

КЛЮЧОВІ СТРАТЕГІЇ ДОЛІКАРСЬКОЇ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ

Марамуха Н. П.

*аспірантка кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту,
Запорізький національний університет
м. Запоріжжя, Україна*

Надання долікарської медичної допомоги включає першу допомогу та втручання, що можуть бути здійснені особами, які не є медичними працівниками, до прибуття кваліфікованих медичних працівників або до можливості доставити потерпілого до медичного закладу. Основна мета долікарської допомоги – зберегти життя, запобігти погіршенню стану здоров'я та полегшити страждання потерпілого [2]. Так, перш ніж надавати будь-яку допомогу, необхідно переконатися, що навколишнє середовище безпечне для вас та потерпілого. Перевірити наявність потенційних загроз, таких як витік газу, вогонь або небезпека обвалу. Наступним кроком є перевірка, чи є потерпілий при свідомості та чи дихає він. Якщо потерпілий не дихає або його дихання ненормальне (наприклад, дуже повільне або переривчасте), необхідно негайно розпочати серцево-легеневу реанімацію. Якщо потерпілий свідомий, але травмований, необхідно допомогти йому зайняти найбільш комфортну позицію і забезпечити нерухомість у разі підозри на переломи кісток, уникати руху травмованих частин тіла. Якщо є підозра на тепловий або сонячний удар (наприклад, через високу температуру тіла, запаморочення, нудоту), потерпілого необхідно перевести в прохолодне місце, забезпечити доступ свіжого повітря, злегка зволожити шкіру водою та дати випити прохолодної води.

Надання долікарської медичної допомоги – це критично важливі дії, які можуть врятувати життя або запобігти серйозним наслідкам травм до прибуття професійної медичної допомоги [1]. Отже під час спортивних змагань вищезазначене є ключовим аспектом забезпечення безпеки учасників, що вимагає чіткої підготовки, наявності необхідного обладнання та знань з першої допомоги від тренерів, організаторів і спортсменів.

Перед початком змагань, організатори змагань, як-от марафону у великому місті, розробляють детальний план медичного забезпечення. Вони визначають місця розташування медичних пунктів на маршруті марафону та у зонах великого скупчення глядачів, наприклад, на старті та фініші. Крім того, організатори координують дії з місцевими

службами екстреної допомоги, щоб забезпечити швидке реагування у разі надзвичайних ситуацій.

На великих спортивних заходах, як-от тенісному турнірі, медичні пункти оснащені всім необхідним для надання долікарської допомоги: від аптечок першої допомоги до обладнання для реанімації, що дозволяє оперативно реагувати на різноманітні медичні інциденти, від незначних порізів та саден до серцевих нападів.

Для забезпечення безпеки на масових заходах, які відвідують тисячі людей, наприклад, на чемпіонаті світу з футболу, організатори проводять спеціальні тренінги з першої допомоги для своїх співробітників і волонтерів, що гарантує, у разі потреби кожен член команди може надати ефективну допомогу, поки не прибуде професійний медичний персонал. Пам'ятний інцидент з Олегом Гусєвим, коли у березні 2014-го під час матчу «Дніпро»-«Динамо» він отримав у зіткненні з воротарем суперника струс мозку першого ступеня та перелом щелепи. Гусєв знепритомнів, у нього запал язик і почалися судоми. Джаба Канкава, що опинився поруч, прибіг до Гусєва, перевернув його і дістав язик із рота, щоб він не задихнувся. Згадана ситуація підкреслює важливість навичок першої допомоги не тільки серед медичних працівників, але й учасників спортивних змагань. Випадок показує, як важливо вміти реагувати на потенційно небезпечні для життя ситуації, навіть на полі.

Під час проведення змагань з гірськолижного спорту в горах, де доступ до медичної допомоги може бути утруднений, організатори встановлюють зв'язок з рятувальними службами та гелікоптерами медичної евакуації, та забезпечує можливість швидкого транспортування травмованих глядачів до найближчих лікарень.

На змаганнях з легкої атлетики, де стрес і хвилювання можуть спричинити панічні атаки серед глядачів, медичний персонал також готовий надавати психологічну підтримку, допомагаючи людям заспокоїтися та впоратися з емоційним напруженням. Також особливу увагу приділяють забезпеченню доступу до чистої питної води, особливо в жарку погоду, щоб запобігти випадкам зневоднення. Медичні команди моніторять стан глядачів, надаючи допомогу при перших ознаках нездужання.

У ході боксерського поєдинку або турніру зі змішаних бойових мистецтв, де ризик травм високий не тільки для спортсменів, але й для глядачів, що можуть бути емоційно захоплені подіями, медичні команди завжди готові надати допомогу. Наприклад, у випадку, коли глядач втрачає свідомість через стрес або занадто інтенсивні емоції, медичний персонал негайно забезпечує йому допомогу, використовуючи доступні засоби для стабілізації стану до прибуття швидкої.

У процесі масових заїздів на велосипедах, які часто проходять у віддалених або важкодоступних локаціях, організатори змагань заздалегідь планують маршрути евакуації та залучають рятувальні команди. Вони також забезпечують наявність медичних пунктів по всьому маршруту, готових надати допомогу не тільки спортсменам, але й зрителям, що можуть потребувати медичної допомоги через зневоднення або сонячні удари.

Кожен із цих прикладів підкреслює важливість готовності медичних команд реагувати не тільки на травми учасників, але й на будь-які надзвичайні медичні ситуації, які можуть виникнути серед глядачів, мінімізуючи ризики для здоров'я та життя, забезпечуючи безпечно і приємне досвід перегляду спортивних подій.

Література

1. Марамуха Н. П. Формування у майбутніх бакалаврів фізичної культури і спорту готовності до надання долікарської медичної допомоги як проблема фахової підготовки. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. Випуск 3К (147) 22. С. 257-261. DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.3K(147).55.

2. Марамуха Н. П. Методологічне підґрунтя формування у майбутніх бакалаврів фізичної культури і спорту готовності до надання долікарської медичної допомоги. Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка № 3 (351), 2022. С. 297-307. DOI: 10.12958/2227-2844-2022-3(351)-297-306.