



**Лучшие практики
мероприятий
для молодежи
с участием
добровольцев
(волонтеров)
в сфере
здравоохранения**

**Квест
«Оказание первой помощи»**

1 выпуск
г. Санкт-Петербург

ГЦМП
ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ

16+

УДК 616-083.98

ББК 53.5

Л87

Лучшие практики мероприятий для молодежи с участием добровольцев (волонтеров) в сфере здравоохранения.

Квест «Оказание первой помощи» 1 выпуск.

Методические рекомендации для руководителей добровольческих (волонтерских) движений/организаций, волонтеров-медиков/. – СПб, ГЦМП, 2022. – 12 с.

Методические рекомендации разработаны с целью оказания методической помощи руководителям добровольческих (волонтерских) движений/организаций, волонтерам-медикам при проведении групповых и массовых мероприятий в школах, колледжах, вузах, во время проведения акций, в том числе по обучению оказанию первой помощи, закреплению уже имеющихся и полученных знаний у населения.

Главный редактор:

Бережной А.В., директор СПб ГКУЗ «Городской центр медицинской профилактики».

Рецензенты:

Ченцов Д.В., главный внештатный специалист по медицинской профилактике Комитета по здравоохранению Санкт-Петербурга.

Автор текста:

Чернявская А.В., заведующая организационно-методическим отделом, врач-методист.



СПб ГКУЗ «Городской центр медицинской профилактики»

ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ МЕРОПРИЯТИЙ
ДЛЯ МОЛОДЕЖИ
С УЧАСТИЕМ ДОБРОВОЛЬЦЕВ
(ВОЛОНТЕРОВ)
В СФЕРЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Квест
«Оказание первой помощи»

1 выпуск

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ДЛЯ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ДОБРОВОЛЬЧЕСКИХ (ВОЛОНТЕРСКИХ)
ДВИЖЕНИЙ/ОРГАНИЗАЦИЙ, ВОЛОНТЕРОВ-МЕДИКОВ



2022 г.

Мероприятия по формированию у населения знаний об оказании первой помощи больным и пострадавшим выходят за рамки системы оказания медицинской помощи и все чаще вовлекают в решение этих задач специалистов некоммерческих организаций в сфере здравоохранения, таких как ВОД «Волонтеры-медики». Построение партнерства, тесное взаимодействие – ключевой момент в реализации национальных профилактических стратегий.



Квест «Ты можешь спасти жизнь!»

Организаторы: в мероприятии в качестве экспертов могут принимать участие только медицинские работники и/или волонтеры-медики, прошедшие соответствующее обучение по курсу «Оказание первой помощи» и/или имеющие сертификат о среднем медицинском образовании, либо являющиеся студентами старше 3-го курса, прошедшие инструктаж по сопровождению мероприятия.

Целевая аудитория: школьники старших классов, учащиеся и курсанты колледжей, техникумов, училищ, студенты вузов, другие организованные группы до 6 человек от 16+.

Цель мероприятия: повышение осведомленности населения в части оказания первой помощи пострадавшим.

Задачи:

- просвещение населения и актуализация существующих знаний и навыков по оказанию первой помощи;
- закрепление основных понятий в рамках тем оказания первой помощи при отсутствии у человека сознания, остановке дыхания и/или кровообращения, кровотечении, переломах и других состояниях;
- профилактика бытового травматизма;
- формирование ответственного отношения к собственному здоровью.

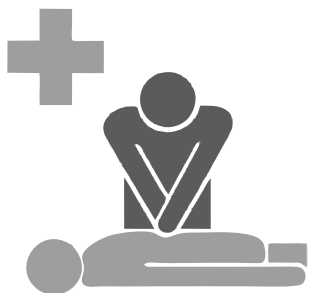
Место проведения: любое пространство, состоящее минимум из 5 залов/комнат.



Используемое оборудование:

ноутбуки/планшеты для демонстрации основных приемов оказания первой помощи, манекены для проведения сердечно-легочной реанимации – 2, кушетки для демонстрации наложения шин и сдачи теста – 2, таблички с названиями станций – 10, перевязочный материал, бинты с ватно-марлевыми подушечками – 4.

Если в наличии нет перевязочного материала из аптечки – возможно использование «подручного» перевязочного материала, например, вместо жгута – ремня или галстука, вместо бинтов – чистой ветоши.



Также необходимы маршрутные листы для команд, ручки/карандаши для волонтеров-экспертов – 6.

Волонтерский состав экспертов:

студенты старших курсов медицинского вуза, колледжа, училища, техникума — волонтеры-медики – 10 человек.

Станции:

1 станция: Мастер-класс «Сердечно-легочная реанимация». Волонтер-эксперт рассказывает и показывает приемы оказания первой помощи при остановке сердца.

2 станция: Тест по сердечно-легочной реанимации. Команда участников показывает по очереди приобретенные навыки. Каждый сдавший тест получает 1 балл. Общая оценка – сумма полученных баллов.

Сдача тестов и получение баллов аналогичны на всех станциях.

3 станция: Мастер-класс «Оказание помощи при переломах, ушибах». Волонтер-эксперт рассказывает и показывает приемы наложения повязок и шин.

4 станция: Тест по оказанию помощи при переломах, ушибах.

5 станция: Мастер-класс «Остановка различных кровотечений». Волонтер-эксперт рассказывает и показывает приемы наложения жгута и повязок.

6 станция: Тест по остановке кровотечений.

7 станция: Мастер-класс «Оказание помощи при ожогах». Волонтер-эксперт рассказывает и показывает приемы обработки ран, наложения повязок.

8 станция: Тест по оказанию помощи при ожогах (карточки-задания – Приложение №3).

9 станция: Общие вопросы на эрудицию «Правда или ложь?» (карточки-вопросы – Приложение №2).

10 станция: Блиц-викторина «Вопрос-ответ» (карточки-вопросы – Приложение №1).

Награждение:

грамоты победителям, благодарности всем участникам, другие призы с тематической символикой.

Порядок проведения:

Регистрация команд. Общий сбор в зале. Презентация движения «Волонтеры-медики». Пояснение правил участия команд в квесте и критерии оценивания при сдаче тестов.

Выдача маршрутных листов с названием станций.
 Участие команд в мастер-классах, тестах и викторинах.
 Общий сбор всех команд в зале, подсчет баллов, определение победителей.
 Награждение.

Приложения:

Приложение №1 – 24 карточки «Блиц-викторина «Вопрос-ответ».

Приложение №2 – 6 карточек «Общие вопросы на эрудицию «Правда или ложь?».

Приложение №3 – Карточки-задания по теме «Ожоги».

Ответ к вопросу расположить на обратной стороне карточки.

Карточки с вопросами для участников необходимо увеличить, распечатать на плотной бумаге (картоне) размером А5 каждая.



Приложение 1. Карточки-вопросы к станции «Блиц-викторина «Вопрос-ответ».

Любое повреждение целостности кожных покровов. (<i>Рана</i>)	Излияние/выходение крови из кровеносного сосуда. (<i>Кровотечение</i>)
Назовите виды кровотечений. (<i>Капиллярное, венозное, артериальное</i>)	Повреждение тканей тела из-за высокой температуры. (<i>Ожог</i>)
При каком кровотечении накладывают жгут? (<i>Артериальном</i>)	При кровотечении каких участков тела накладывают жгут? (<i>Конечности</i>)
Какую повязку накладывают на рану? (<i>Стерильную</i>)	Какой самый опасный вид кровотечения? (<i>Артериальное</i>)

Скопление жидкой или свернувшейся крови в тканях с образованием полости в месте травмы. (Гематома)	Чего нельзя делать при повреждении живота? (Давать пить, кормить, переворачивать, извлекать инородные тела, вправлять в рану внутренние органы, туго бинтовать, транспортировать без носилок)
Повреждение органов тела в результате ранения или ушиба. (Травма)	
Виды ожогов. (Термический, химический, лучевой)	Закрытое повреждение конечности. (Перелом)
При каком виде травмирования кожа теряет чувствительность? (Обморожение)	Повреждение тканей и органов без нарушения целостности кожи и костей. (Ушиб)
Попадание инородного предмета в дыхательные пути с остановкой дыхания. (Асфиксия)	Отрыв конечностей в результате несчастных случаев. (Травматическая ампутация)
Средства защиты органов дыхания (Противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка)	Основной материал, которым пользуются при перевязке. (Марлевые бинты)
Внезапное нарушение дыхания, вплоть до остановки. (Апноэ)	Внезапная потеря сознания вследствие душевного потрясения. (Обморок)
Омертвление тканей в результате нарушения в них кровообращения. (Некроз, гангрена)	Травма, при которой инородное тело попадает под кожу, под ноготь. (Заноза)
Травма, возникающая от потертостей в виде волдыря. (Мозоль)	



Приложение №2. Общие вопросы на эрудицию «Правда или ложь?»

Верно ли утверждение:

«Человеку, у которого случился приступ эпилепсии, необходимо разжать зубы и вставить между ними что-нибудь?»

(Неверно.

Единственное, что можно сделать, это повернуть его набок или подложить что-нибудь мягкое под голову)

Правда, что при сердечном приступе можно помочь человеку, дав ему таблетку нитроглицерина?

(Неправда.

Законодательством запрещено давать какие-либо медикаменты для помощи людям.

В данном случае при необходимости вы можете приступить к проведению сердечно-легочной реанимации)

Верно ли утверждение:

«Пострадавшего в обязательном порядке необходимо вывести из состояния обморока?»

(Неверно.

Нужно оставить его в обморочном состоянии и контролировать его жизненные показатели: дыхание, сердцебиение)

Правда, что необходимо постучать по спине человеку, подавившемуся едой?

(Неправда.

Это может только усугубить ситуацию. Необходимо, чтобы человек покашлял, либо применить прием Геймлиха, если он начинает задыхаться)

Правда, что летом необходимо накладывать жгут при кровотечении на меньшее чем зимой время?
(Неправда. Летом жгут можно накладывать на 1 час (60 минут), а зимой на 30 минут).

Правда, что необходимо смазывать ожог маслом?
(Неправда. Поврежденную конечность нужно промыть под холодной водой)



Приложение 3. Карточки к станции «Ожоги».

Правильные ответы – жирный шрифт.

Задание №1.

Определите степень ожога по следующим признакам: образование пузырей, содержащих прозрачную жидкость, краснота вокруг них, чувство жжения.

Варианты ответов:

1. 1-я степень
- 2. 2-я степень**
3. 3-я степень
4. 4-я степень

Задание №2.

Выберите соответствие. Последовательность оказания первой помощи при:

- А. Глубоких ожогах (правильный ответ **2**).
Б. Поверхностных ожогах (правильный ответ **1**).

Варианты ответов:

1. Охлаждение раны, наложение повязки.
2. Наложение повязки, охлаждение раны.

Задание №3.

Определите степень ожога по следующим признакам:
плотный темно-красный струп с четкими границами, местами -
с рисунком тромбированных сосудов.

Варианты ответов:

1. 1-я степень
2. 2-я степень

3. 3-я степень

4. 4-я степень
-

Задание №4.

Перечислите манипуляции, которые **нельзя** проводить
пострадавшим с термическими ожогами (возможно несколько
правильных вариантов).

Варианты ответов:

- 1. Прикладывавать к ожоговой поверхности мази, бальзамы, масло.**
 - 2. Прокалывать, надрезать, удалять пузыри.**
 - 3. Удалять из раны остатки сгоревшей одежды.**
 - 4. Охлаждать водой места глубоких ожогов.**
 5. Накладывать стерильную повязку на место ожоговой раны.
-

Задание №5.

Перечислите манипуляции, которые **можно** проводить
пострадавшим с термическими ожогами (возможно несколько
правильных вариантов).

Варианты ответов:

1. Прикладывавать к ожоговой поверхности мази, бальзамы, масло.
2. Прокалывать, надрезать, удалять пузыри.
3. Удалять из раны остатки сгоревшей одежды.
- 4. Охлаждать водой места неповрежденной кожи.**
- 5. Накладывать стерильную повязку на место ожоговой раны.**

Задание №6.

Укажите клинические проявления термических ожогов 2 степени.

Варианты ответов:

1. Гиперемия обожженного участка, на фоне которой определяются прозрачные пузыри.

2. Гиперемия обожженного участка, на фоне которой определяются геморрагические пузыри и обрывки вскрывшихся пузырей.

3. Кожа пораженного участка багрово-синюшная, определяются прозрачные пузыри.

4. Имеется сухая раневая поверхность, окруженная струпом.

Задание №7.

Определите степень ожога по следующим признакам: обугливание не только кожи, но и расположенных под ней тканей (мышц, костей).

Варианты ответов

1. 1-я степень

2. 2-я степень

3. 3-я степень

4. 4-я степень

Задание №8.

Подсчитайте площадь поражения по правилу «девяток».

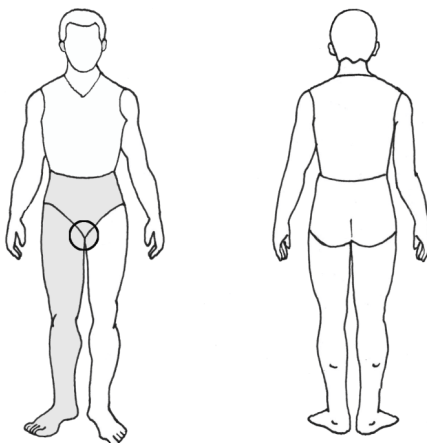
Варианты ответов:

1. 9%

2. 18%

3. 19%

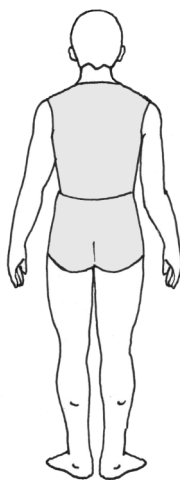
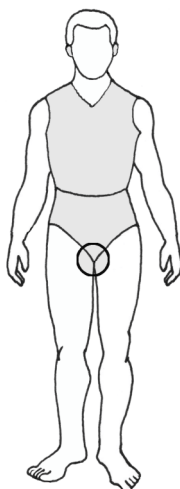
4. 36%



Задание №9.

Подсчитайте площадь поражения по правилу «девяток».
Варианты ответов:

1. 9%
2. 18%
3. 18,9%
4. **37%**

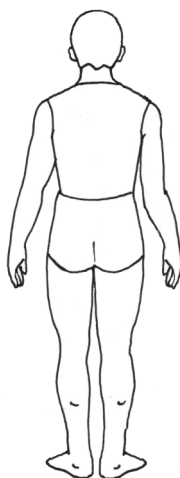
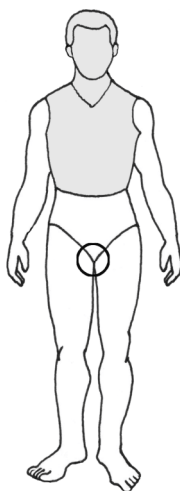


Задание 10.

Подсчитайте площадь поражения по правилу «девяток».

Варианты ответов:

1. 1%
2. 4,5%
3. **13,5%**
4. 18%



СПб ГКУЗ «Городской центр медицинской профилактики» имеет многократный опыт проведения данного квеста среди студентов вузов, медицинских и других колледжей. Знания, полученные во время мероприятия, способствуют осознанному отношению к своему здоровью, профилактике травматизма и приобретению навыка практических действий при оказании помощи в экстренных или критических ситуациях.

Отзыв о проведении мероприятий по данным методическим рекомендациям, предложения можно оставить на сайте GCMP.RU или направить на электронную почту gcmeprof8@zdrav.spb.ru в организационно-методический отдел, 8 (812) 314-28-04.



**ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ**
Санкт-Петербург, ул. Итальянская, 25
т. 314-28-04
www.gcmp.ru