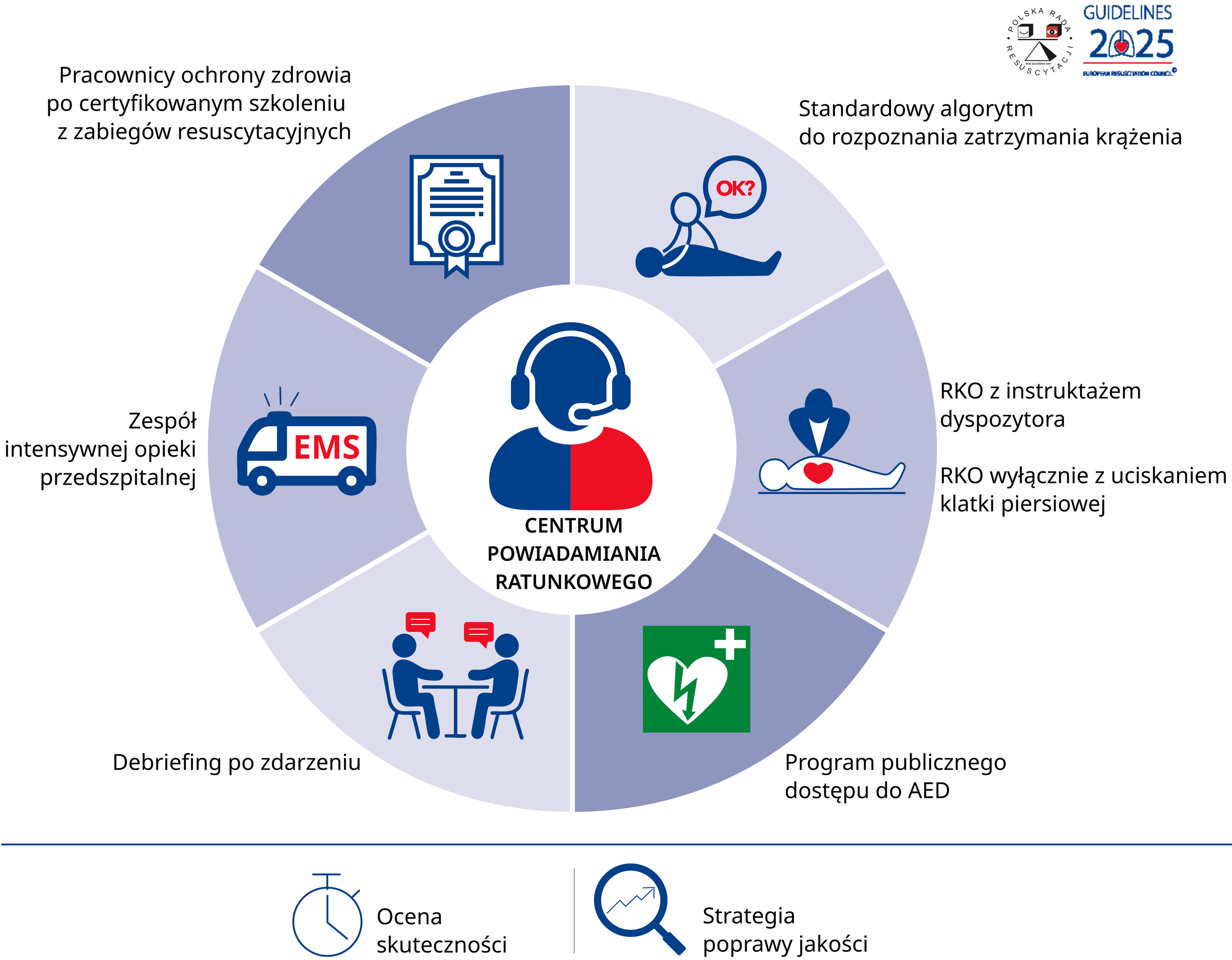


AED (*automated external defibrillator*) - automatyczny defibrylator zewnętrzny; RKO - resuscytacja krążeniowo-oddechowa

NAZWA ORGANIZACJI	PAŃSTWO	ROK	N	SCHORZENIA	POPULACJA	ORGANIZACJE	SKIEROWANIE	AKTYWNOŚCI	ADRES STRONY INETRNETOWEJ
Heartsight	Stany Zjednoczone	2023	N.D.				Częściowo		https://ourheartsight.com/
Sudden Cardiac Arrest UK	Zjednoczone Królestwo	2022	3000				Brak		https://suddencardiacarrestuk.org/
The Heart Warrior Project	Belgia	2021	N.D.				Częściowa informacja		https://heartwarriorproject.com/
The Swedish network for cardiac arrest survivors and relatives	Szwecja	2020	520				Częściowa informacja		https://www.hjart-lung.se/natverket-for-overlevare
Fondazione IRC	Włochy	2015	N.D.				Częściowa informacja		https://www.fondazioneirc.org/
Sudden Cardiac Arrest Foundation	Stany Zjednoczone	2005	>1600				Brak		https://www.sca-aware.org/ https://casahearts.org
Swiss Heart Foundation	Szwajcaria	1967	N.D.			Nieokreślone	Częściowa informacja		https://swissheart.ch/
Finnish Heart Association	Finlandia	1955	N.D.				Brak		https://sydan.fi/

LEGENDA

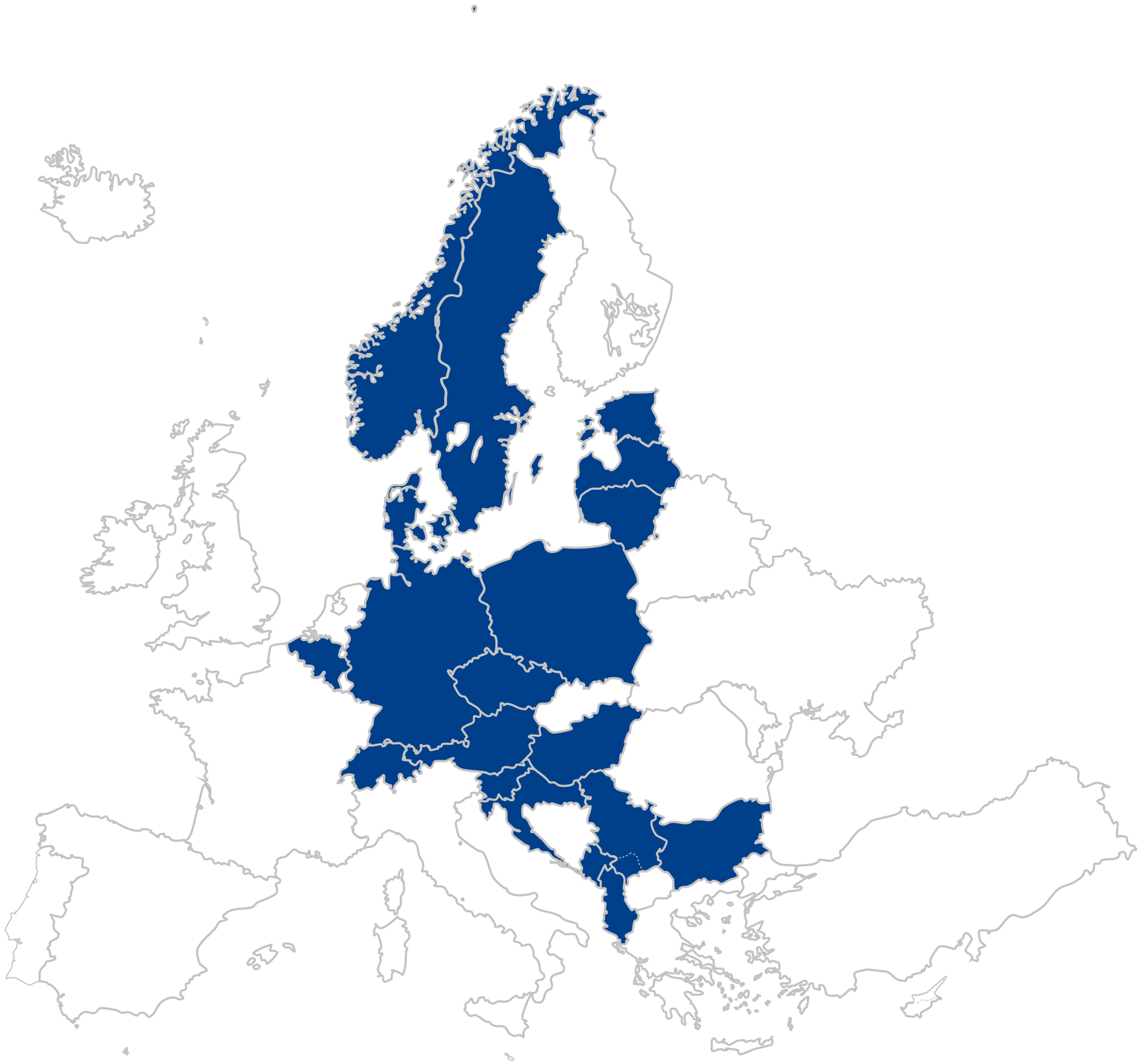
ROK	rok założenia
N	liczba zarejestrowanych osób po zatrzymaniu krążenia
SCHORZENIA	schorzenia objęte leczeniem
POPULACJA	docelowa populacja
ORGANIZACJE	podmiot decydujący w obrębie organizacji
SKIEROWANIE	kierowanie pacjentów z jednostki ochrony zdrowia

SYMBOLE

- przebyte zatrzymanie krążenia
- inne schorzenia kardiologiczne
- pacjenci
- bliscy pacjentów
- pracownicy ochrony zdrowia
- psycholodzy
- materiały informacyjne
- wzajemne wsparcie w grupie
- badania (wspieranie badań lub rekrutacja pacjentów)
- kampanie poprawiające świadomość w społeczeństwie
- porady psychologiczne (bezpośrednio lub skierowanie do poradni)
- porady medyczne (bezpośrednio lub skierowanie do poradni)
- wsparcie materialne

N.D. – nie dotyczy

TABELA 1 WYKAZ KRAJÓW W EUROPIE I ZJEDNOCZONYM KRÓLESTWIE Z OBOWIĄZKOWYM SZKOLENIEM Z ZAKRESU BLS PROWADZONYM W RAMACH KURSU, BY UZYSKAC PRAWO JAZDY



Czy szkolenie w zakresie BLS jest obowiązkowe w celu uzyskania prawa jazdy kategorii B*?	
Tak	**Nie**
Albania +	Andora
Austria +	Armenia
Belgia +	Azerbejdżan
Bułgaria +	Bośnia i Hercegowina
Chorwacja +	Cypr
Czarnogóra	Finlandia
Czechy +	Francja
Dania +	Gruzja
Estonia +	Grecja
Litwa +	Hiszpania
Lichtenstein +	Islandia
Łotwa +	Kazachstan
Monako +	Kosowo
Niemcy +	Królestwo Niderlandów
Norwegia +	Luksemburg
Polska +	Macedonia Północna
Serbia +	Malta
Słowenia +	Mołdawia
Szwajcaria +	Portugalia
Szwecja +	Rumunia
Węgry +	San Marino
	Słowacja
	Turcja
	Ukraina
	Zjednoczone Królestwo

***Prawo jazdy kategorii B upoważnia do kierowania pojazdem o maksymalnym rejestrowanym ciężarze nieprzekraczającym 3500 kg i przeznaczonym do przewożenia nie więcej niż 8 pasażerów oprócz kierowcy.**

+Szkolenie z zakresu BLS często stanowi część bardziej rozbudowanego kursu pierwszej pomocy.

BLS (*basic life support*) – podstawowe zabiegi resuscytacyjne

GUIDELINES 2025
EUROPEAN RESUSCITATION COUNCIL©

PODSUMOWANIE STWIERDZENIA DORADCZEGO ILCOR W ZAKRESIE KAMPANII „DZIECI RATUJĄ ŻYCIE”

Rozpoznanie zatrzymania krążenia

- Nauczaj dzieci rozpoznawać utratę przytomności i brak oddychania
- Używaj prostego przekazu, np. Oceń-Zadzwoń-Uciskaj

Czas trwania sesji szkoleniowych i wielkość grup ćwiczeniowych

- Nauczaj w małych grupach (3-5 uczniów)
- Zapewnij 2 godziny szkolenia z RKO rocznie

Wiek odpowiedni na rozpoczęcie nauki

- Naukę RKO rozpocznij wśród dzieci w wieku 4 lat
- U dzieci w wieku szkolnym (niezależnie od ich wieku) przeprowadzaj szkolenia z RKO każdego roku

Głębokość i częstość uciśnięć klatki piersiowej

- Nauczaj właściwego ułożenia rąk, częstości uciśnięć i pełnego powrotu klatki piersiowej do wyjściowego kształtu
- Korzystaj z muzyki lub metronomu dla ustalenia tempa uciśnięć
- Zapewniaj regularne szkolenia praktyczne z informacją zwrotną („Oceń-Zadzwoń-Uciskaj”)

Innowacyjna technologia w nauczaniu RKO

- Wykorzystuj wirtualną rzeczywistość, aplikacje i gry, aby zwiększyć zaangażowanie uczestników
- Połącz wykorzystanie narzędzi opartych na technologii z tradycyjnymi metodami z zastosowaniem informacji zwrotnej („Oceń-Zadzwoń-Uciskaj”)

Efekt mnożnikowy

- Stosuj zestawy do nauki w domu, aby rozpowszechniać wiedzę o RKO
- Zachęć dzieci do nauczenia RKO członków ich rodzin

Automatyczna defibrylacja zewnętrzna (AED)

- Użycie AED wdrażaj do szkoleń stopniowo
- Podkreślaj istotę prawidłowego przyklejania elektrod i bezpieczeństwa stosowania AED
- Nauczaj komendy: „Nie dotykać poszkodowanego” podczas wykonywania defibrylacji

Rozwój umiejętności poznawczych

- Połącz nauczanie terorii ze szkoleniem praktycznym
- Wykorzystuj techniki nauczania mieszanego (*blended learning*), aby poprawić zapamiętanie i utrzymanie umiejętności

Integracja KSL do programu nauczania szkolnego

- Spraw, by RKO stało się częścią szkolnego programu nauczania
- Działaj na rzecz ustawodwstawstwa oraz wsparcia instytucjonalnego

Połączenie z numerem ratunkowym

- Naukę rozpocznij wśród dzieci w wieku 4 lat: naucz je numeru ratunkowego
- Nauczaj, jak wyjaśnić, co się stało i jakie jest miejsce zdarzenia

Utrzymanie wiedzy teoretycznej

- Sprawdzaj wiedzę teoretyczną (np. za pomocą quizów)
- Stosuj coroczne szkolenia przypominające, aby poprawić retencję wiedzy

Motywacja

- Wyjaśniaj, w jaki sposób RKO ratuje życie, aby zwiększyć motywację do działań
- Rozmawiaj o obawach i barierach, i zmiejszaj ich wpływ na podejmowanie działań

Wentylacja usta-usta

- Nauczając młodsze dzieci, skoncentruj się na nauce RKO wyłącznie z uciskaniem klatki piersiowej
- Starsze dzieci (10+) nauczaj techniki RKO z wentylacją

Kto powinien uczyć?

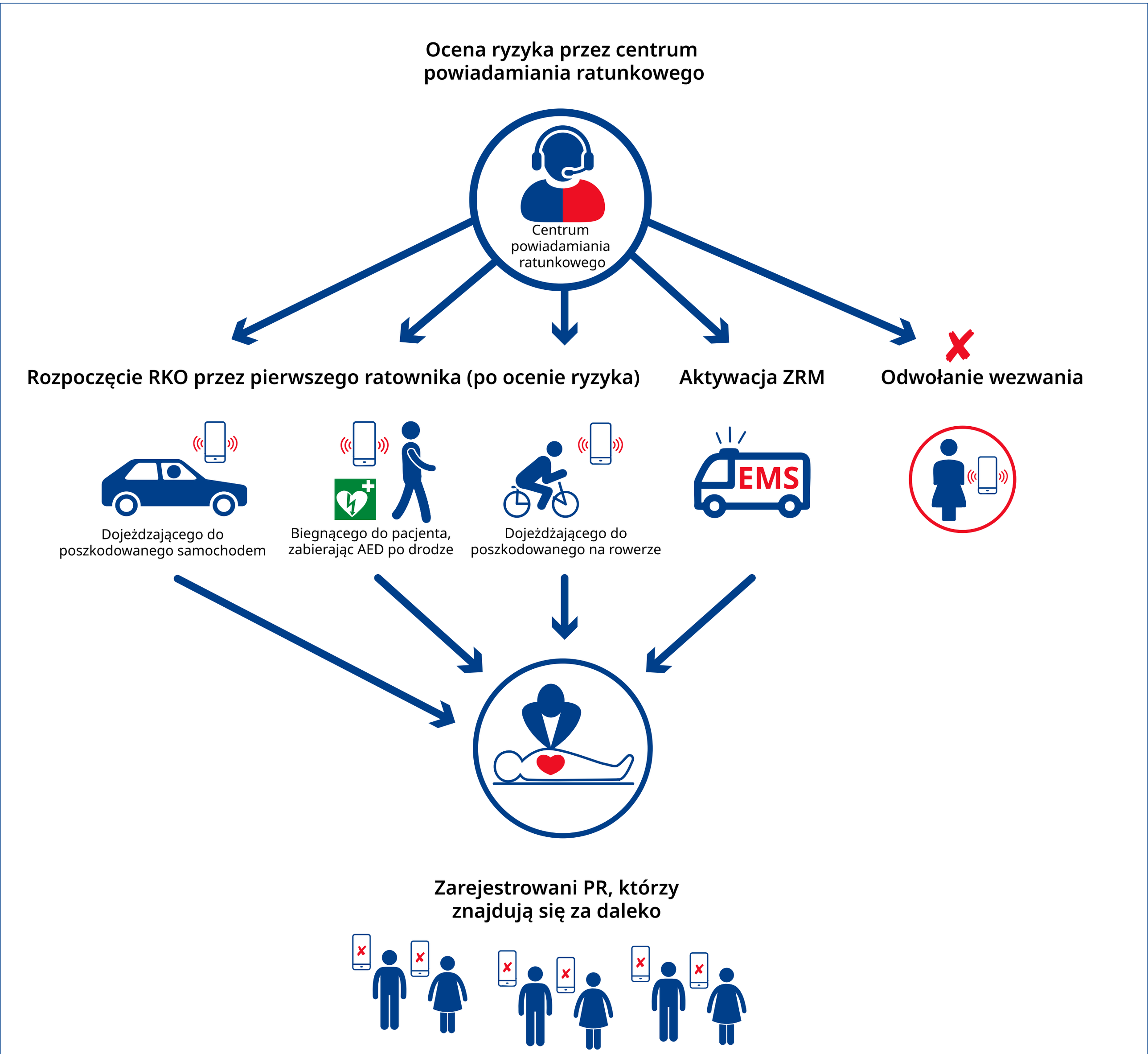
- Zapewnij przeszkolenie nauczycieli w zakresie prowadzenia RKO
- Włącz RKO do edukacji nauczycieli akademickich

Rola kampanii społecznych

- Włączaj dzieci do kampanii zwiększających świadomość społeczną
- Wykorzystuj wydarzenia i media do promowania podejmowania RKO przez świadków zdarzenia

AED (*automated external defibrillator*) – automatyczny defibrylator zewnętrzny; KSL (*Kids Save Life*) – Dzieci Ratują Życie; RKO – resuscytacja krążeniowo-oddechowa

SCHEMAT DZIAŁANIA SYSTEMU PIERWSZEGO RATOWNIKA



AED (*automated external defibrillator*) – automatyczny defirbylator zewnętrzny; PR – pierwszy ratownik; RKO – resuscytacja krążeniowo-oddechowa; ZRM – zespół ratownictwa medycznego

RYCINA 9 - MAPA AKTYWNOŚCI PIERWSZYCH RATOWNIKÓW W EUROPIE W 2025

Wszystkie kraje zaznaczone na niebiesko posiadają obecnie co najmniej jeden działający społeczny system pierwszych ratowników