

Prosím, pomozte mi. Nechci tady umřít

Věrnou kopii zásahu, který se v roce 2019 odehrál na poli u Brtnice, si záchranáři zopakovali o pár kilometrů dál. Muže připravila sekačka o končetiny.

■ David Kratochvíl

„Je to přesně podle výjezdáku. Pacient bude mít úplně stejné vitální hodnoty. Rozdíl je jen v tom, že nejsme na hrachovém poli a žací lišta u traktoru nebyla po straně, ale vpředu,“ popisuje jeden z rozhodčích v pátek před devátou hodinou ráno na travnaté louce v místní části Puklic Studénky.

Krajští záchranáři se po roční pauze zaviněné nepříznivým vývojem koronavirové situace rozhodli uspořádat už sedmý ročník metodického cvičení. Do Jihlavy se proto poslední pracovní den minulého týdne sjelo celkem pět tříčlenných posádek, z každé výjezdové oblasti jedna.

Každá vyrážela v různém čase k jiné události. Jedni vyjžděli na krajský úřad, další na diskotéku na největší sídlišť v Jihlavě - Březinky, posádka z Třebíčska vyjela na louku k muži, kterého traktor s žacím strojem připravil o končetiny.

„Dojezdový čas je sice jiný, ale vzhledem k tomu, že jde o cvičení, tak jde hlavně o to, aby si záchranáři prověřili praktické znalosti a dovednosti na základě události, která se reálně stala před více než dvěma lety,“ vysvětluje mluvčí krajských záchranářů Petr Janáček.

Záchranáři přijíždí na místo události krátce před půl desátou dopoledne. Traktorista při vyžínání louky přejede muže, sečné nože mu amputují končetiny.

„Prosím, pomozte mi. Já nechci umřít, moc to bolí,“ ozývá se skomírajícím hlasem z figuríny, kterou výcvikové a vzdělávací středisko krajských záchranářů před časem zakoupilo za zhruba tři miliony korun.

Z levé ruky figuríně crčí krev, stejně tak z nohou. Záchranáři se na místě musí popasovat i s traktoristou. Ten utrpěl šok a zdravotníkům se snaží mluvit do práce a také jim vysvětlit, že on za nic nemůže.

„Kde jste takovou dobu. Vypadá to hrozně. Dělejte něco. Já



ZÁCHRANA pacienta, kterého na louce přejel traktor s aktivním žacím strojem, trval zhruba 20 minut. Opozdil ho sledoval i muž, který byl k tomuto simulovanému zásahu inspirací. Právě jemu se obdobná nehoda stala v roce 2019.
Foto: David Kratochvíl

jsem ho neviděl. Musíte mi věřit,“ křičí na záchranáře. Až ho jeden z nich žádá, aby je nechal v klidu dělat svou práci. Nakonec se jim traktoristu snaží přimět ke spolupráci, kdy pacientovi drží infuzi fyziologickým roztokem.

To vše za bedlivého pozorování rozhodčích, kteří působí jako lektoři právě v krajském výcvikovém a vzdělávacím středisku. Simuluje se i kon-

takt s operačním střediskem, specializovaným pracovištěm, na které bude pacienta vrtulník převážet, i podávání reálné medikace.

Figurína má totiž nastavené přesné hodnoty, jako měl vážně zraněný mladík před více než dvěma lety na hrachovém poli u Brtnice na Jihlavsku.

Byl to právě on, kdo záchranářům popsal, co se tehdy přesně stalo a záchranáři tak

mohli vše připravit na poli tak, aby šlo o věrnou kopii zásahu jako v létě 2019.

Mladík se byl společně se svým otcem na simulaci zásahu podívat i přímo na místě.

Pohár z rukou ředitelky Vladislavy Filové si letos převzala posádka z výjezdové oblasti Havlíčkův Brod, kterou reprezentovali záchranáři Martina Lukačinová, Radek Hovorka a Radim Fousek.

Co všechno museli záchranáři řešit?

■ Zdatnost zdravotnických záchranářů prověřilo během dopoledne a odpoledne pět scénářů, které simulovaly události, jež mohou reálně nastat. Dva úkoly letošního metodického cvičení proběhly přímo na půdě nově vybudovaného vzdělávacího a výcvikového střediska v Jihlavě. Jedním z nich byla otrava dítěte, které zaměnilo bonbóny za babiččiny léky a po jejich konzumaci upadlo do bezvědomí.

■ Druhý zásah se pak odehrál v technickém kanálu, kde se na pracovníka údržby zřítla část stropu a bylo nutné ho ve spolupráci s hasiči transportovat ze značně stísněných technických prostor.

■ Simulovanou intoxikaci drogami a bolesti břicha u dívky s mimoděložním těhotenstvím řešili zdravotníci na diskotéce v jihlavském Miami klubu, polytrauma způsobené žací lištou traktoru na louce ve Studénkách a náhlou zástavu oběhu s následnou resuscitací v jedné z kanceláří krajského úřadu v Jihlavě. „Pro jeho pracovníky jsme zároveň uspořádali workshop první pomoci zaměřený na resuscitaci za využití automatizovaného externího defibrilátoru (AED), kterého se zúčastnilo téměř 90 osob,“ uvedl mluvčí krajských záchranářů Petr Janáček.

Při výjezdu musíte rozložit síly

Krajská záchranářka Pavlína Havlenová (28) působí v třebíčské oblasti.

Co je pro záchranáře při výjezdu vůbec nejtěžší? Když víte, že jedete k dětem?

Když jsou tam děti, tak je to těžké, ale podle mě vůbec nejtěžší je, že musíte dobře odhadnout, co se na místě vlastně stalo a dobře si rozložit síly.

I ve Studénkách bylo velmi dobře vidět, jak zásah komplikují emoce. V tomto případě traktoristy...

Emoce jsou možná vůbec nejsložitější prvek samotného výjezdu. Pacient je pro nás jakési schéma – A, B, C, D, E a když si toto zajistíte, tak máte pacienta zajištěného. Jenže na psychickou stránku blízkých pacienta žádná takové schéma neexistuje.

Proto je hrozně těžké situaci odhadnout a dobře s nimi komunikovat. Proto jsme rádi, když už jsou na místě policisté, nebo hasiči, kteří nás toho bří-

mě emoční stránky zbaví, a my se můžeme věnovat tomu, čemu potřebujeme.

S agresivitou vůči záchranářům při zásahu už jste se setkala?

Zatím ne. Myslím si, že lidé jsou většinou hodné pokorní k tomu, že tam jsme. Očekávají od nás pomoc. Spíš se jim v uvozovkách nelíbí způsob naší pomoci.

Představovali by si to nejspíš jinak ve stylu, honem, teď pojedte sem. V té chvíli jim musíme striktně nastavit mantinely a říct jim, co ještě můžou, a co už naopak ne. Trošku si tam převzít velení.

Co vás na této práci naplňuje? Proč jste se chtěla stát záchranářkou?

Pocit, když se vám podaří někoho zachránit a výjezd dopadne dobře. Typickým příkladem je tento cvičný výjezd, který se odehrál v reálu a pacient to přežil, i když s nějakým deficitem. I tak je to ale za mě výsledek velmi dobré práce.

-kra-



POSÁDKA záchranářů z Třebíčska si v rámci soutěžní metodiky vyzkoušela cvičně záchrannou muže, kterému stroj amputoval končetiny.
Foto: David Kratochvíl

Prevencí proti demenci je nejen cvičení paměti...

(Dokončení ze str. 1)

Co to vlastně je Alzheimerova choroba a jak ji člověk může poznat?

Alzheimerova choroba neboli demence je degenerativní onemocnění mozku, jednoduše mozková tkáň stárne a mění se. To na sobě ani nikom jiném nepoznáme, do hlavy si nevidíme.

Všimnout si můžeme projevů. U sebe postřehněme, že se nám nedaří zapamatovat si nové věci, některé věci zapomínáme, na některé si ani nevzpomeneme, že bychom je měli vědět, a stále se to zhoršuje. Projevit se to také může u našich blízkých, kdy si uvědomíme, že se nás ptají na něco, co jsme jim řekli před chvílí.

Lidé mají představu, že demence je právě jenom o tom zapomínání. Ale ono

to má další průběh. Jaké mohou být další projevy demence?

Jednak se to s časem zhoršuje. Napřed se zapomíná občas, později více a i důležité věci, jakože se na plotně ohřívá jídlo. A s tím vznikají nebezpečné situace.

Rodina nemůže nechat člověka s demencí bez dozoru také proto, že u postiženého klesá schopnost sebeobsluhy, zapomíná na hygienu, ale také se třeba najíst nebo užít léky.

Může se stát, že si přece jenom rodina nevšimne, že je něco v nepořádku?

Určitě může. Jednak si představte běžné fungování, kdy přece jenom každý má nějaké starosti, ne že bychom byli úplně nevšimaví, ale tak nějak si říkáme, že babička nebo dědeček stárnou a že to k tomu patří. A také pozor, pokud někdo

pocituje příznaky demence v podobě zapomínání a určité neschopnosti, není na to zrovna hrdý, a může se to snažit skrývat.

Takže případů, kdy si toho nevšimneme, nebo to podceňujeme a nedáváme tomu takový význam, se určitě najde dost. A potom se může stát, že našeho dědečka nebo babičku přivedou všímaví lidé, kteří je potkali, když bloudili kousek od domu a nemohli najít cestu domů.

Platí vždy, že se jedná o seniory?

Pravděpodobnost, že se demence bude týkat seniora, je tím vyšší, čím je senior starší. Ale i když je s věkem výskyt vyšší, neznamená to, že se nemůže objevit v mladším věku.

O to je to tragičtější, že to omezí schopnosti člověka

v produktivním věku, který je jinak fyzicky zdravý a měl by normálně dost životní energie a plánů do budoucna.

Musí to být nepříjemné. Dá se demence nějak léčit?

Zatím nejsou známy možnosti, jak demenci vyléčit, pomoci do určité míry mohou léky zvané kognitiva, která mohou průběh nemoci zpomalit. Velmi důležité však je, tak jako u všech nemocí, myslet na prevenci, snažit se demenci předcházet.

Asi všichni slyšíme, že je užitečné procvičovat paměť, luštit křížovky, tajenky, sudoku. Jsou ještě další věci, které byste doporučila?

Procvičování paměti je určitě žádoucí a užitečné, ale také musíme myslet na celkový tělesný stav. Velký význam má péče o cévy, které zajišťují pro-

krvení celého těla včetně mozku, tím pádem jeho výživu, oxykysličením.

Vliv na cévy má způsob našeho stravování, zmíním pozitivní působení zdravých tuků, omega-3 mastných kyselin, které nalezneme v rybách, ořechách a rostlinných tucích. Škodlivě naopak působí živočišné tuky, tučné maso, smažená jídla. Na cévy má devastující vliv kouření, vysoký tlak, nekompenzovaná cukrovka.

Naopak velmi, velmi pozitivně působí na lidské tělo a jeho prokrvení pohyb. Jakákoli forma pohybu, ke které se člověk odhodlá, působí blahodárně na lidský organismus a také přímo na mozek.

Musíme se soustředit na správné provádění cviků, procvičujeme koncentraci, pozornost, rovnováhu. Pokud jde o procházku, trénujeme orientaci. Přitom je pohyb lék, který nic nestojí.

Seniorem v pohodě

Zveme všechny seniory na Den zdraví, kde si budou moct nechat změřit zdarma hladinu cholesterolu, tlak krve, dozví se něco o první pomoci a prevenci úrazů a potrénují si paměť pomocí kvízů.

Den zdraví se uskuteční v úterý 5. 10. od 9.00 hodin v přednáškovém sále Domu zdraví v Jihlavě.

V rámci projektu nabídneme také zdarma cvičení pro seniory každý čtvrtek 14.00-15.00 hod. a 15.15-16.15 hod., opět v přednáškovém sále Domu zdraví.

Informace na tel. číslo 567 574 733

