Dofinansowane przez
Unię Europejską

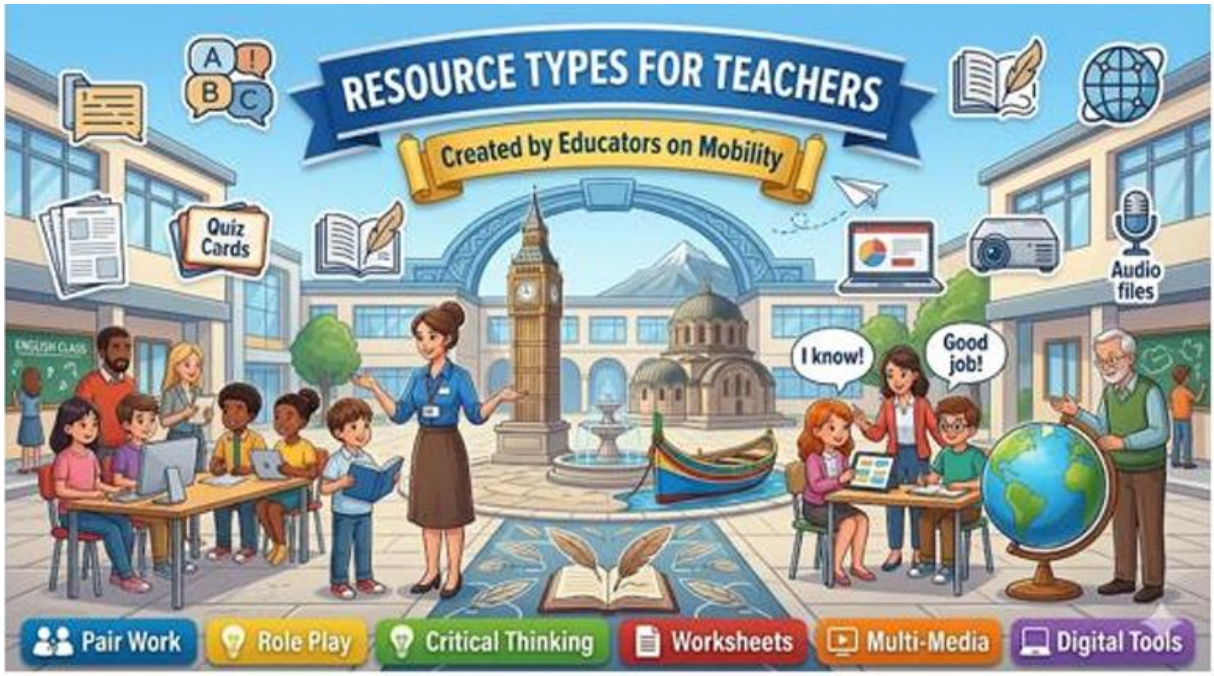
MATERIAŁY UCZESTNIKA MOBILNOŚCI

RODZAJ ZASOBU (RESOURCE TYPE):

Zestaw materiałów dydaktycznych z elementami metody CLIL
„RESUSTYTACJA KRĄŻENIOWO - ODDECHOWA”
EDUKACJA DLA BEZPIECZEŃSTWA
KLASA 8
PREZENTACJA DO KONSPEKTU

„Podniesienie kompetencji kadry dydaktycznej Szkoły Podstawowej w Dubiczach Cerkiewnych”

Nr projektu: 2025-1-PL01-KA122-SCH-000339591
Projekt finansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach programu Erasmus+ (2021–2027), KA1 Edukacja szkolna.

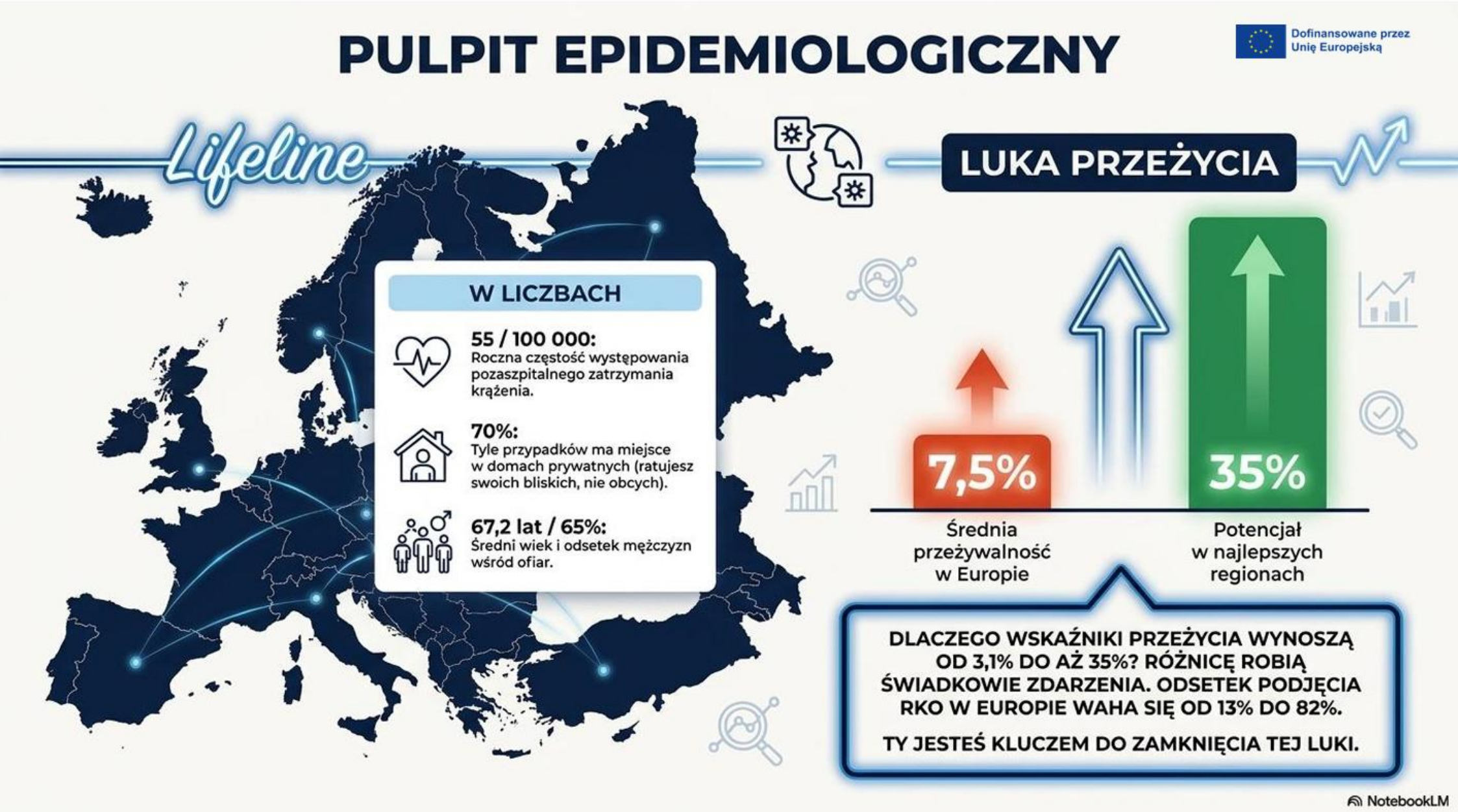


Opracowanie: ANNA WASILUK
anna.wasiluk@szkola.dubicze-cekiewne.pl

Dofinansowane przez
Unię Europejską



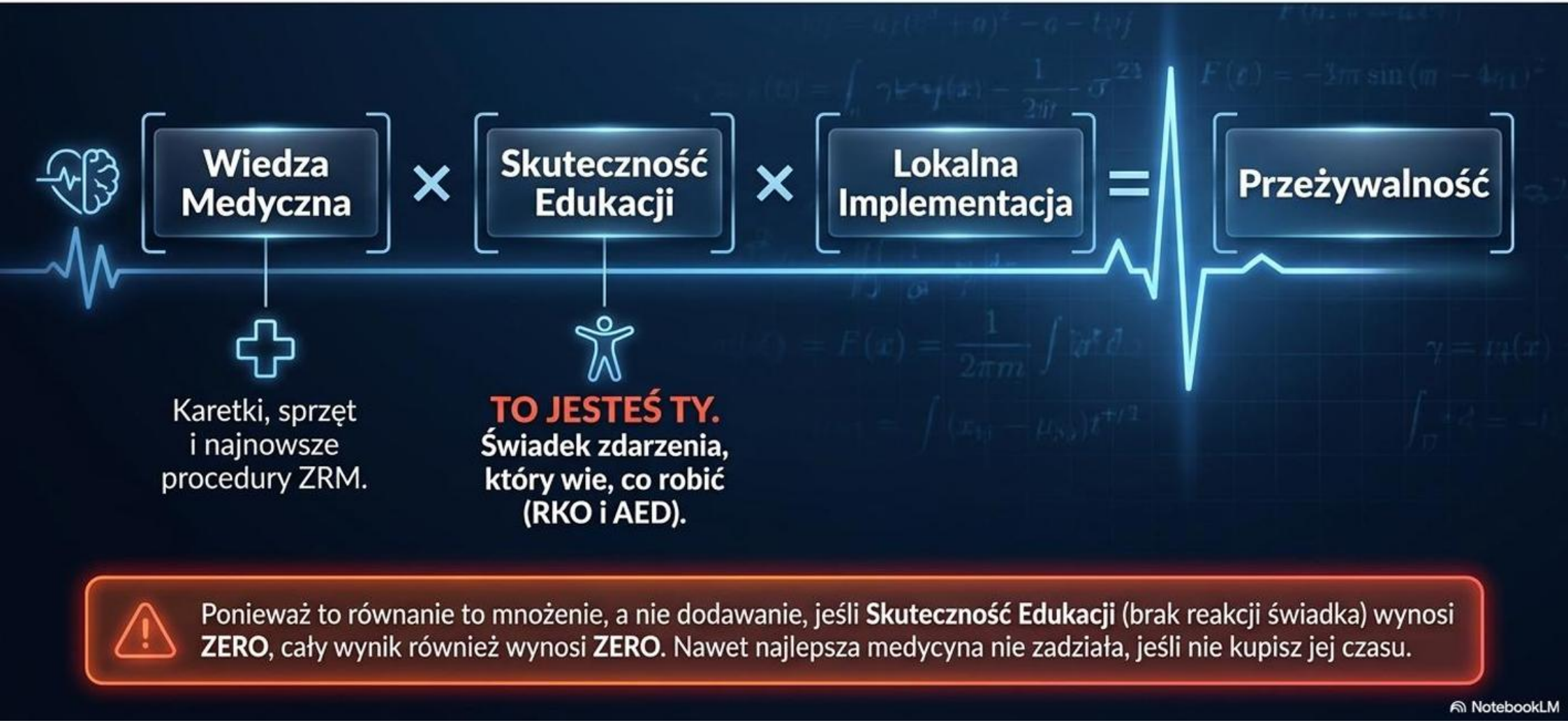
Dofinansowane przez
Unię Europejską



Dofinansowane przez Unię Europejską

Formuła Przeżycia ERC

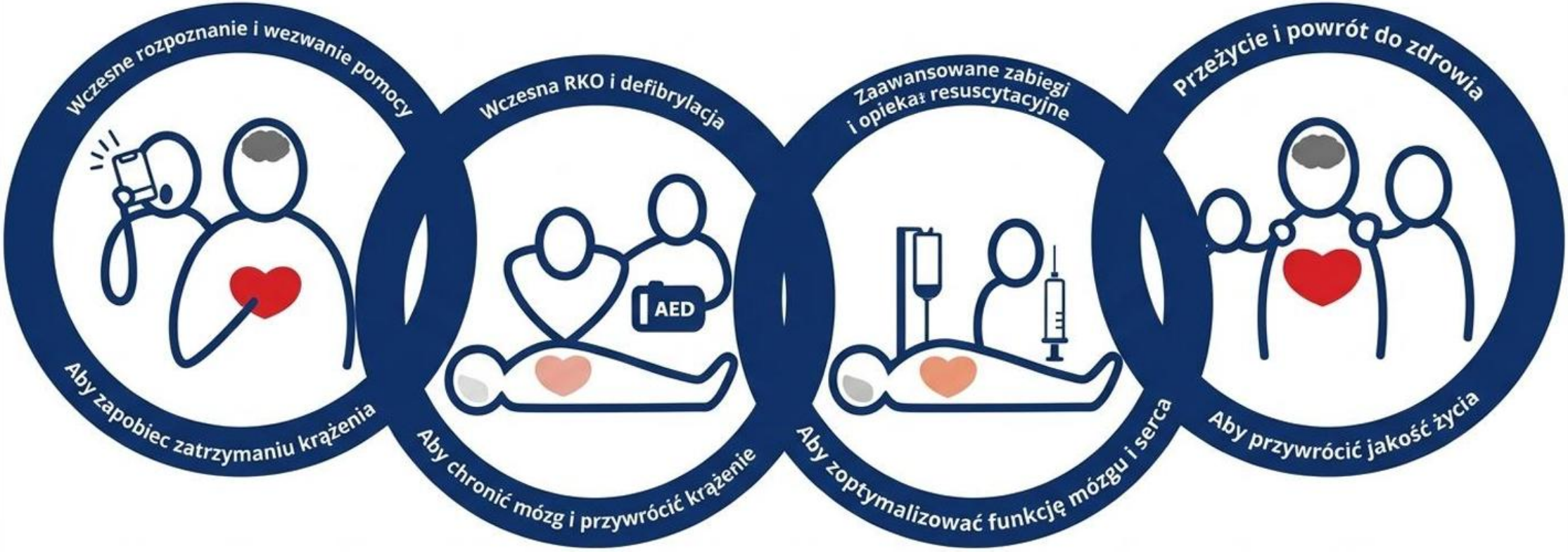
Dofinansowane przez Unię Europejską



Dofinansowane przez
Unię Europejską

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Łańcuch Przeżycia 2025: Twój udział w systemie



„Jeśli pominiesz pierwszy krok w łańcuchu przeżycia, nie możesz zrobić drugiego.”

(Judith Finn)

NotebookLM

Dofinansowane przez
Unię Europejską

3 Kroki, by Uratować Życie

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Krok 1: OCEŃ



Bezpieczeństwo zapewnione?
—> Poszkodowany jest nieprzytomny?

Krok 2: ZADZWOŃ



Zadzwoń pod 112.
Włącz tryb głośnomówiący.

Jeśli nie masz pewności, dyspozytor poprowadzi Cię przez RKO

Brak oddechu lub oddech nieprawidłowy?

Krok 3: RKO & AED



Rozpocznij nieprzerwane uciskanie klatki piersiowej.
Podłącz AED, gdy tylko będzie dostępne.

NotebookLM

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Największa pułapka: Oddech Agonalny

Wczesne stadia zatrzymania krążenia często objawiają się oddechem agonalnym, mylnie branym za oznakę życia. Nie daj się zwieść. To mimowolne uciekanie powietrza.

Prawidłowy oddech	Oddech agonalny
- Regularny, cichy	- Łapanie powietrza, jęki, wzdycha
- Widoczne unoszenie się klatki piersiowej	- Bulgotanie, stękanie, charczenie
- Naturalny rytm	- Rzadkie i nieregularne

Nie myl zatrzymania krążenia z drgawkami! Krótkie ruchy podobne do drgawek mogą wystąpić u młodszych ofiar. Gdy ruchy ustaną – natychmiast oceń oddech. Jeśli masz wątpliwości – ZAKŁADAJ BRAK ODDECHU i zacznij uciskanie.

NotebookLM

Dofinansowane przez Unię Europejską

Tarcza Dyspozytora: Nie jesteś sam

Dofinansowane przez Unię Europejską



Świadek Zdarzenia

Jesteś oczami i rękami systemu. Tryb głośnomówiący to Twoje podstawowe narzędzie.

Dyspozytor 112/999

Dyspozytor to mózg operacji.



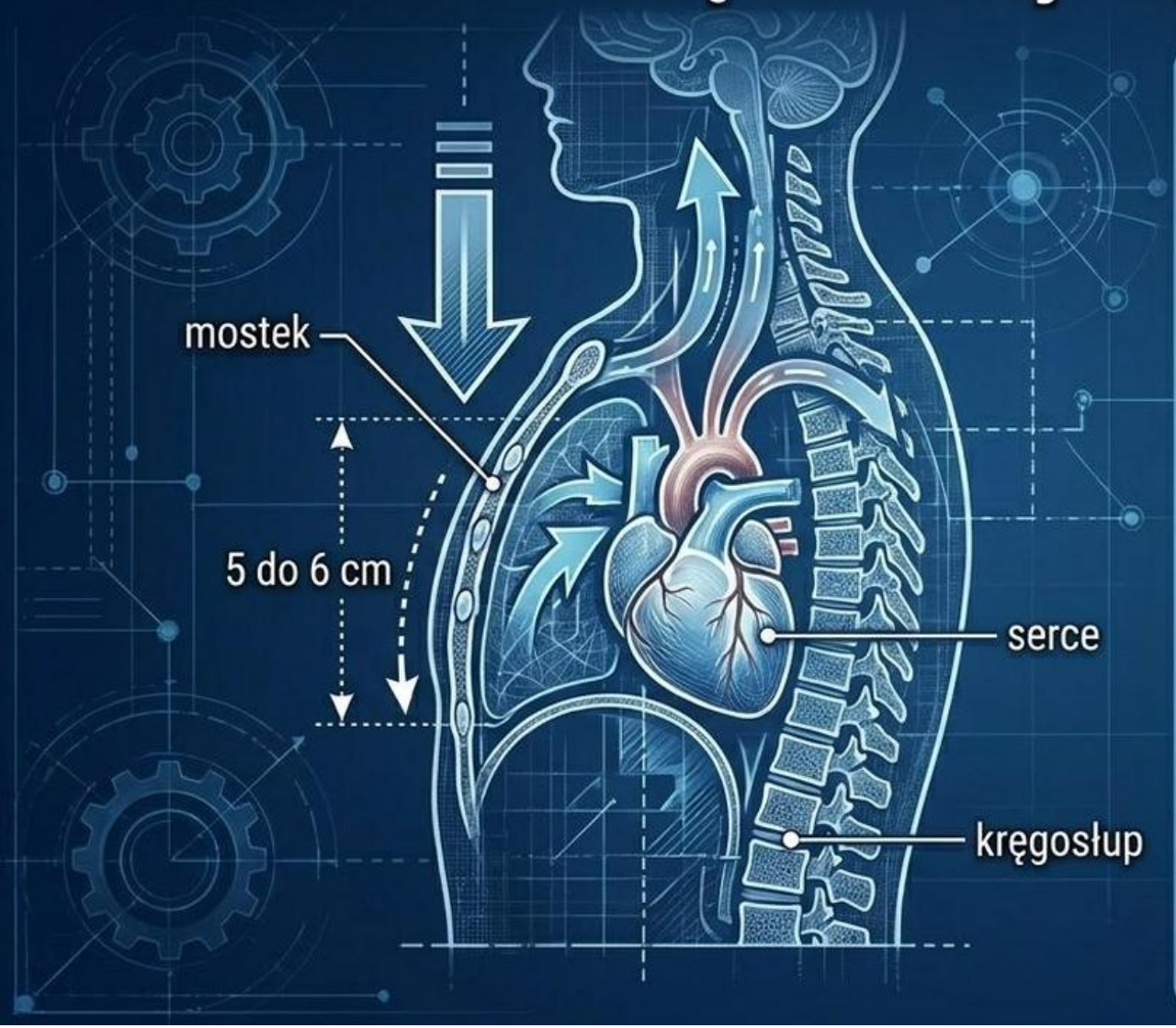
Nie musisz być ekspertem. Wytyczne ERC 2025 nakazują dyspozytorom prowadzenie Cię krok po kroku. Dyspozytor oceni sytuację, wyda instrukcje dotyczące RKO w czasie rzeczywistym, uspokoi Cię i zlokalizuje najbliższe AED. Zadzwoń, włącz głośnik, słuchaj.

NotebookLM

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Anatomia Uciśnięcia: Twój fizyczny wpływ na serce

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Zasady Fizyki dla RKO

- **1. Głębokość i Siła:** Uciskaj mocno (5-6 cm). Mostek ściska serce o kręgosłup, wymuszając przepływ krwi.
- **2. Twarde podłoże:** Łóżko lub materac amortyzują ucisk. RKO musi odbywać się na twardej powierzchni, inaczej traci skuteczność.
- **3. Tempo:** 100 do 120 uciśnięć na minutę.
- **4. Pełne zwolnienie:** Pozwól klatce wrócić do pierwotnego kształtu po każdym ucisku, zachowując kontakt dłoni ze skórą, aby serce mogło napełnić się krwią.

NotebookLM

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Dekompozycja AED: Maszyna, która nie pozwala na błąd

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Jak myśli AED

Skanowanie: Elektrody czytają elektryczny rytm serca.

Decyzja: Oprogramowanie analizuje rytm. W 20% przypadków wykryje "rytm do defibrylacji". W pozostałych przypadkach nie.

Gwarancja Bezpieczeństwa: Nie możesz nikogo porazić prądem przez pomyłkę. AED fizycznie nie wyzwoli ładunku, jeśli rytm tego nie wymaga. Zdejmuje z Ciebie całą odpowiedzialność diagnostyczną.

Każda minuta opóźnienia w wykonaniu defibrylacji zmniejsza prawdopodobieństwo przeżycia o 10%. Włącz urządzenie i wykonuj polecenia głosowe.

NotebookLM

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Algorytm zależy od wieku: Dorośli vs. Dzieci

U dorosłych problemem jest najczęściej samo serce. U dzieci i niemowląt zatrzymanie krążenia to najczęściej wynik niedotlenienia (choroba, zadławienie, uraz). Stąd kluczowa różnica: u dzieci zaczynamy od oddechów.

Dorośli

Nieprzeszkoleni ratownicy: RKO wyłącznie z nieprzerwanym uciskaniem klatki piersiowej.

Przeszkoleni ratownicy:
30 uciśnięć / 2 oddechy.

Dzieci (0-18 lat)

Nieprzeszkoleni ratownicy:
5 początkowych oddechów ratowniczych -> RKO 30:2.

Przeszkoleni w PBLS: 5 początkowych oddechów ratowniczych -> RKO 15:2.

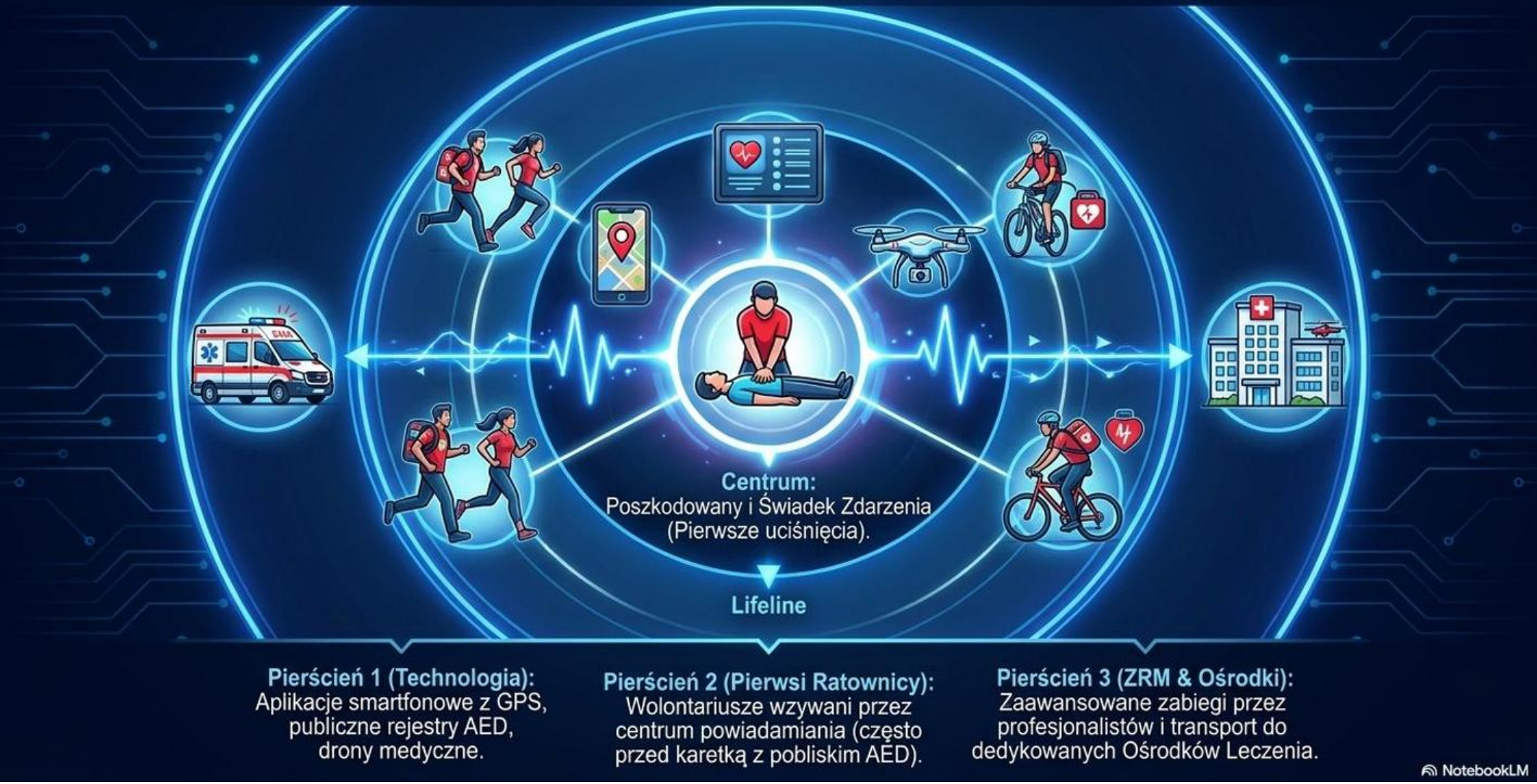
Uwaga: W razie braku komfortu u dorosłych ratownik wykonuje wyłącznie uciśnięcia (temp. 100-120/min). Standard to nadal wentylacja 30:2, ale brak wentylacji jest akceptowalny, by podjąć jakiekolwiek działanie.

NotebookLM

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Ekosystem Ratunkowy: Ty w centrum systemu

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Pierścień 1 (Technologia):
Aplikacje smartfonowe z GPS, publiczne rejestry AED, drony medyczne.

Pierścień 2 (Pierwsi Ratownicy):
Wolontariusze wzywani przez centrum powiadamiania (często przed karetką z pobliskim AED).

Pierścień 3 (ZRM & Ośrodki):
Zaawansowane zabiegi przez profesjonalistów i transport do dedykowanych Ośrodków Leczenia.

NotebookLM

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Opieka Poresuscytacyjna: Przeżycie to dopiero początek



Fokus na Pacjenta

- Uszkodzenia neurologiczne i ograniczenia fizyczne.

- Jedynie 1/3 pacjentów ma dostęp do dedykowanej rehabilitacji. Wymagane jest ustrukturyzowane podejście wielodyscyplinarne i długoterminowe oceny.



Rodzina i Świadkowie (Emocjonalne Następstwa)

- Trauma psychologiczna, lęk i zespół stresu pourazowego (PTSD) są powszechne u rodzin i ratowników-amatorów. Wykonanie RKO na bliskim jest wstrząsające.

- Wytyczne 2025 postulują włączanie wsparcia psychologicznego dla świadków oraz budowanie organizacji zrzeszających osoby ocalałe (Survivor Organizations).

NotebookLM

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Dofinansowane przez
Unię Europejską

Budowa Społeczności Ratowników



Wiek 13-16 lat:
Pełne wsparcie BLS z użyciem AED.

Wiek 10-12 lat:
Nauka uciśnięć klatki piersiowej.

Wiek Przedszkolny (4+ lat):
Nauka rozpoznawania problemu i wzywania 112.

Inicjatywy ERC



Światowy Dzień Przywracania Czynności Serca (WRAH - 16 Października): Zasięg ponad 570 mln osób. Wszyscy obywatele świata mogą uratować życie – wystarczą dwie ręce.

Trenuj i Ratuj Życie (GTSL): Współpraca UEFA i ERC na stadionach.

Naucz się Jeździć – Naucz się RKO: Obowiązkowe szkolenia dla kierowców.

NotebookLM

Dofinansowane przez
Unię Europejską

