

Průvodce: První pomoc (1. LF UK)

Po úvodním hodině, která se koná v prvním výukovém týdnu pro každý kruh zvlášť (podle rozvrhu v SIS), probíhá výuka formou seminářů na této adrese (<https://www.google.cz/maps/place/%C3%9Astav+teorie+a+praxe>)

První pomoc, vstupy kliniků	
B03010	
Garant	Mgr. Jana Heczková, Ph.D. (https://is.cuni.cz/studium/predmety/index.php?id=9e77569756f2f022334a781a888f9012&tid=&do=ucit&kod=24922)
Kredity	2
SIS	informace v SISu (https://is.cuni.cz/studium/predmety/index.php?do=predmet&kod=B00756)
Počet hodin	15
Způsob výuky	cvičení, e-learning
Absence	0
Způsob ukončení	zápočet za prezenci a testy

+o%C5%A1et%C5%99ovatelstv%C3%AD/@50.0694685,14.4223647,17z/data=!4m8!1m2!2m1!1sutpo,+studni%C4%8Dkova+7!3m4!1s0x470b93e717111657:0x11084dac2e3d2d7f!8m2!3d50.069148!4d14.4248431%7C) (ÚTPO). Předmět využívá k výuce výukový portál **Moodle**. Do tohoto portálu se studenti registrují až poté, co získají studentský průkaz a přístup do CASu. K registraci je také potřeba klíč, který studenti obdrží až poté, co získají e-mailem. Informace, jak pracovat s kurzem v Moodle, studenti naleznou v SIS u předmětu první pomoc a na úvodní hodině. Odkaz na výukový portál Moodle zde (<http://dl1.cuni.cz/>).

V úvodní hodině studenti dostanou podrobné informace o průběhu výuky. Nadále probíhá výuka formou zmíněných praktických nácviků (seminářů). Aby se student mohl na seminář dostavit, musí si prostudovat (zobrazit) materiály na Moodle a složit většinou jednoduchý test na 40 otázek. Hranice úspěšnosti je 80 %. Pokusů je neomezeně, ale test se dá zopakovat vždy až hodinu po neúspěšném pokusu. Ze všech provedených pokusů na jedno téma se počítá průměrný výsledek, ne nejlepší výsledek. Není tedy vhodné začít s úspěšností například 20%. Teprve až student test složí, může se přihlásit na praktický nácvik. Jeho kapacita je 12 lidí, pro každý kruh jsou tedy dva termíny, vždy týden po sobě. Lze se však zapsat do jakéhokoliv času, nejenom do toho určeného pro váš kruh.

Zápočet

K udělení zápočtu je potřebná prezence – musíte se dostavit na všechny praktické hodiny, na které se přihlašuje přes Moodle – a musíte mít nahraný z hodin úspěšný pokus resuscitace. (Vyučující jsou velmi mírní, co se týče uznávání *úspěšné* resuscitace, snažte se si ale něco z hodin odnést – nikdy nevíte, kdy se vám může znalost KPR hodit.) Pokud máte plnou docházku, přihlásíte se v SISu na závěrečnou zápočtovou hodinu, kde vám bude udělen zápočet. Po domluvě se tam ani nemusíte dostavit osobně, stačí, když někdo přinese váš index.

Pokud se k některé hodině zapomenete dostavit nebo nejste kvůli nesplnění testu v daném limitu k hodině připuštěni, můžete si ji jednou (výjimečně dvakrát po domluvě s vyučujícím) nahradit vytvořením prezentace a následným praktickým předvedením tématu, které vyučující zadá (týká se zmeškaného tématu). Práce se odevzdává přes Moodle. Všichni studenti, kteří takto nahrazovali, jsou na zápočtové hodině ještě zlehka přezkoušeni ze základů předmětu.

Doporučená literatura

Literatura – není třeba shánět knihu, všechno potřebné je napsáno ve studijních textech na moodlu. Ale můžete si vybrat např. z následujícího seznamu:

- BYDŽOVSKÝ, Jan. *Předlékařská první pomoc*. 1. vydání. Praha : Grada, 2011. ISBN 978-80-247-2334-1.
- DOBIÁŠ, Viliam. *Urgentní zdravotní péče*. 1. vydání. Martin : Osveta, 2007. ISBN 978-80-8063-258-8.

- KELNAROVÁ, Jarmila. *První pomoc : pro studenty zdravotnických oborů. 1.* 1. vydání. Praha : Grada, 2007. ISBN 978-80-247-2182-8.
- KELNAROVÁ, Jarmila, et al. *První pomoc. II : Pro studenty zdravotnických oborů.* 1. vydání. Praha : Grada Publishing, 2007. 184 s. ISBN 9788024721835.
- MADIAN, Asisa a Kai MATTHIESSEN. *První pomoc na cestách.* 1. vydání. Praha : Grada, 2007. ISBN 978-80-247-1878-1.
- PÁRAL, Jiří. *Malý atlas obvazových technik.* 1. vydání. Praha : Grada, 2008. ISBN 978-80-247-2255-9.
- ČRR,. *Česká resuscitační rada* [online]. [cit. 2016-06-18]. <<http://www.resuscitace.cz/>>.

Určitě si před testem projděte prezentace v e-learningu Ústavu teorie a praxe ošetrovatelství (<http://el.lf1.cuni.cz>)

Verdikt

Je to skutečně snadný předmět, z něhož v náporu ostatních předmětů asi většinu zapomenete, což je škoda. Znalost první pomoci je v praxi bilionkrát lepší než barvení preparátů, ale na to bohužel studenti často zapomínají. Zkuste si zapamatovat co nejvíc. Naštěstí si první pomoc zopakujete minimálně na ARO v 6. ročníku. Pozor, ať nezapomínáte na termíny, které Moodle dává pro splnění testů. Je nepříjemné doplňovat hodiny psaním rozsáhlých seminárních prací a poté se ještě nechávat přezkoušet na zápočet.

Poznámka: pro praktický zápočet a vůbec pro nácvik KPR je vhodné (a často vyžadované) mít stažené vlasy a sundané šperky z rukou, aby vám nepřekážely. Rukavice jsou samozřejmostí.

Odkazy

- Ústav teorie a praxe ošetrovatelství (<http://utpo.lf1.cuni.cz/>)