



Slovenski reanimacijski svet – <http://slores.szum.si/>
Slovensko združenje za urgentno medicino - <http://www.szum.si/>

Otroci rešujejo življenja – stališče Evropskega reanimacijskega sveta v zvezi z učenjem oživljanja med učenci

»Roke, ki pomagajo – učenje otrok je učenje za življenje«

Prevod članka Böttiger BW, et al. Kids Save Lives – ERC position statement on school children education in CPR. »Hands that help – Training children is training for life«. Resuscitation (2016), <http://dx.doi.org/10.1016/j.resuscitation.2016.06.005>

Nenaden izvenbolnišnični srčni zastoj z neuspešnim kardiopulmonalnim oživljanjem (CPR) je tretji vodilni vzrok smrti v industrializiranih državah. Splošna preživetvena stopnja je 2-10 % v Evropi in ZDA, 700.000 ljudi umre zaradi izvenbolnišničnega srčnega zastoja vsako leto. Enako velja za druge industrializirane regije po vsem svetu. Mnoga od teh življenj bi lahko rešili, če bi več laikov nudilo takojšnje oživljanje. Odzivni čas nujne medicinske pomoči je lahko nekaj minut (6-12) ali celo dlje. Žal pa kmalu po srčnem zastoj, že v 3 do 5 minutah brez prekrvavitve, možgani začnejo odmirati.

Do 70 % vseh srčnih zastojev, ki se zgodijo izven bolnišnice, se zgodi v prisotnosti družinskih članov, prijateljev in drugih očividcev. Zato lahko to časovno luknjo preden osebe nujne medicinske pomoči prispe do pacienta uspešno zapolnijo očividci. V prvih minutah po srčnem zastoj je pri odraslih je v krvi in pljučih še vedno kisik, zato lahko takojšnja kompresija prsi, ki jo izvajajo očividci, reši na stotisoče življenj vsako leto. Učinkovito oživljanje je precej preprosto, laiki pa z njim težko povzročijo kakršno koli škodo, medtem ko z njim povečajo preživetje za kar 2 do 4-krat. Vendar pa v zgolj redkih državah oživlja 60-80 % laikov/očividcev, v večini držav je ta delež daleč pod 20 %.

Najbolj bi ta delež povečalo obvezno nacionalno učenje šolskih otrok. To se kaže kot najbolj uspešen način, da dosežemo celotno populacijo. Najvišji delež očividcev, ki oživljajo, je v nekaterih skandinavskih državah, kjer je učenje temeljnih postopkov oživljanja že desetletje obvezno za šolske otroke, ta koncept pa se vse bolj širi.

V podporo temu dejstvu je Svetovna zdravstvena organizacija (World Health Organization oz. WHO) leta 2015 podprla pobudo »Otroci rešujejo življenja« (»Kids Save Lives«), skupno stališče Evropskega reanimacijskega sveta, Evropske fundacije za varnost pacientov, Mednarodnega predstavnškega odbora za reanimacijo ter Svetovne federacije združenj anesteziologov. V njem priporočajo dve uri učenja temeljnih postopkov oživljanja letno od starosti 12 let dalje v vseh šolah po celem svetu. Pri teh letih se otroci bolje odzivajo na navodila in se lažje naučijo pomagati drugim. Začetek učenja v mladih letih pa tudi pomeni, da oživljanje postane enako enostavno kot plavanje ali kolesarjenje: otroci ne bodo pozabili, kako rešiti življenje. Zdravstveni strokovnjaki, učitelji, ki so pridobili znanje poučevanja temeljnih postopkov oživljanja, in drugi lahko uspešno učijo šolarje, vsi pa lahko delujejo



Slovenski reanimacijski svet – <http://slores.szum.si/>
Slovensko združenje za urgentno medicino - <http://www.szum.si/>

kot multiplikatorji. Znanje in veščine oživljanja lahko širimo dalje tudi tako, da otroke prosimo, da oživljanja naučijo svojo družino in prijatelje.

S pobudo »Otroci rešujejo življenja« lahko prispevamo k izboljšanju stopnje preživetja ljudi po izvenbolnišničnem srčnem zastoju za 2- do 4-krat. Preprosto lahko rešimo 300.000 dodatnih življenj po vsem svetu vsako leto, skoraj tisoč vsak dan in skoraj eno življenje vsako minuto.

10 načel Evropskega reanimacijskega sveta – povečevanje preživetja z iniciativo »Otroci rešujejo življenja«:

1. Vsakdo lahko reši življenje – tudi otroci lahko rešijo življenje.
2. Dovolj sta do dve uri tečaja temeljnih postopkov oživljanja letno za šoloobvezne otroke.
3. Tečaj mora vključevati praktični preizkus, ki ga lahko nadgradimo s teoretičnim, tudi virtualnim, učenjem. Tovrstne tečaje lahko izvajamo celo brez specializirane opreme oziroma brez posebnih lutk za oživljanje.
4. Letni tečaji šolskih otrok vi se morali začeti v starosti 12 let ali prej.
5. Učence, ki so sodelovali na tečaju, bi morali spodbujati, da oživljanja učijo drug. Domača naloga za vse otroke po takšnem tečaju bi morala biti: V naslednjih dveh tednih, prosimo, naučite oživljanja 10 drugih ljudi ter o tem poročajte.
6. Širok nabor ljudi, vključno z anesteziologi, kardiologi, zdravniki nujne pomoči, medicinskimi sestrami, reševalci, študenti medicine in drugimi študenti s področja zdravstva, učitelji, ki imajo znanje oživljanja in mnogimi drugimi prostovoljci, lahko uspešno učijo otroke znanja oživljanja – v šolah, bolnišnicah in drugje.
7. Odgovorni na ministrstvih za šolstvo/izobraževanje in drugi vodilni politiki bi morali v vseh državah implementirati nacionalni program, skozi katerega bi učence učili temeljnih postopkov oživljanja.
8. Vsi nacionalni reanimacijski sveti (v Sloveniji: Slovenski reanimacijski svet) oziroma podobne organizacije bi morale v svojih državah podpirati implementacijo nacionalne pobude in kampanjo »Otroci rešujejo življenja«.
9. Z »Otroci rešujejo življenja« se bodo otroci naučili tudi relevantnih družbenih odgovornosti in veščin.
10. Nacionalni programi, ki učijo učence oživljanje, lahko rešijo več življenj, izboljšajo produktivnost družbe in zmanjšajo stroške zdravstvene oskrbe.