

Endurskoðun skyndihjálparkennslu á Íslandi



Hjalti Már Björnsson
LÆKNIR OG FORMÆÐUR
SKYNDIHLJÁLPAARRÁÐS
ÍSLANDS

Á ÍSLANDI HEFUR ALMENNINGI lengið staðið til boða ítarleg skyndihjálparnámskeið þar sem fjallað er um algenga bráðasjúkdóma, ýmsa áverka og rétt viðbrögð á neyðarstundu. Hafa námskeiðin náð talsverðri útbreiðslu en samkvæmt upplýsingum frá Rauða krossi Íslands hafa um 3000-5000 manns sótt skyndihjálparnámskeið á vegum félagsins árlega.

Skyndihjálparnámskeið er mikilvæg eins og allir vita en ekki hefur tekist að fjölga þeim sem sækja námskeið eins og æskilegt væri. Til að stuðla að aukinni útbreiðslu skyndihjálparnámskeiða á landinu hefur Skyndihjálparráð Íslands unnið ötulllega síðustu tvö ár með Rauða krossi Íslands að róttækri endurskoðun á áherslum í námsefni og fyrirkomulagi skyndihjálparnámskeiðanna.

Í fyrstu var mörkuð sú stefna að í skyndihjálparnámskeiðinu bæri að leggja áherslu á lífsbjargandi atriði. Það mikilvægasta sem almenningur var talinn þurfa að kunna í skyndihjálparnámskeiðinu var í raun að vita hvenær hringja skyldi í 112 og hvað gera ætti þar til sjúkrabíll kæmi á vettvang.

Ný framsetning skyndihjálparnámskeiðanna og í námsefni byggist á skiptingu hennar í þrjá meginhluta:

- endurlífgun
- slys
- bráð veikindi

Í endurlífgunarhlutanum er fjallað um hvernig greina skuli hjartastopp, minnt á að hringja í 112 og leiðbeint um hjartahnoð og blástur. Einnig er fjallað um hvernig losa á aðskotahluti úr öndunarvegi. Byggir þessi kennsla á ítarlegum evrópskum leiðbeiningum um grunnendurlífgun sem þýddar voru af Skyndihjálparráði fyrir á þessu ári og eru aðgengilegar á vef Landlæknis.

Í slysaafnanum er lögð áhersla á að tryggja öryggi á slysstað, enda getur hæglega gleymst að koma í veg fyrir frekari slys. Kennt er hvernig einfaldast er að stöðva blæðingu og hvernig skuli bregðast við höfuðhöggi, bruna og beinbrotum. Einnig er minnt á að eftir hátt fall eða harðan árekstur verður að flytja alla til læknisskoðunar þar sem leyndir lífshættulegir áverkar geta verið til staðar þó engin einkenni finnist í fyrstu.

Þegar fjallað er um bráð veikindi er reynt að skoða ekki sérstaklega tiltekna sjúkdóma, svo sem kransæðastíflu eða astma. Í staðinn er gerð grein fyrir helstu einkennum sjúkdóma og farið í hvern-



Gunnhildur Sveinsdóttir
VERKEFNISSTJÓRI
SKYNDIHLJÁLPAARRÁÐS
RAUÐA KROSSI ÍSLANDS

GETUR ÞÚ HJÁLPAÐ ... ÞEGAR Á REYNIR?

ENDURLÍFGUN

Tryggingu öryggi

- Hringdu strax á 112 ef viðkomandi hefur mætt á hendur og gætt engin viðbrögð.
- Hringdu strax endurlífgun með hjartahnoð og blástur ef öndun er öðlileg.

Hringdu í 112

- Hringdu strax á 112 ef viðkomandi hefur mætt á hendur og gætt engin viðbrögð.
- Hringdu strax endurlífgun með hjartahnoð og blástur ef öndun er öðlileg.

Beittu strax endurlífgun ef engin viðbrögð eru við áreiti og öndun er öðlileg

- Beittu strax endurlífgun ef engin viðbrögð eru við áreiti og öndun er öðlileg.

Stöðvaðu blæðingu með því að þrýsta á blæðingarstað

- Stöðvaðu blæðingu með því að þrýsta á blæðingarstað.

ENDURLÍFGUN

Hjartahnoð og blástursaðferð

- Gættu öndunarvegi með því að tryggja hreint loft.
- Gættu öndunarvegi með því að tryggja hreint loft.

Aðskotahluti úr öndunarvegi

- Aðskotahluti úr öndunarvegi.

Tryggingu öryggi á slysstað

- Stöðvaðu öndun með því að tryggja hreint loft.

Brúnað

- Brúnað.

Blátt

- Blátt.

BRÁÐ VEIKINDI

Bráðaafnæmi

- Bráðaafnæmi.

Sjúkurski - of lágur blóðsugur

- Sjúkurski - of lágur blóðsugur.

Flög

- Flög.

Beinbrot

- Beinbrot.

Brjóstverk

- Brjóstverk.

Rauði kross Íslands

ig almenningur getur þekkt og brugðist rétt við til dæmis brjóstverk eða mæði, en sjúkdómsgreining er látin læknum eftir.

Við endurskipulagningu skyndihjálparnámskeiðanna hefur verið leitast við að stytta námskeið og gera þau hagnýtari. Útbúið hefur verið nýtt fjögurra klukkutíma grunnnámskeið í skyndihjálpar og vonast til að unnt verði að ná verulega aukinni útbreiðslu með því að bjóða upp á svo stutt námskeið.

Kennslutækni í verklega hluta námskeiðsins hefur einnig verið breytt verulega frá því sem áður var og lögð er áhersla á að veita þátttakendum sem raunverulegasta þjálfun í að bregðast við í neyð. Framkvæmd hjartahnoðs og öndunaradstodar er kennd, en auk þess er leitast við að veita þátttakendum tækifæri til að upplifa að standa frammi fyrir bráðu vandamáli og að leysa úr því. Það felur venjulega í sér að tryggja öryggi á vettvangi, hringja á hjálpar og síðan framkvæma handtökin í réttari röð.

Áfram verða hins vegar í boði ítarlegri námskeið í skyndihjálpar fyrir þá sem hafa áhuga á að læra meira. Á nýja fjögurra tíma grunnnámskeiðinu sem helst allir þyrftu að sitja og rifja upp reglulega er að mati ráðsins réttara að fjalla eingöngu um áður nefnd lífsbjargandi atriði.

Í endurskoðun á kennsluefni hefur verið leitast við að hafa framsetningu og útlit þess sem líkasta. Má þar nefna að sömu myndirnar og svipaður texti er notaður í fyrirlestur fjögurra klukkutíma grunnnámskeiðsins og í bæklingnum sem þátttakendum geta fengið á námskeiðum og á veggspjaldi sem hengja má upp á vinnustað til að minna á

lykilatriðin. Vert er að nefna að efnið hefur einnig fengið pláss í símaskrá landsmanna.

Stefnt er að því að bjóða fleiri sérhæfð námskeið fyrir fagstéttir og hagsmunahópa. Síðustu sjö ár hefur Rauði krossinn haldið sérhæft námskeið í skyndihjálpi og björgun fyrir starfsfólk sundstaða, en mikilvægur hluti af slíkum námskeiðum er að hópurinn fái að æfa sig á heimavelli við sem raunverulegastar aðstæður. Í ágúst 2005 fór af stað nýtt námskeið ætlað starfsfólki grunnskóla en á því er fjallað sérstaklega um ýmis vandamál sem koma upp hjá börnum og unglíngum. Nú er unnið að sérhæfðu námskeiði fyrir atvinnuþjófur þar sem ítarlegar er farið í viðbrögð á vettvangi umferðarslyss. Stefnt er að því að bæta við fleiri námskeiðum, svo sem skyndihjálpi í iðnaði og skyndihjálpi fyrir starfsfólk veitingahúsa.

Frekari upplýsingar er hægt að nálgast á vef RKÍ, www.redcross.is

Skyndihjálparráð Íslands er skipað fulltrúum:

Landlæknis
Heilbrigðis- og tryggingamálaráðuneytisins
Menntamálaráðuneytisins
Félags leiðbeinenda í skyndihjálpi (FLÍS)
Landssambands slökkviliðs- og sjúkraflutningamanna
Slysavarnafélagsins Landsbjargar
Rauða kross Íslands



Lyfjastofnun Læknir / sérfræðingur á sviði læknisfræði

Lyfjastofnun óskar eftir að ráða lækni með áhuga á lyfjapróun í hlutastarf.

Hér er um að ræða mjög áhugaverð verkefni sem fela í sér náið samstarf við sérfræðinga innan Lyfjastofnunar sem og erlenda sérfræðinga innan ramma samvinnu evrópskra lyfjafirvalda.

Verkefni eru m.a.

- Mat á lyfjum vegna umsókna um markaðsleyfi
- Mat á umsóknum um klínískar lyfjarannsóknir
- Vísindavinna, sérstaklega ráðgjöf varðandi lyfjapróun

Menntunar- og hæfniskröfur:

Skilyrði.

- Háskólapróf í læknisfræði
- Reynsla af klínískum rannsóknum eða annarri rannsóknarvinnu
- Góð kunnátta í ensku nauðsynleg, annað/önnur Evrópumál æskileg
- Öguð og sjálfstæð vinnubrögð
- Góðir samskiptahæfileikar

Æskilegt.

- Framhaldsmenntun s.s. doktorspróf
- Innsýn í tölfræði

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi fjármálaráðherra f.h. ríkissjóðs og Læknafélags Íslands.

Upplýsingar um starfið veita Þorbjörg Kjartansdóttir sviðsstjóri skráningarsviðs, Sif Ormarsdóttir yfirlæknir eða Magnús Jóhannsson yfirlæknir, í síma 520 2100.

Umsókn um starfið ásamt ferilsskrá óskast send til Lyfjastofnunar merkt: Starfsumsókn.

Umsóknarfrestur er til og með 17. september n.k.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Hjá Lyfjastofnun starfa um 30 starfsmenn. Starfsaðstaða og starfsumhverfi er gott. Viðkomandi hefur möguleika á að útvíkka þekkingu sína og þroskast í starfi.

Umsóknareyðublað ásamt nánari upplýsingum um stofnunina má finna á heimasíðu Lyfjastofnunar www.lyfjastofnun.is