



## OFERTĂ

### INSTRUCTAJ PRIM AJUTOR ÎN INCIDENTE COTIDIENE

Vă punem la dispoziție o serie de **programe de formare și/sau perfecționare a cunoștințelor** care includ atât prezentări **teoretice**, **workshopuri** pentru exersarea procedurilor pe manechine specializate, precum și **sesiuni de follow-up și reinstruirea acestor proceduri**. Conținutul predat respectă ultimele protocoale în vigoare recomandate de European Resuscitation Council, aplicate și de echipajele medicale de urgență (SMURD, SAJ), astfel încât, aflându-vă într-o situație de urgență, reacția dvs să fie una conformă cu cele mai bune practici, respectând legislația românească.

#### CINE SUNTEM NOI?

Suntem un grup de **profesioniști în medicina de urgență**: medici specialiști de medicină de urgență și studenți ai UMF Cluj, paramedici voluntari în cadrul gărzilor de intervenție SMURD Cluj.

Suntem cadre didactice ale *UMF Cluj (Disciplina medicină de urgență)* și instructori acreditați ai *European Resuscitation Council* pentru cursurile de resuscitare. Venim astfel cu o bogată experiență de predare a noțiunilor de prim ajutor și medicină de urgență și ne dorim să oferim informații și deprinderi folositoare oricărei persoane pentru ca în final, persoanele aflate într-o situație de urgență să știe ce trebuie să facă până la sosirea specialiștilor.

În cazul stopului cardio-respirator, **mâinile trecătorului dispus să efectueze manevrele salvatoare** de viață vor face diferența între viață și moarte cu mult înainte de sosirea ambulanței.

#### ALTE ACTIVITĂȚI

Membrii colectivului UPU-SMURD Cluj sunt organizatorii mai multor evenimente de educație medicală precum **Maratonul Resuscitării** (edițiile de vară și de iarnă), a serilor educative organizate de ADAM Cluj, instructajele din școlile clujene din cadrul unui parteneriat cu ISJ Cluj. De asemenea organizează anual **tabăra EMSS** care se adresează instruirii în medicina de urgență a studenților mediciști români, în timp ce **Conferința Interdisciplinară de Medicină de Urgență** în a cărei organizare suntem activi implicați la Cluj-Napoca a reprezentat de la prima ediție un standard de bune practici în lumea medicală românească, dar și europeană. Mai multe detalii despre aceste proiecte găsiți pe următoarele site-uri:

- <https://www.facebook.com/MaratonulResuscitarii/>
- <https://ro-ro.facebook.com/EMSS.cluj/>
- <http://cimu.ro/>



## DE CE SUNT IMPORTANTE MANEVRELE DE PRIM AJUTOR?

Stopul cardio-respirator (SCR) în afara spitalului, ca urmare a unei afecțiuni cardio-vasculare, este una dintre principalele cauze de deces în lume, fiind responsabilă de milioane de pierderi de vieți anual. Întrucât reprezintă o problemă de prim plan de sănătate publică, în întreaga lume se depun eforturi considerabile de pregătire a populației generale în vederea acordării primului ajutor de bază.

În țara noastră șansele de supraviețuire a unei persoane în urma unui stop cardio respirator (SCR) este de numai **5%**, însemnând că anual mor aproximativ **70.000** de români din această cauză. Mai multe vieți ar putea fi salvate dacă manevrele de prim ajutor ar fi acordate prompt, însă în mai mult de **9 din 10 cazuri** se asistă neputincios la aceste evenimente întrucât 80% din români nu cunosc manevrele de resuscitare.

În cazul unui stop cardio-respirator (SCR), suportul vital de bază câștigă minute importante în **lupta cu viața**, până la sosirea cadrelor medicale specializate. Studiile efectuate au demonstrat că persoanelor cărora li se aplică rapid manevrele de resuscitare au cele mai mari șanse de recuperare după instalarea unui SCR, rata de supraviețuire crescând de la 5% până la chiar 50% în unele cazuri. Pe de altă parte, victimelor cărora nu li se acordă suportul vital bazal au șanse minime de a supraviețui în urma unui SCR, acestea scăzând cu 10% în fiecare minut care trece.

La nivelul orașelor, timpul mediu de intervenție al echipajelor din prespital este de aproximativ 10-15 minute de la efectuarea apelului de urgență. În zona rurală acesta crește, bineînțeles, considerabil. Dacă manevrele de resuscitare nu sunt inițiate, după aprox 6-7 minute de la instalarea SCR, apar leziuni ale creierului care sunt ireversibile. Prin urmare, șansa de supraviețuire a victimei unui SCR este condiționată de primul ajutor primit de la cei ce asistă acest eveniment. Masajul cardiac efectuat **până la sosirea echipajelor** asigură perfuzia cerebrală necesară, cu alte cuvinte, salvatorul cumpără timp pentru victimă.



Pentru creșterea ratei de supraviețuire s-a formulat conceptul de Lanțul Supraviețuirii. Acesta susține că, în cazul unui SCR, veriga reprezentată de manevrele de resuscitare efectuate la fața locului de către martorii evenimentului sunt la fel de importante precum toate îngrijirile ulterioare oferite de personalul medical specializat. Adică în cazul SCR cel ce oferă prim ajutor este la fel de important precum medicul chemat prin apelul de urgență 112. În concluzie pentru consolidarea acestui lanț este necesar ca toată lumea să fie instruită cum să acorde primul ajutor.



Mai mult, peste 100.000 de oameni mor anual înecați cu mâncare sau obiecte înghițite, iar cei mai mulți sunt copii. Aceste tragedii ar putea fi prevenite dacă părinții ar ști să acorde primul ajutor de bază, dezobstrucția de căi aeriene superioare. În caz contrar, dacă nu se intervine până la sosirea echipajului medical, în cele mai multe cazuri, este deja prea târziu.

Cursurile de prim-ajutor acoperă cunoștințele necesare pentru a oferi suportul esențial victimelor accidentelor la locul de muncă. Aceste *Cursuri de Prim-Ajutor* sunt concepute special pentru a satisface nevoile de informare ale angajaților din întreprinderile mici și mijlocii, în funcție de tipurile de risc sau de tipul de accidente la care sunt expuși.

Persoanele fără pregătire medicală care acordă primul ajutor de bază în mod voluntar, pe baza indicațiilor furnizate de un dispecerat medical sau a unor cunoștințe de prim-ajutor de bază, acționând cu bună-credință și cu intenția de a salva viața sau sănătatea unei persoane, nu răspund penal sau civil.



## CE CONȚIN CURSURILE ȘI CUM SE DESFĂȘOARĂ?

Instructajul propus acoperă noțiunile de suport vital de bază și utilizarea defibrilatoarelor externe automate în contextul stopului cardio-respirator, respectiv cele mai utile gesturi în diverse incidente cotidiene precum arsuri, tăieturi, fracture, leșin, înec, accidente rutiere, căderi de calciu sau de glicemie, dar și noțiuni privind primul ajutor în caz de urgențe pediatrice și călătorii.

Punctual, **noțiunile teoretice** incluse în acest program de pregătire vizează:

- Evaluarea unei **victime aparent inconștiente** și solicitarea ajutorului calificat
  - Verificarea stării de conștiență\*, deschiderea căii aeriene, verificarea respirației și a circulației (tehnica A-B-C\*)
  - Poziția laterală de siguranță\* pentru victima inconștientă care prezintă semne de viață
- Recunoașterea **stopului cardio-respirator și aplicarea suportului vital bazal** până la sosirea ajutorului calificat
  - Compresiuni toracice externe\*
  - Respirații gură-la-gură\*
  - Folosirea defibrilatoarelor externe automate\*
  - Situații speciale de resuscitare
    - Înec, hipotermie, anafilaxie
    - Suportul vital de bază pentru victima însărcinată sau pediatrică\*
- Primul ajutor în **urgențe amenințătoare de viață**
  - Obstrucția de cale aeriană – recunoaștere și manevre salvatoare (lovituri interscapulare\*, manevra Heimlich\*);
  - Durerea toracică și infarctul miocardic acut
  - Accidentul vascular cerebral
  - Crizele convulsive
  - Pacientul diabetic
  - Traumatisme cotidiene – fracturi\*, hemoragii\*, arsuri
- Primul ajutor în **urgențe pediatrice\***
- Primul ajutor în **călătorii**

Noțiunile teoretice (marcate cu \*) vor fi însoțite de **exersarea manoperelor pe manechine specializate**, lectorii noștri rulând scenarii de caz inspirate din experiența de zi cu zi a unui urgentist.

Pentru a optimiza activitatea de predare, sesiunile se vor adresa unui număr de maxim 20 de cursanți, aceștia fiind asistați de 3 lectori. Durata unui instructaj va fi de 5 ore, sesiunile de follow-up având durata de 2 ore și cuprinzând doar activitate practică sub îndrumarea a minim 2 lectori.



La finalul evenimentului vă vom pune la dispoziție informațiile teoretice, precum și linkuri ale materialelor video vizând procedurile predate.

## DETALII ADMINISTRATIVE

Stabilirea calendarului de instructaj se va face de comun acord între prestator și beneficiar, având rugămintea să ne acordați un interval de 2-4 săptămâni pentru a organiza cea mai potrivită echipă de predare pentru colectivul dvs.

Locația cursului va fi stabilită de comun acord între părți, existând posibilitatea de a amenaja stațiile de lucru în incinta companiei dvs.

În termen de 15 zile lucrătoare de la finalizarea sesiunii de predare, SMUCR – filial Cluj va emite certificate de participare nominale pentru angajații companiei dvs, cât și un raport de instructaj în care se vor menționa temele abordate în respectiva întâlnire.

Prin formatul cursului, instructorii au **certitudinea** că fiecare participant reușește să-și însușească manoperele predate.

În vederea efectuării cursului și pentru facilitarea plății se va încheia un contract cu **Societatea de Medicină de Urgență și Catastrofă din România – filiala Cluj**, o entitate juridico-financiară coordonată de colectivul UPU-SMURD Cluj. În felul acesta, dvs aveți siguranța respectării clauzelor contractuale, iar achitarea serviciilor se va realiza în 7 zile lucrătoare de la finalul cursului teoretic,

Pe baza unei liste de prezență pusă la dispoziție de dvs, SMUCR – filial Cluj va emite **certificate de participare** la eveniment prin care se atestă deprinderea abilităților practice de acordare a suportului vital de bază și a primului ajutor.

## DATE DE CONTACT

Pentru o ofertă personalizată intereselor dvs, vă rugăm să ne contactați pe adresa de email [cursuri@smucr-cluj.ro](mailto:cursuri@smucr-cluj.ro) (persoană de contact - Dr. Cristian Ursu – responsabil SMUCR – filiala Cluj).