

WYPADEK CO ROBIĆ?

Zgodnie z polskim prawem kierowca, widząc wypadek na drodze, musi udzielić pomocy poszkodowanym. Wielu jednak odwraca wzrok i jedzie dalej...

TEKST Marek Kawecki | ZDJĘCIA Robert Magdziak

WYMÓG prawny jest jednoznaczny – trzeba udzielić pomocy. Polscy kierowcy często nie czują się kompetentni, więc... jadą dalej. Tymczasem nie trzeba być medycznym guru, by spełnić prawny (i społeczny) obowiązek. Wystarczy zatrzymać się i zadzwonić pod numer alarmowy, żeby nie popełnić wykroczenia. A przy okazji możemy pomóc.

Obawy, że ktoś może nas oskarżyć o nieumiejętne udzielenie pomocy, są nieludzkie – jeśli nie jesteśmy lekarzem lub członkiem zawodowego zespołu ratowniczego, prawo zakłada, że pomagając, działamy w dobrej wierze i nie możemy odpowiadać za błędy w sztuce medycznej. W dodatku, prowadząc akcję ratowniczą, mamy status funkcjonariusza służby publicznej, więc jesteśmy pod prawną ochroną.

Jak więc postępować, by pomóc? Przedstawimy scenariusz akcji ratowniczej podczas której, dla uproszczenia, mamy do czynienia z jednym poszkodowanym i jesteśmy sami. Jeśli ratujących i ratowanych jest więcej, jeden z ratowników musi objąć kierownictwo, inaczej chaos uniemożliwi skuteczne działanie.

1 WIDZIMY WYPADEK

Każdemu kierowcy zdarzyło się to widzieć wiele razy. Jeśli przy rozbitym samochodzie, przewróconym rowerze lub leżącej osobie nie ma jeszcze karetki pogotowia, policji lub straży pożarnej – nawet gdy obok stoją inne samochody i kręcą się ludzie, powinniśmy się zatrzymać. Nasza pomoc może okazać się niezbędna, by zabezpieczyć miejsce wypadku, zadzwonić pod numer alarmowy, pomóc w akcji ratunkowej.



Oceniamy wstępnie, co się stało, i zastanawiamy się, jak zabezpieczyć miejsce wypadku, by nie doszło do kolejnych. Podejmujemy decyzję, gdzie postawić samochód i trójkąt ostrzegawczy.

2 ZATRZYMANIE

Zawsze zaczynamy od zabezpieczenia miejsca wypadku. Wcale nie chodzi o zabezpieczenie śladów dla policji, ale o zapobiegnięcie dalszym nieszczęściom. W nasz lub w rozbity samochód, a także w osoby znajdujące się na miejscu wypadku może przecież wjechać następne auto prowadzone przez nieuwważnego kierowcę. Musimy też chronić siebie – nie chcemy chyba dołączyć do grona poszkodowanych. Pierwszą czynnością będzie więc założenie kamizelki odblaskowej – każda osoba na zewnątrz powinna ją mieć. Czy to znaczy, że w samochodzie powinniśmy wozić tyle kamizelek, ile mamy miejsc? Dobrze by było.



Z włączonymi światłami awaryjnymi zatrzymujemy się w wybranym miejscu, by ustawić trójkąt ostrzegawczy. Zanim to zrobimy, musimy założyć kamizelkę odblaskową.

3 USTAWIENIE TRÓJKĄTA

Przepisy stanowią, że na terenie zabudowanym trójkąt powinniśmy pozostawić za unieruchomionym samochodem, poza terenem zabudowanym w odległości 30-50 m, na autostradzie – 100 m. Zawsze jednak trzeba kierować się rozsądkiem i wiedzą. Jadący 50 km/h samochód pokonuje w czasie sekundy niecałe 14 m, dwa razy więcej, gdy jedzie 100 km/h. Ten w mieście, jeśli warunki są idealne, a samochód dobrej klasy, zatrzyma się więc (uwzględniając sekundę na uruchomienie pełnego hamowania) po ok. 25 m, ten drugi nie wcześniej niż po 70 m. Dla 150 km/h będzie to już prawie 150 m. Już wiadomo, skąd te zalecenia? Ustawmy trójkąt tak, żeby był dobrze widoczny.



Stawiając trójkąt ostrzegawczy, uwzględnijmy prędkość, z jaką poruszają się tu samochody i z jak dużej odległości jest widoczny. Powinien stać po tej stronie drogi, po której stoi rozbity samochód.

4 USTAWIENIE SAMOCHODU

Nasz samochód powinniśmy ustawić od strony, z której prawdopodobieństwo uderzenia przez nadjeżdżające kolejne auta jest największe. Nie przejmujemy się za bardzo, że nasze auto może zostać rozbite – najważniejsze jest, żeby samemu nie stracić życia podczas akcji! Światła awaryjne muszą oczywiście pozostać włączone. Jeśli droga jest jednokierunkowa, ustawiamy od strony nadjeżdżających najpierw trójkąt, a następnie nasze auto, tak by chroniło miejsce akcji przed uderzeniem przez nadjeżdżający pojazd. Gdy jest ciemno, postarajmy się postawić nasz samochód tak, żeby oświetlał nam miejsce akcji ratowniczej.



Po drugiej stronie wypadku pozostawiamy nasze auto z włączonymi światłami awaryjnymi. Powinno osłaniać akcję ratowniczą i – jeśli to możliwe – oświetlać ją.



SAMOCHÓD SIĘ PALI!

Jeśli rozbity samochód intensywnie dymi lub płonie, sami musimy ocenić, czy chcemy narażać swoje życie. To my podejmujemy decyzję, czy chcemy być bohaterami i ewakuować pozostające w aucie osoby, czy natychmiast dzwonimy pod numer alarmowy i czekamy na nadejście pomocy. Ewakuację w takiej sytuacji przeprowadzamy, nie przejmując się zbytnio tym, że ranni mogą mieć urazy kręgosłupa lub otwarte złamania. Jeśli samochód płonie, najważniejsze jest uratować życie poszkodowanych. Wtedy naprawdę przydaje się nóż do pasów – szybkość działania ma kluczowe znaczenie.

5 BIERZEMY APTECZKĘ I ZAMYKAMY SAMOCHÓD.

Po zatrzymaniu we właściwym miejscu zabieramy sprzęt ratowniczy, jakim dysponujemy. Weźmy ze sobą apteczkę, młotek do szyb, nóż do pasów bezpieczeństwa i gaśnicę. Następnie zamknijmy samochód. W zamieszaniu, jakie być może powstanie za chwilę, nasze auto może zostać obrabowane przez postronnych obserwatorów. Niestety, to się zdarza, więc nie wolno nam zapomnieć o naszych bagażach.



Zamykamy nasz samochód, wcześniej zabierając z niego sprzęt ratowniczy: apteczkę, gaśnicę, młotek do szyb i nóż.

6 CO SIĘ STAŁO?

Ratownik powinien zachować spokój. Ale jak? Nie biegniemy do wypadku, ale poruszamy się szybkim krokiem. Nie tylko dlatego, że biegając po dziurawej jezdni, możemy się potknąć i przewrócić. Przede wszystkim dlatego, że zbliżając się i stopniowo ogarniając wzrokiem miejsce zdarzenia, powinniśmy spróbować domyślić się, jak doszło do wypadku i kto w nim uczestniczył. Łatwiej będzie wtedy zaplanować kolejne działania.



Zbliżyliśmy się do miejsca wypadku spokojnym krokiem, starając się odgadnąć, co się wydarzyło na drodze. Pomoże to w akcji ratowniczej.

7 ZABEZPIECZAMY SAMOCHÓD

Ogarniając wzrokiem wypadek, zorientujmy się, czy nie ma niebezpieczeństwa zapalenia samochodu. To zdarza się rzadko, ale poszukajmy wzrokiem dymu. Jeśli go nie ma, gaśnica przyda się do czegoś innego. Żeby rozbity samochód nie zsunął nam się na początku akcji, warto podłożyć ją pod najbliższe koło w taki sposób, żeby pojazd nie mógł się odcoczyć.



Żeby unieruchomić rozbity samochód, podkładamy pod jego koło gaśnicę, oczywiście jeśli nie jest potrzebna do ugaszenia pożaru.

8 KTO JEST POSZKODOWANY?

Od odpowiedzi na to pytanie bardzo wiele zależy. Odkładając nasz sprzęt w bezpieczne miejsce (najlepiej na dach auta), sprawdzamy, kto został poszkodowany. Zaczynamy od zajrzenia pod przód samochodu, czy nie znajduje się tam najechany pieszy lub rowerzysta, następnie pod spód auta, wreszcie sprawdzamy, czy w samochodzie nie było więcej pasażerów, zaglądając na tylne siedzenia. Nie można tego zrobić pobieżnie – jeśli ktoś jechał bez pasów, może być wręcz wciśnięty pod siedzenie, w miejscu przeznaczonym na nogi. To samo dotyczy fotela pasażera z przodu. Szczególnie trudne do zlokalizowania są małe dzieci – w niejednej akcji ratowniczej znajdowano je dopiero po dłuższym czasie. Gdy więc widzimy we wnętrzu koc, kurtkę lub płaszcz, warto pod niego zajrzeć. Jeśli auto ma rozbite szyby lub otwarte drzwi, warto też rozejrzeć się po najbliższej okolicy – może ktoś, kto nie miał zapiętych pasów bezpieczeństwa, wypadł z samochodu podczas uderzenia lub dachowania?



Najpierw odkładamy apteczkę i pozostały sprzęt np. na dach auta...



...następnie, obchodząc samochód, zaglądamy od przodu...



...szukając poszkodowanych, zaglądamy pod spód...



...oglądamy uważnie wnętrze auta, szukając uczestników wypadku.

9 RĘKAWICZKI SĄ WAŻNE

Pamiętajmy o sobie. Najpierw otworzymy apteczkę, rozkładając ją, i włożymy rękawiczki. To bardzo ważne – mniej będziemy obawiać się dotykania poszkodowanych, a przy okazji zabezpieczą nas one trochę przed skażeniami o rozbite szyby czy ostre krawędzie blach.



Nie zapominamy o włożeniu rękawiczek – chronią nasze ręce nie tylko biologicznie, lecz także przed drobnymi urazami.

10 SILNIK I HAMULEC

Zanim zajmemy się poszkodowanymi w wypadku, trzeba jeszcze ograniczyć możliwość pożaru i unieruchomić auto. Otwieramy przednie drzwi (kierowcy lub pasażera) i robimy dwie bardzo ważne rzeczy: zaciągamy ręczny hamulec i wyłączamy instalację elektryczną samochodu. W tym celu w większości aut trzeba wyjąć kluczyk – robimy to więc i kładziemy kluczyki na dywaniku pasażera. Przydadzą się już po akcji, gdy trzeba będzie usunąć samochód, a blokada kierownicy przeszkadza. Kluczyki można też położyć na środku deski rozdzielczej, w widocznym miejscu pod szybą, tak żeby się nie zsunęły.



Zaciągamy hamulec ręczny.



Wyjmujemy kluczyki i rzucajemy go na dywanik pasażera.

11 JAK RATOWAĆ?

Czas na ocenę stanu poszkodowanej osoby, w naszym przykładowym wypadku jedynie kierowcy. Jeśli kierowca jest przytomny, oddycha i jest z nim kontakt – teraz mamy dobry moment na wezwanie pomocy. Należy zadzwonić pod nr 112 (pkt 12). Gdy nie dzieje się nic złego (auto się nie pali, wszyscy są przytomni, nie widać krwotoku), najlepiej niech wszyscy uczestnicy wypadku pozostaną na swoich miejscach. Nie ma sensu ich ewakuować, a gdy poszkodowani pozostają w jednym miejscu – lepiej możemy kontrolować ich stan. Tym bardziej że np. złamania kończyn nie zawsze są od razu odczuwane przez rannych, a bardzo utrudnią ich sytuację po opuszczeniu auta, szczególnie gdy pada lub jest zimno. Jeśli ratowany uczestnik wypadku jest nieprzytomny, chwytając dłonią za żuchwę, odchylamy głowę do tyłu, do zagłówka, żeby udrożnić drogi oddechowe. Następnie pochylamy się i przez ok. 10 sekund nasłuchujemy oddechu. Za chwilę będziemy dzwonić po pomoc i musimy poinformować centrum alarmowe o stanie poszkodowanego lub poszkodowanych.

U nieprzytomnego pochylonego do przodu język blokuje drogi oddechowe i często zdarza się, że osoba taka umiera z powodu uduszenia, a nie z powodu obrażeń odniesionych w wypadku. Nie powinniśmy bać się odchylenia głowy z powodu ryzyka urazu kręgosłupa – zachowanie oddechu jest najważniejsze; mózg bowiem nieodwracalnie obumiera po 3-4 minutach przerw w dostarczaniu do niego tlenu i jego dotlenienie jest absolutnym priorytetem w udzielaniu pierwszej pomocy – nawet kosztem wywołania innych urazów.



Chwytając dłonią za żuchwę nieprzytomnego, odchylamy ją do tyłu, by udrożnić drogi oddechowe...



...następnie przez 10 sekund nasłuchujemy, czy poszkodowany oddycha; w tym czasie powinniśmy usłyszeć i poczuć na naszym policzku 2-3 wydechy.

12 TELEFON PO POMOC.

Zanim wybierzemy numer alarmowy, musimy zastanowić się, co powiemy. Przekaz musi być precyzyjny, tak żeby dyspozytor mógł wysłać odpowiednią liczbę karettek pogotowia, jednostek straży pożarnej i policji we... właściwe miejsce. Standardowy numer alarmowy w krajach Unii Europejskiej to 112, ale jeśli nie działa – najlepiej zadzwonić pod 998, do straży pożarnej. Jeśli podczas oczekiwania na służby zauważymy, że poszkodowanych jest więcej (np. dostrzeżemy kogoś leżącego nieopodal samochodu, kogo w pierwszej chwili nie zobaczyliśmy), ponownie dzwonić pod numer alarmowy, aby uaktualnić informacje; standardem jest jedna karetka na jednego poszkodowanego, więc im wcześniej dyspozytor będzie wiedział o zmianie liczby poszkodowanych, tym wcześniej wyśle kolejny zespół pogotowia.



Cały czas pamiętając o udrożnieniu dróg oddechowych poszkodowanego, trzymając jedną dłońią żuchwę nieprzytomnego i odchylając głowę do tyłu, dzwonić pod numer alarmowy.

WIELU RANNYCH?

Jeśli ratownik jest jeden, a poszkodowanych wielu, wzywamy pomoc natychmiast po zabezpieczeniu miejsca wypadku i stwierdzeniu, że jest wiele osób poszkodowanych – nie czekamy z telefonem po pomoc do momentu zebrania informacji o stanie każdego z nich. Przystępując do ratowania, musimy kierować się rozsądkiem i zasadą „mniejszego zła”. Próbowujemy nawiązać kontakt z uczestnikami wypadku i ustalić (dowiedzieć się od nich), co ich boli i jak się czują. Najlepiej poprosić ich o pozostanie na miejscu – osoby w szoku mogą mieć tendencję do oddalania się z miejsca wypadku, co uniemożliwi udzielenie pomocy. Trzeba pamiętać również o tym, że ranni, będąc w szoku, zazwyczaj nie mogą obiektywnie ocenić swojego stanu, więc nie możemy polegać wyłącznie na tym, co mówią. Pojedynczy ratownik, gdy jest więcej niż jedna ciężko ranna osoba, musi zdecydować, której z nich zacząć pomagać najpierw. Brutalna prawda jest taka: pomagamy najpierw tej osobie, która rokuje największe nadzieje na uratowanie... Staramy się, by jej stan możliwie nie pogorszył się, zanim przyjedzie pomoc.

13 CIEPŁO W SZOKU

Wychłodzenie rannej, nieprzytomnej lub będącej w szoku osoby znacznie pogarsza jej stan i może stać się przyczyną śmierci. Jeśli to możliwe, przykryjemy każdego poszkodowanego kocem termicznym. Koce te, wykonane z folii (dostępne powszechnie za niewielkie pieniądze), zapewniają jednocześnie ciepło i ochronę przed wilgocią. Głowę nieprzytomnej osoby cały czas utrzymujemy odchyloną do tyłu, podtrzymując za żuchwę od spodu. Co mniej więcej minutę przez dziesięć sekund kontrolujemy, czy oddycha, powtarzając tę czynność aż do przyjechania służb ratowniczych.



Poszkodowanych w wypadku przykrywamy kocami termicznymi. Co minutę przez dziesięć sekund kontrolujemy, czy nieprzytomna osoba oddycha.

14 EWAKUACJA Z SAMOCHODU

Jeśli nieprzytomna osoba nie oddycha, konieczne będzie podtrzymanie jej podstawowych funkcji życiowych – krążenia i oddechu. Najpierw jednak musimy ułożyć poszkodowanego na płaskiej, twardej powierzchni. Trzeba więc będzie wyciągnąć go z samochodu. Najlepiej zacząć od uwolnienia nóg kierowcy spod pedałów – zaklinowane mogą nam uniemożliwić wyniesienie go z samochodu, jeśli nikt inny nie może nam pomóc. Kolejną czynnością będzie... przecięcie pasów. W tym celu możemy użyć specjalnego noża, który dobrze mieć zawsze w apteczce. Występuje on często w komplecie ze specjalnym młotkiem do tłuczenia szyb. Nóż załatwia sprawę jednym ruchem, podczas gdy odpinanie pasów potrwa dłużej i może się nie udać ze względu na zacięcie zapięcia. Nie warto przejmować się dodatkowym zniszczeniem – po poważnym wypadku pasy i tak nadają się do wymiany, nikogo więc nie narażamy na koszty. Można też użyć nożyczek z apteczki. Najtrudniejsze jest wyniesienie (a właściwie wywleczenie) osoby poszkodowanej z samochodu. Obejmujemy nieprzytomnego głęboko pod pachami, wewnętrzną (czyli od strony wnętrza auta) ręką chwytając za przedramię. Druga dłoń podtrzymuje żuchwę, by utrzymać drożność układu oddechowego. Następnie opierając część ciężaru poszkodowanego o nasze uda i kolana, wywlekamy go z samochodu, odcinając na pewną odległość, tak żeby mieć do niego dostęp, zapewniając sobie osłonę samochodu. Układamy go na płaskiej powierzchni. By mieć dobry dostęp do klatki piersiowej, rozcinamy ubranie.

CO POWINNO ZNALEŻĆ SIĘ W SAMOCHODZIE:

Gaśnica, trójkąt ostrzegawczy (oba wymagane prawem), **apteczka, młotek z nożem do cięcia pasów** (dwa ostatnie, niestety, niewymagane prawem w Polsce w samochodach osobowych niesłużących w transporcie publicznym, nie dotyczy to np. taksówek lub busów, które muszą być wyposażone w apteczkę).



Uwalniamy stopy spod pedałów samochodu...



...rozcinaamy lub odpinamy pasy bezpieczeństwa...



...chwytając jak na zdjęciu, wychylamy nieprzytomnego...



...opierając część ciężaru na naszych kolanach, odcinamy na bok...



...sprawdzamy jeszcze, czy jest oddech...



...przygotowując do masażu serca, odkrywamy klatkę piersiową.

Podtrzymywanie oddechu i pracy serca

1 Po ułożeniu nieprzytomnego na płaskiej, twardej powierzchni udrażniamy jego drogi oddechowe, odchylając głowę do tyłu, chwytając dwoma palcami jednej dłoni pod podbródek, a drugą dłonią przesuwając czoło. Ponownie przez 10 sekund sprawdzamy oddech w celu upewnienia się, czy nie popełniliśmy błędu podczas kontroli w aucie i poszkodowany wciąż nie oddycha.

2 Przygotowujemy maskę do sztucznego oddychania dostępną w apteczce; zapewni nam ona izolację od ust poszkodowanego.

3 Układamy dłonie nadgarstkami na mostku, jedna na drugiej, mniej więcej na środku klatki piersiowej. Naciskamy energicznie (można powiedzieć – prawie uderzamy), powodując 4-5-centymetrowe ugięcie klatki piersiowej. To masaż serca zapewniający utrzymanie krążenia krwi mimo braku pracy tego narządu. Seria ucisków powinna liczyć 30 powtórzeń.

4 Co 30 ucisków mostka przy udrożnionych drogach oddechowych (głowa odchylona do tyłu) oraz zatkany nosie poszkodowanego wykonujemy dwa wdmuchnięcia przez maskę, głęboko nabierając powietrza. Cykl 30 ucisków – 2 wdechy prowadzimy do momentu przywrócenia oznak krążenia u poszkodowanego (np. zacznie się krztusić), ale najczęściej – aż do momentu przejścia poszkodowanego przez przyjeżdżający zespół pogotowia.

Jeśli oddech (a więc i bicie serca) nie powracają kontynuujemy na przemian masaż i sztuczne oddychanie. Dobrze prowadzona resuscytacja pozwala na odzyskanie przytomności nawet po kilkudziesięciu minutach, godzinie lub dłuższym czasie... Akcję kontynuujemy aż do przyjazdu służb ratowniczych.



Igor Góralczuk
szef Grupy
Ratownictwa
Polskiego
Czerwonego
Krzyża w Warszawie.

Nie trzeba być specjalistą w zakresie medycyny ratunkowej, żeby uratować komuś życie. Jako pierwsi świadkowie wypadku, mając minimum wiedzy, możemy pomóc dojechać osobom poszkodowanym do momentu przyjazdu służb zawodowych. Chodzi tutaj przede wszystkim o wezwanie zawodowych służb ratowniczych, zabezpieczenie miejsca zdarzenia w taki sposób, żeby zmniejszyć ryzyko kolejnego wypadku, oraz podtrzymanie podstawowych czynności życiowych człowieka, tj. krążenia i oddechu. Umiejętności te są w stanie opanować już uczniowie szkoły podstawowej. Ci zainteresowani usystematyzowaniem wiedzy w zakresie pierwszej pomocy i wyuczeniem w sobie odpowiednich zachowań mogą odbyć powszechnie dostęp-

ne szkolenia w tym zakresie. Ich koszt jest niewielki, a uzyskana wiedza i umiejętności praktyczne pozwalają z powodzeniem radzić sobie wtedy, kiedy jesteśmy świadkami ludzkiego nieszczęścia. Podjęcie działania na rzecz ratowania życia drugiego człowieka nie jest rzeczą łatwą i naturalne jest, że ludzie, którzy się w to angażują, narażeni są na stres zarówno w trakcie akcji, jak i długo po niej. Nie bójmy się w takich sytuacjach poszukiwać pomocy np. u psychologów, którzy mają doświadczenie w pomaganiu tym, którzy pomagają innym. O kontakt do specjalisty możemy zapytać jeszcze w miejscu akcji np. zespół pogotowia lub policję. Oni z pewnością będą wiedzieć, gdzie nas skierować.