

Stručni rad

UČENJE PRVE POMOĆI U TREĆEM RAZREDU OSNOVNE ŠKOLE

Sonja Škrlj

Osnovna škola Primoža Trubara Velike Lašče

Sažetak

Djeca su neizostavan dio našeg društva i u stanju su spašavati živote među vršnjacima i u obitelji. Djeca su sposobna pružiti prvu pomoć jer vrlo brzo uče i ne boje se prići unesrećenoj osobi. Poznavanje prve pomoći trebalo bi biti dio općeg obrazovanja i trebalo bi se učiti u osnovnoj školi. Već u prvoj trijadi, djeca mogu naučiti kako spriječiti nesreće, pozvati pomoć, prići ozlijeđenima, zbrinuti manje rane, pa čak i ugaziti manji požar. U izvannastavnoj aktivnosti koju vodim već nekoliko godina, otkako sam pohađala tečaj za bolničarku, učenike prve trijade podučavam osnovama prve pomoći kako bi prepoznali potencijalnu opasnost, odazvali se na nju i pomogli koliko mogu.

Ključne riječi: poziv 112, opasnosti kod kuće, alergije, rane

1. Uvod

Prva pomoć predstavlja životnu vještinu koju treba naučiti što više ljudi, a trebali bismo započeti s učenjem već u osnovnoj školi. Kao učiteljica razredne nastave, pohađala sam tečaj za bolničarku. Svoje znanje prenosim učenicima u okviru izvannastavne aktivnosti, jer prva pomoć nije uključena u nastavni plan osnovne škole. Moj cilj je da prva pomoć bude nešto uobičajeno i prihvatljivo za djecu. Djeca su vrlo perceptivna, brzo nauče preuzeti odgovornost, a pojedine događaje prihvaćaju s manje predrasuda i straha od odraslih. U izvannastavnoj aktivnosti usmjerila sam se uglavnom na to da djeca nauče izbjegavati opasne situacije, predvidjeti i spriječiti nesreće, pozvati pomoć i zbrinuti manje rane. Učenje se odvijalo uglavnom kroz igre uloga i praktični rad.

2. Prva pomoć

Prva pomoć je trenutna pomoć bolesnoj ili ozlijeđenoj osobi do dolaska stručne pomoći. Radi se o prvom koraku u lancu preživljavanja. Pomoć može pružiti svatko u bilo kojoj situaciji ili trenutku. Cilj prve pomoći je ublažiti patnju, spriječiti daljnje ozljede i spasiti živote.[1] Prva pomoć je svačija dužnost odnosno svatko je dužan uložiti sve napore i sposobnosti da unesrećenoj ili bolesnoj osobi pruži prvu pomoć te joj omogući pristup hitnoj medicinskoj pomoći.[2]

3. Nastavne teme za prvu pomoć

3.1. Kada zovemo 112?

Djeca se također mogu naći u situaciji u kojoj su svjedoci nesreće. Stoga ih trebamo što prije naučiti kako postupiti u takvoj situaciji. U slučaju nezgode, i odrasli i djeca prvo potraže pomoć iz okoline. Glasno vičemo: „UPOMOĆ!“ Djecu učim da prvo pozovu poznatu osobu, baku, djeda ili susjedu. Ako nema nikoga, to može biti i slučajni prolaznik. Ako nema nikoga, nazovite broj 112. Djeca moraju znati da 112 zovemo samo kada nam je hitno potrebna pomoć.[3] Kroz razgovor,

razmjenu iskustava i praktičnih primjera djeca uče kada je poziv na broj 112 zaista potreban.

Jedan od zadataka, koji sam izvela u razredu, bio je igra s listićima. Svako dijete dobilo je zeleni i crveni listić. Učenicima sam navela primjere i ako bi nazvali 112 podigli su zeleni listić, u suprotnom crveni. Morali su opravdati odluku i sudjelovati u raspravi.

Primjeri:

- U blizini moje kuće gori zgrada. **Z**
- Pas je uzeo moju novu loptu. **C**
- Sestra se polila kipućom vodom po truhu. **Z**
- Susjed leži na podu i ne reagira. **Z**
- Bratić je pao s romobila i ogrebao koljeno. **C**
- Automobil je u blizini moje kuće udario biciklista. **Z**

3.2. Pozivanje 112

S učenicima sam razmatrala što moramo reći kada nazovemo 112. U grupama su izradili plakate na kojima su naveli što reći ako trebaju nazvati operativni centar i reći bitne informacije. Igrom uloga prikazali su nesreću koja se dogodila, a u blizini nije bilo druge osobe te su morali nazvati 112. Najprije su se morali pobrinuti za vlastitu sigurnost i tek onda pružiti prvu pomoć. Morali su ostati mirni i pažljivo slušati pitanja i upute operativca u pozivnom centru kojega sam glumila ja.



Slika 1. i 2. Izrada plakata (izvor: osobna arhiva)

3.3. Opasnosti kod kuće

S učenicima sam tražila opasnosti i nezgode koje bi im se mogle dogoditi kod kuće. Pričali su o svojim iskustvima. Pripremila sam im pet postaja, gdje su bili različiti predmeti ili slike predmeta. Na svakoj postaji morali su razmisliti što bi učinili da nađu na takvu situaciju kod kuće, kada ti predmeti postaju opasni, kada ih mogu uzeti, što ne smiju dirati, kako provjeriti je li sigurno.

- POSTAJA: ambalaža raznih sredstava za čišćenje
- POSTAJA: glačalo
- POSTAJA: lijekovi
- POSTAJA: noževi, škare
- POSTAJA: oštećen električni kabel u utičnici

3.4. Priprema kutije prve pomoći

Za praktičan rad, učenici su sami izradili svoje kutije prve pomoći. Od kuće su donijeli prazne kutije koje smo u školi napunili potrebnim materijalom. Na našu molbu materijal nam je ustupio Crveni križ Slovenije. Zajedno smo pregledali različite sanitetske materijale, razgovarali smo o tome zašto gaza mora biti sterilna, čemu je pojedini materijal namijenjen i kako ga koristiti.

U kutiju su stavili: zavoje, gaze, trokutastu maramu, flastere, aluplast, vrećicu rashladnog sredstva i bočicu s vodom.

Kutiju su upotrijebili prilikom različitih prikaza ozljeda. Nakon uporabe, korišteni materijal su složili i pospremili u kutiju na svoje mjesto.



Slika 1. Kutija prve pomoći (izvor: osobna arhiva)

3.5. Požar, evakuacija i vatrogasci

S učenicima sam najprije razgovarala o tome kada i zašto dolazi do požara. Obično im pročitam knjigu *Ježić snježić i požar*, a nakon toga razgovaramo i razmatramo zašto je došlo do požara i kako bismo to spriječili.

Izveli smo igrokaz na temu požar u školi. Kroz pitanja sam ih vodila do točnih odgovora. Primjeri pitanja: Što radimo kada čujemo alarm? (Ostanemo mirni. Što je prije moguće napustimo zgradu.) Zašto provjerimo kvaku prije nego što otvorimo vrata? (Ako je kvaka vruća, iza vrata gori vatra.) Kako se zaštititi od udisanja dima? (Na nos i usta stavimo vlažnu krp.) Što učiniti ako nam se odjeća zapali? (Brzo se kotrljamo po podu.) Možemo li se sakriti od vatre? (Nikad se ne skrivamo jer nas vatrogasci mogu previdjeti.) Što moramo učiniti prije nego što napustimo školu u kojoj je izbio požar? (Ništa, odmah napustimo prostoriju.) Što je plan evakuacije? (Nacrt izlaska iz zgrade tijekom požara.) Gdje se okupimo vani? (Čekamo na zbornom mjestu.) Zbog čega se vraćamo u školu? (Nikada se ne vraćamo u zgradu u kojoj je izbio požar.)[3]

Tijekom tjedna zaštite od požara, u suradnji s vatrogascima, izvršili smo evakuaciju. Vatrogasci su uključili sirenu, zajedno s učenicima smo napustili školu prema planu evakuacije i okupili smo se na zbornom mjestu. Tamo smo se prebrojali i obavijestili vatrogasce nedostaje li još netko. Vatrogasci su nam pokazali vatrogasno vozilo, opremu i načine gašenja požara. Svi učenici su se okušali u gašenju prahom, pjenom i vodom.



Slika 2. Gašenje s vodom (izvor: osobna arhiva)



Slika 3. Gašenje s pjenom (izvor: osobna arhiva)

3.6. Alergije

U današnje vrijeme gotovo da nema razreda u kojem barem jedan učenik nije alergičan na nešto. Učenici već dosta znaju o alergijama jer sigurno svaki poznaje nekoga tko je na nešto alergičan. Učenici su u uvodu govorili o simptomima koje imaju ako dođu u kontakt s alergenom. Alergeni su tvari koje u naše tijelo ulaze kroz dišne puteve, probavni sustav ili kroz kožu. Na ploči smo nacrtali umnu mapu, a učenici su je dopunili simptomima prema kojima prepoznamo alergijsku reakciju. Ti simptomi su suzne oči, kihanje, otežano disanje, otečeno lice, umor, curenje iz nosa.[3]

Učenici su pripremili igre uloga i vježbali slučajeve u kojima je pacijent alergičan na pelud ili mačju dlaku. Bolesnika je trebalo odvojiti od tvari na koju je alergičan, najčešće u zatvorenom prostoru te mu pomoći oprati ruke, a zatim i lice kako ne bi raznosio alergen koji je ostao na koži.

3.7. Zbrinjavanje manjih ozljeda

Najdraži sadržaj djeci ipak je zbrinjavanje manjih ozljeda. To su ogrebotine, manje posjekotine i ugrizi životinja. Učenici nauče da površinske ozljede isperemo vodom, dok duboke rane, osim ugriza životinja, nikada ne ispiramo.[3] Učenici su bili podijeljeni u grupe po tri člana te su vježbali zbrinjavanje ogrebotine, posjekotine i ugriza pasa. Međusobno su se mijenjali tako da su se svi okušali u zbrinjavanju. Ostali učenici su promatrali i na kraju dali svoje mišljenje o zbrinjavanju pojedinih ozljeda.



Slika 4. Rana na nozi (izvor: osobna arhiva) Slika 5. Rana na dlanu (izvor: osobna arhiva)

4. Zaključak

Poznavanje prve pomoći važno je u svakodnevnom životu. Nesreće se događaju posvuda i upravo djeca mogu biti ta koja prva dođu do ozlijeđene osobe. Djeca su po prirodi znatiželjna i ne boje se prići ozlijeđenima. Znanje im omogućuje da prepoznaju opasnosti i poduzmu odgovarajuće mjere u slučaju nesreće. Djeca uživaju u izvannastavnoj aktivnosti, vole dolaziti, uče se suosjećanju, solidarnosti i osnovama prve pomoći koje će znati koristiti i u budućnosti. Kada kolegi iz razreda krvari nos, kada padne na igralištu i ogrebe koljeno, kada ga tijekom igre ubode osa ili se samo udari, oni ne paničare nego mirno pomažu. Svoje znanje, stečeno u izvannastavnoj aktivnosti, pokazuju prilikom stvarne nesreće.

5. Literatura

- [1] Koželjnik, K. (2021.). *Znanje prve pomoći pri otrocih tabornikih. Diplomsko delo, Maribor: Univerza v Mariboru, Fakulteta za zdravstvene vede.*
- [2] Slovenije, Rdeči križ. *Prva pomoč*. URL: https://maribor.ozrk.si/sl/Prva_pomoc_MB/. Pristupljeno u siječnju 2021.
- [3] Svetina, S. (2016.). *Prva pomoč za najmlajše*. Ljubljana: Rdeči križ Slovenije – Območno združenje Ljubljana.