



Η εξέλιξη των επιστημών στον 21ο αιώνα είναι ραγδαία και η τεχνολογία έχει κατακτήσει ακόμα και αυτή τη φύση. Ως αποτέλεσμα αυτής της εξέλιξης και της προόδου παρουσιάζεται η μείωση της θνησιμότητας από νοσήματα που μαστίζαν την ανθρωπότητα τον περασμένο αιώνα, καθώς και η σημαντική βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης, τόσο των υγιών ατόμων, όσο και των ασθενών (τουλάχιστο στο μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού).

Ωστόσο, αυξάνονται σημαντικά, νοσήματα τα οποία έχουν σχέση με τον τρόπο ζωής, έναν από τους σημαντικότερους παράγοντες που επηρεάζουν την υγεία. Έτσι, πρωταρχικό στόχο των επαγγελματιών υγείας, στα πλαίσια της πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας, αποτελεί η ενημέρωση του κοινού σε θέματα πρόληψης και προαγωγής της υγείας, του καθώς και η δημιουργία νέων προτύπων συμπεριφοράς έναντι της υπάρχουσας νοοτροπίας, σε σχέση με το ατύχημα και κάθε βλαπτικό και στρεσογόνο παράγοντα.

Κύρια θέση εδώ κατέχει η εκπαίδευση στις Πρώτες Βοήθειες.

Η κατοχή γνώσεων πρώτων βοηθειών, τόσο σε επίπεδο εγρήγορης, όσο και σε ικανότητες για συμπαράσταση και ουσιαστική βοήθεια σε περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης, αποτελεί σημαντικό παράγοντα προαγωγής της υγείας. Έτσι, η εκπαίδευση του μεγαλύτερου δυνατού μέρους του πληθυσμού στην παροχή πρώτων βοηθειών, θα συνέβαλε σημαντικά στην προάσπιση και προαγωγή της υγείας του.

Τα τελευταία χρόνια, δύο βασικοί παράγοντες, αφενός η πρόοδος των επιστημών υγείας και αφετέρου η γεωμετρική αύξηση, τόσο των ατυχημάτων, όσο και των παθολογικών επειγόντων περιστατικών, συνέβαλαν καθοριστικά στο να αποκτήσουν οι πρώτες βοήθειες συγκεκριμένη θέση στο χώρο της πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας.

Για το σκοπό αυτό καθίσταται αναγκαία η συστηματική εκπαίδευση του κοινού και οι εμπλεκόμενοι στο σύστημα υγείας οφείλουν να καθορίσουν με σαφήνεια το γνωστικό αντικείμενο αυτής της εκπαίδευσης.

Η ικανότητα του ατόμου να παίρνει σωστές αποφάσεις που θα επηρεάζουν την εν γένει ευεξία του (προσωπική, οικογενειακή, κοινωνική) προάγεται με την αγωγή υγείας. Τα προγράμματα της τελευταίας συμβάλλουν στο να είναι υποχρέωση του κάθε ατόμου προς το κοινωνικό σύνολο και κάθε οργανωμένης κοινωνίας προς τα άτομα που την αποτελούν, η προάσπιση και η προαγωγή της υγείας. Σήμερα, για να γίνει κάτι τέτοιο δε χρειάζονται τόσο πολύ κάποιες επιπλέον γνώσεις, όσο ένας διαφορετικός τρόπος σκέψης.

Υπάρχει ήδη σημαντική εμπειρία από διάφορες χώρες όπου, με την εφαρμογή προγραμμάτων αγωγής υγείας σε ομάδες πληθυσμού με θέμα τις πρώτες βοήθειες, βελτιώθηκε σημαντικά, τόσο το επίπεδο εγρήγορης και γνώσεων των ομάδων αυτών, όσο και οι ικανότητες για συμπαράσταση και ουσιαστική βοήθεια σε περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης.

Οφείλουμε στον εαυτό μας, στην οικογένειά μας και στην κοινωνία όπου ζούμε, ΝΑ ΜΑΘΟΥΜΕ ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ. Καθημερινά ακούμε και διαβάζουμε ότι πολλά άτομα όλων των ηλικιών χάνουν τη ζωή τους από κάποιο ατύχημα ξαφνικό, ενώ θα μπορούσαν να σωθούν, αν γνώριζαν (οι ίδιοι ή οι παρευρισκόμενοι στον τόπο του ατυχήματος) πρώτες βοήθειες.

Δυστυχώς, τόσο τα τροχαία ατυχήματα, όσο και ο αιφνίδιος θάνατος έχουν τόσο αυξηθεί, ώστε να καθίσταται επιτακτική η ανάγκη για γνώση πρώτων βοηθειών, όλων των ατόμων, προκειμένου να μη μένει αβοήθητο το θύμα ή ακόμη να μη δέχεται λανθασμένη βοήθεια, η οποία μπορεί να επισπεύσει το μοιραίο.

Όταν κάποιος έχει βασικές γνώσεις, ενεργεί σωστά, δεν αφήνει να χαθεί πολύτιμος χρόνος και δεν εξαρτά τα πάντα από τη γρήγορη άφιξη του ασθενοφόρου ή από τη γρήγορη μεταφορά του θύματος σε οργανω-

μένο χώρο παροχής βοήθειας π.χ. Νοσοκομείο, Κέντρο Υγείας κ.ά.

Είτε επαγγελματίας υγείας είναι κανείς, είτε κοινό, όταν αντιμετωπίζει ένα περιστατικό, δεν έχει περιθώρια δοκιμής εναλλακτικών λύσεων, ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΡΑΣΕΙ ΓΡΗΓΟΡΑ.

Απαραίτητη προϋπόθεση για την επιτυχία της εκπαίδευσης στις πρώτες βοήθειες, είναι η σαφήνεια και η ακρίβεια των γνώσεων. Η θεωρητική διδασκαλία του μαθήματος δεν αρκεί, ούτε μόνη η πρακτική εξάσκηση. Χρειάζεται και η εξοικείωση του εκπαιδευομένου με τη θέα του θύματος, του αίματος, του επικείμενου θανάτου, στοιχεία του κατακλύζουν τη σκηνή ενός οξέος περιστατικού. Όμως, κύριο μέλημα του αρωγού αποτελεί και η αναζήτηση βοήθειας, γεγονός, που πολλές φορές μέσα στη σύγχυση ενός οξέος περιστατικού, διαφεύγει της προσοχής του και καθυστερεί επικίνδυνα.

Έχοντας υπόψη μας όλα τα παραπάνω, καθώς και τα τραγικά συμβάντα των τελευταίων μηνών όπου η Ελλάδα μας θρήνησε ανθρώπινες υπάρξεις και μάλιστα τα νιάτα της, τη συνέχιση της ζωής της και όντας ευαισθητοποιημένοι σε θέματα αγωγής υγείας που αφορούν στην πρόληψη ατυχημάτων, ανεξάρτητα από τον τόπο και τις συνθήκες πρόκλησής τους, αποφασίσαμε ως τμήμα Νοσηλευτικής να συμβάλουμε προς αυτή την κατεύθυνση. Βέβαια, οι πρώτες βοήθειες δε χαρακτηρίζονται ως «πρόληψη». Ένας όμως από τους στόχους της εκπαίδευσης στις πρώτες βοήθειες, είναι η αποφυγή των ατυχημάτων. Η πείρα αποδεικνύει ότι, εκείνοι που εκπαιδεύονται στις πρώτες βοήθειες, γίνονται γνώστες των κινδύνων που προκαλούν ατυχήματα με συνέπεια να προσέχουν και έτσι να προσβάλλονται λιγότερο από ατυχήματα σε σχέση με τους άλλους.

Οργανώσαμε λοιπόν πρόγραμμα εκπαίδευσης πολιτών, ξεκινώντας από το άμεσο περιβάλλον μας, τους συναδέλφους και συνεργάτες μας στο χώρο του ΑΤΕΙ-Θ, έχοντας την αμέριστη συμπαράσταση της Διοίκησης του Ιδρύματός μας και προσωπικά του Προέδρου κ. Στυλιανού Ιωαννίδη.

Το πρόγραμμα διάρκειας έξι (6) ωρών που περιελάμβανε τις ενότητες

1. Καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση
2. Αιμορραγίες - Τραύματα - Μεταφορά ασθενών
3. Πνιγμόνη - Δείγματα Ζώων, Φιδιών, Εντόμων
4. Εγκαύματα - Ηλεκτροπληξία Φωτοπληξία
5. Θερμοπληξία - Ηλίαση - Οξεία μέθη

πραγματοποιήθηκε από ομάδα εκπαιδευτικών του Τμήματος Νοσηλευτικής, έτυχε αποδοχής από την κοινότητα του ΑΤΕΙ-Θ, η προσέλευση ήταν πέρα από τις προσδοκίες μας, γεγονός που μας ικανοποίησε, αλλά παράλληλα μας επιφορτίζει με ανάληψη και άλλων παρόμοιων πρωτοβουλιών, εποικοδομητικών κατά κοινή αποδοχή.

Τέλος, θα θέλαμε να παρατηρήσουμε ότι η εκπαίδευση ατόμων στις πρώτες βοήθειες, τα καθιστά ικανά να προσφέρουν τη βοήθειά τους, όταν παραστεί ανάγκη. Απαιτείται όμως η διαρκής ανανέωση των γνώσεών τους, διότι από μελέτες προκύπτει ότι όταν οι πρακτικές των πρώτων βοηθειών δεν εφαρμόζονται, ξεχνιούνται. Δεν αρκεί επομένως ένα πιστοποιητικό εκπαίδευσης, το οποίο ανταποκρίνεται φυσικά στη χρονική στιγμή που αποκτήθηκε. Χρειάζεται επανάληψη, ανανέωση, με προσθήκες από τα τεκταινόμενα στο χώρο της υγείας συνεχώς.

Εμείς ως Τμήμα έχουμε την υποδομή και τη θέληση. Από εσάς περιμένουμε την πρόκληση.

■ Αναστασία Τρικαλιώτου

Προϊσταμένη Τμήματος Νοσηλευτικής

