rozhodujúce na to, aby bolo možné v núdzových situáciách rýchlo a rozumne konať. Každé poskytnutie prvej pomoci zároveň vyžaduje pokojný a rozvážny prístup, aby sa zohľadnila fyzická aj psychická situácia postihnutej osoby.

2.2 Zásady prvej pomoci (zachovať pokoj, sebaochrana, tiesňové volanie)

Ruhe bewahren

Ruhe zachovať je prvý a najdôležitejší princíp pri poskytovaní prvej pomoci. V núdzi je rozhodujúce jasné myslenie. Ak vypukne panika, môžu sa stať chyby. Zhlboka sa nadýchnite a urobte si prehľad o situácii. Vyhnite sa hektickým pohybom a udržujte si kontrolu nad svojimi činmi.

Sebaochrana na prvom mieste

Predtým, ako budete konať, overte si, či pre vás neexistuje nebezpečenstvo. Zdrojmi nebezpečenstva môžu byť elektrina, oheň alebo chemikálie. V prípade potreby sa vzdialte z nebezpečnej zóny. Iba keď ste sami v bezpečí, môžete efektívne pomáhať. Pamätajte, že vaše vlastné zdravie musí byť uchované, aby ste mohli byť užitoční postihnutému.

Núdzové volanie

Núdzové volanie je nevyhnutnou súčasťou každej núdzovej starostlivosti. Ihneď vytočte 112. Zadaťte nasledujúce informácie presne: Kto volá? Kde je miesto núdze? Čo sa stalo? Koľko osôb je postihnutých? Akého druhu sú zranenia alebo symptómy? Zostaňte na telefóne, aby ste mohli odpovedať na možné dodatočné otázky, kým vás dispečer nepožiadá, aby ste zložili.

Zhrnutie

Zachovanie chladnej hlavy, sebaochrana a uskutočnenie efektívneho núdzového volania sú v centre úspešnej prvej pomoci. Iba tak je možné začať správne opatrenia na záchranu života postihnutých osôb a zlepšenie ich zdravotnej situácie.

2.3 Ablauf des Notfallmanagements (Situationsanalyse, Eigenschutz, Maßnahmen)

Analýza situácie

Pri príchode na miesto núdze v rámci ošetrovateľského zariadenia by mala prebehnúť rýchla a dôkladná analýza situácie. Tá zahŕňa zhodnotenie okolností: Čo sa stalo? Kto je postihnutý? Aké nebezpečenstvá hrozia postihnutým osobám a záchranárovi? Existujú viditeľné príznaky alebo zranenia? Tieto informácie sú rozhodujúce pre plánovanie ďalších krokov a určenie primeraného rozsahu pomoci.

Ochrana vlastnej bezpečnosti

Ochrana vlastnej bezpečnosti má najvyššiu prioritu. Miesto núdze vstupujte iba v prípade, že nehrozí bezprostredné nebezpečenstvo, napríklad oheň, dym alebo ostré predmety ležiace okolo. V prípade potreby použite ochranné pomôcky, ako rukavice alebo masky, aby ste sa chránili pred infekciami alebo kontamináciou. Je potrebné neustále vyhodnocovať nebezpečenstvá, aby bolo možné rozoznať nepredvídateľné riziká a zabrániť im.

Opatrenia

Vykonávané opatrenia sú založené na zistenej situácii. Poskytnutie okamžitej pomoci, ako je oživovanie, uvoľnenie dýchacích ciest alebo zastavenie silného krvácania, má najvyššiu prioritu. Pri menej naliehavých stavoch by sa mali využívať štandardné techniky prvej pomoci, ako je stabilizovaná poloha na boku alebo udržanie tepla pri podchladení. V prípade potreby by sa mal neustále sledovať stav postihnutej osoby a vhodne reagovať.

Dokumentácia je základnou súčasťou núdzového manažmentu. Zaznamenajte vykonané opatrenia a stav postihnutej osoby, aby ste poskytli nasledujúcim záchranným zložkám komplexný prehľad. Presne zaznamenávajúte časy, pozorovania a zmeny v zdravotnom stave.

Úspešné vykonanie núdzového manažmentu sa zakladá na rozvážnom hodnotení situácie, dôslednej ochrane vlastnej bezpečnosti a usporiadanom vykonávaní nevyhnutných opatrení prvej pomoci. Pravidelné školenia a cvičenia zabezpečujú, aby ošetrovateľský personál zostal v núdzových situáciách schopný konať a byť v bezpečí.

2.4 Tiesňové volanie (112) – Čo treba brať do úvahy?

Aby bolo možné účinne vykonať tiesňové volanie, je rozhodujúci štruktúrovaný postup. Začnite vytočením tiesňového čísla 112. Súvislý tok informácií je dôležitý na to, aby záchranárom poskytol úplné a presné údaje.

Najprv sa musíte identifikovať: "Kto volá?". Uvedte svoje meno a názov zariadenia. To pomáha pracovníkom riadiaceho centra pochopiť súvislosti a lepšie sa orientovať pri následných otázkach.

Následne uveďte presné miesto tiesňovej udalosti: "Kde sa nachádza miesto tiesňovej udalosti?". To zahŕňa úplnú adresu vrátane poschodia alebo čísla izby. V opatrovateľských zariadeniach môže byť niekoľko poschodí a krídel, čo robí presné určenie miesta ešte dôležitejším.

Stručne opíšte, čo sa stalo: "Čo sa stalo?". Napríklad: "Obyvateľka spadla a je v bezvedomí". Táto informácia poskytne záchranným tímom prvotnú indikáciu o druhu tiesňovej udalosti.

Uvedte, koľko osôb je postihnutých: "Koľko osôb je postihnutých?". Ak je zapojených viacero obyvateľov alebo pracovníkov, okamžite to oznámte.

Vysvetlite stav postihnutých: "Aký druh zranení alebo symptómov je prítomný?". Obmedzte sa na podstatné a zjavne viditeľné, ako je dýchavičnosť, silné krvácanie alebo bezvedomie.

Na záver rozhovoru zostávajte na linke, kým dispečer nezíska všetky potrebné informácie a nepožiadá vás o zloženie. Tým sa zabezpečí, že možné otázky budú priamo objasnené a dodatočné pokyny budú odovzdané.

Účinné tiesňové volanie si vyžaduje presnú a jasnú komunikáciu. Táto štruktúra zabraňuje nedorozumeniam a zabezpečuje, že záchranári prídu na miesto zásahu optimálne pripravení.

3 Núdzové situácie v každodennej starostlivosti.

3.1 Typické núdzové situácie v opatrovateľskej starostlivosti o seniorov

V oblasti starostlivosti o seniorov sa pravidelne vyskytujú určité núdzové situácie. Ošetrojúci personál by mal byť na ne pripravený a schopný rýchlo reagovať. Medzi najčastejšie núdzové situácie patria:

Pády: Starší ľudia sú obzvlášť ohrození pádom, či už v dôsledku závratov, porúch rovnováhy alebo obmedzenej pohyblivosti. Takéto pády môžu mať za následok pomliaždeniny, zlomeniny alebo poranenia hlavy. Po páde je popri fyzickom ošetrení dôležité aj sledovať prípadné príznaky zmätenosti alebo závratov.

Dýchavičnosť: Dýchavičnosť môže byť spôsobená chronickými ochoreniami, ako sú CHOCHP, srdcové zlyhanie alebo astma. V akútnych prípadoch by sa mala aplikovať kyslíková terapia a dýchacie techniky na upokojenie a podporu.

Problémy srdcovocievneho systému: Akútne ťažkosti, ako sú bolesti na hrudi alebo poruchy srdcového rytmu, si vyžadujú rýchle konanie. Okamžité opatrenia zahŕňajú uloženie postihnutého do pohodlnej polohy a sledovanie vitálnych znakov do príchodu záchranej služby.

Diabetické núdzové situácie: Hypoglykémia (nízka hladina cukru v krvi) a hyperglykémia (vysoká hladina cukru v krvi) vyžadujú rýchle rozpoznanie a reakciu. Typické symptómy sú zmätenosť, potenie alebo poruchy vedomia pri hypoglykémii a únava alebo smäd pri hyperglykémii. Pri hypoglykémii by sa mala rýchlo podať glukóza.

Bezvedomie: Ak osoba stratí vedomie, mala by sa použiť stabilná poloha na boku, aby sa uvoľnili dýchacie cesty, skôr než sa pristúpi k ďalšiemu vyšetreniu dýchania a pulzu.

Krčové záchvaty: Počas záchvatu musí byť postihnutý chránený pred zraneniami bez aktívneho manipulovania s končatinami. Po záchvate by sa mala osoba uložiť do stabilnej polohy na boku.

Nebezpečenstvo aspirácie: Toto vzniká pri vdýchnutí potravy alebo tekutiny do dýchacích ciest a môže viesť k ťažkostiam pri dýchaní. V životo ohrozujúcich situáciách sa môže použiť Heimlichov manéver na uvoľnenie dýchacích ciest.

Ošetrovateľský personál by mal byť vždy pozorný, včas rozpoznať zmeny zdravotného stavu svojich klientov a byť vyškolený v poskytovaní prvej pomoci. Rýchla reakcia môže zabrániť vážnym následkom a zabezpečiť pohodu osôb, ktoré potrebujú starostlivosť.

7 Toto je len ukážka.

Dostupná je celá kniha na <https://www.altenpflege.de> pre registrovaných používateľov. Registrácia a používanie sú bezplatné. Kto sa nechce registrovať, môže sumu uvedenú na strane 2 zaslať cez Paypal na adresu buchhaltung@factsoft.de a uviesť pritom názov knihy aj e-mailovú adresu. Potom obdrží PDF e-mailom.

Okrem bezplatného prístupu k stručným učebniciam umožňuje registrácia na [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) aj priamu možnosť uchádzať sa o pracovné miesta. A takisto zverejniť bezplatný pracovný inzerát. Staňte sa aj vy súčasťou komunity [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).