

ZPRÁVA O ČINNOSTI LÉKAŘSKÉ KOMISE ČHS V ROCE 2007

V roce 2007 pracovala LK ve složení:

Předseda: MUDr. Jana Kubalová (od 1.1. 2007)

Členové LK ČHS a lektorského sboru: MUDr. Ivan Rotman, MUDr. Andrea Pelikánová, MUDr. Jaroslava Říhová, MUDr. Igor Hermann, MUDr. Pavel Neumann, Martin Honzík DiS., MUDr. Lucie Bloudková, MUDr. Tomáš Obtulovič

Koncepce práce LK ČHS:

Hlavním cílem práce LK ČHS je vytvářet servis pro členy ČHS – tj. předávat informace týkající se problematiky horské medicíny a záchrany v horách (tvorba doporučení, publikace článků s problematikou horské medicíny na webu ČHS i dalších časopisech, poradenství v oblasti horské medicíny) a dále praktická výuka členů ČHS v těchto oblastech (výuka je převážně prováděna na kurzech první pomoci a skalní záchrany). Dalším cílem je snaha o předávání informací i odborné lékařské a zdravotnické veřejnosti (publikace v odborných časopisech a prezentace na seminářích).

Činnost LK v roce 2007 lze shrnout do hlavních bodů:

- *Kurzy*
- *Nová doporučení LK ČHS*
- *Články, publikace, studijní materiály*
- *Statistika a dlouhodobé sledování*
- *Pracovní a studijní cesty*
- *Servis pro horolezce*
- *Pelikánův seminář*

Kurzy

V roce 2007 proběhlo několik kurzů pro členskou základnu i instruktory ČHS. Lektori kurzů jsou: Martin Honzík, Pavel Neumann a Jana Kubalová

Pro členy ČHS:

- Základní kurz první pomoci a záchrany v horách (1 kurz, 10 účastníků)
- Záchrana a první pomoc při nehodě v lezeckém terénu (1x, 10 účastníků.)
- Kurz první pomoci a záchrany v horách – základ (1x, 19)
- Kurz první pomoci a záchrany v horách – nadstavba (1x, 15)
- Instruktor sportovního lezení (1x, 5)
- Doškolení instruktorů (2x, 16)
- Opravné doškolení – letos se nekonalo

Účastníci každého kurzu obdrží skripta s přednáškami ve zkrácené verzi a zalaminované kartičky první pomoci. Letos proběhla také inovace kartiček. Dostupné jsou na svazu za 8 Kč.



Foto: kurz skalní záchrany a základy první pomoci, kurz první pomoci pro instruktory – modelová situace záchrany ve skalách a zhodnocení kurzu

Doporučení LK ČHS, články, publikace, studijní materiály

Každým rokem publikujeme na webu ČHS nová doporučení pro oblast horské medicíny. Z nových doporučení, které byly vytvořeny v roce 2007 je to péče o omrzliny v terénu a na chatě pro laiky i lékaře (Kubalová, Říhová), aktualizace lékového vybavení lékárníčky (Kubalová, Honzík), doporučení pro legální předepisování léků laikům do expediční lékárníčky (Sieger, Rotman, Kubalová). Doporučení jsou v jednotné grafické úpravě ve formátu pdf ke stažení na webu ČHS. Plánujeme vytvořit doporučení pro všechna základní odvětví horské medicíny a záchrany v horách.

The screenshot shows the website of the Czech Mountaineering Association (ČHS). The header includes the logo and name of the association. The main navigation bar lists categories like 'METODIKA/BEZPEČNOST', 'METODIKA/BEZPEČNOST - MEDICÍNA', and 'DOPORUČENÍ LÉKAŘSKÉ KOMISE'. The left sidebar contains links to 'LÉKAŘSKÁ KOMISE', 'DOPORUČENÍ LÉKAŘSKÉ KOMISE', 'ODBORNÉ ČLÁNKY A INFORMACE', 'BULLETINY LK ČHS', 'MEDICÍNA NA WEBU', 'HLÁŠENÍ ÚRAZŮ', 'KE STAŽENÍ', and 'VYHLEDÁVÁNÍ'. The main content area is titled 'Doporučení lékařské komise' and lists several documents for download, each with a PDF icon and a title. The documents are: 1. VYBAVENÍ PRO NOUZOVÉ SITUACE, 2. LÉKÁRNIČKA HOROLEZCE - ZDRAVOTNICKÝ MATERIÁL - základní modul, 3. LÉKÁRNIČKA HOROLEZCE - LÉKOVÉ VYBAVENÍ + VADEMEKUM, 4. PŘEDEPISOVÁNÍ LÉKŮ LAIKŮM DO EXPEDIČNÍ LÉKÁRNY, PŘÍLOHA Č.1 - SEZNAM LÉKAŘŮ, PŘÍLOHA Č.2 - FORMULÁŘ, 5. OMRZLINY - LÉČBA V TERÉNU - LAIK, and 6. OMRZLINY - LÉČBA - pro lékaře. The footer shows the copyright notice '© 2005 VIZUS | webmaster'.

Z dalších článků týkajících se problematiky horské medicíny jsme publikovali doporučení pro sportovní lezce při poranění prstů (Obtulovič) a oční problematika ve vysokých nadmořských výškách (Rotman). Novinkou je odkaz „ke stažení“, kde si je možné stáhnout a vytisknout kartičky se základními algoritmy poskytování první pomoci (Honzík).

LÉKAŘSKÁ KOMISE

DOPORUČENÍ LÉKAŘSKÉ
KOMISE

ODBOBNÉ ČLÁNKY A
INFORMACE

BULLETINY LK ČHS

MEDICÍNA NA WEBU

HLÁŠENÍ ÚRAZŮ

KE STAŽENÍ

VYHLEDÁVÁNÍ

© 2005 VIZUS | webmaster

Ke stažení

PRVNÍ POMOC

RYCHLE - STRUČNĚ - AKTUÁLNĚ

Zde budou postupně uvedeny karty se zjednodušenými postupy první pomoci. Jsou určeny k zalaminování do fólie a slouží jako "taháky" do lékárničky. Ty můžete použít když půjde do tuhého a vy si zrovna nebudete moci vzpomenout, co že by asi bylo nejlepší v té či oné situaci dělat. Karty jsou ve formátu A6 a mají vždy dvě strany.

UPOZORNĚNÍ: Údaje zde uvedené jsou zpracovány a sepsány dle aktuálních doporučení pro poskytování první pomoci (IKAR - CISA, MedCom UIAA, ERC, ILCOR, ...), nicméně autoři nemohou převzít zodpovědnost za vaše jednání a škody jím způsobené, neboť výkony a činnosti zde uvedené vyžadují praktický nácvik pod odborným vedením.

1. PRVNÍ POMOC PŘI NEHODĚ V HORÁCH

strana 1 1.1 MB

strana 2 446.4 KB

Z dalších publikací pro lezeckou veřejnost jsou to články publikované v různých časopisech: Hudy info (Honzík) a Montana (Obtulovič)

Součástí koncepce práce je i šíření povědomí o horské medicíně mezi odbornou zdravotnickou veřejnost. Publikujeme v odborných lékařských časopisech – Medicina Sportiva (Říhová – omrzliny), Urgentní medicína (hypotermie, nemoc z výšky – Kubalová, Honzík), přednášíme problematiku horské medicíny na vzdělávacích symposiích regionálních i celostátních (Honzík, Kubalová).

Servis pro horolezce

Mimo informační servis a výuku se snažíme také ulehčit laickým záchráncům poskytování první pomoci. A to výrobou a poskytnutím zdravotnického materiálu pro první pomoc. V loňském roce jsme uvedli na trh oranžový šátek s obrázky, jak jej použít při základním ošetření úrazů (Honzík). První série je již rozebrána, letos byla provedena inovace a dotisk druhé série šátků. Cena je 120 Kč. Ve spolupráci s firmou Zelená Hvězda Brno jsme vybrali zdravotnický materiál do náplně do lékárničky horolezce, která odpovídá doporučení LK ČHS č. 2. V současné době je po mírných potížích (jeden z výrobců obvazového materiálu přestal vyrábět námi doporučovaný zdravotnický materiál) je již k dostání na svazu za 180 Kč. Do budoucna plánujeme ještě výrobu obalu na lékárničku.



Ze zdravotních programů je to vytvoření nového programu „Zdravotní aspekty sportovního lezení“, který má za cíl předat informace o poranění nejen ruky při sportovním lezení, prevenci, možnosti terapie, rehabilitace a důrazem na osvětu u lezoucích dětí a mládeže (Obtulovič, Hebelka).

Statistika a dlouhodobé sledování

Z dlouhodobých projektů nadále probíhá statistické sledování úrazů českých občanů při horolezectví a horských sportech - ve spolupráci s Bezpečnostní komisí ČHS (Bloudková), dlouhodobé sledování a léčba omrzlin u českých občanů a sledování zdatnosti a zdravotního stavu reprezentantů v horolezeckých sportech (Říhová).

Pracovní a studijní cesty

Součástí práce LK ČHS je i spolupráce s LK UIAA, včetně účasti na schůzi LK UIAA. Letos se konala ve Skotsku v Aviemore zároveň se světovým kongresem o horské medicíně a medicíně v divočině, viz zpráva z cesty. Schůze se účastnila předsedkyně MUDr. Kubalová. MUDr. Tomáš Obtulovič se zúčastnil workshopu Švýcarské společnosti pro horskou medicínu s tématem: Sportovní lezení a medicína v Bad Ragaz. Doufáme, že nabitě informace zúročí v projektu zdravotní aspekty sportovního lezení. MUDr. Rotman navštívil 20. mezinárodní kongres lékařů horských záchranných služeb v Innsbrucku.

Pelikánův seminář

LK a Společnost horské medicíny každoročně pořádá setkání lékařů a zájemců o horskou medicínu „Pelikánův seminář“. Letos se konal již 18. ročník. Tentokrát byl místem jednání Adršpach – Zdoňov a nádherné prostředí Adršpašsko – Teplických skal. Za servis děkujeme panu Michalu Brunnerovi (Montana trekking), prostředí jeho penzionů určitě velkou mírou přispělo ke zdárnému proběhnutí semináře. Letos seminář proběhl v duchu nejen teoretických, ale i praktických informací na workshopech (taping a dlahování pomocí termoplastických dlah, dlahování pomocí dlah SAM Splint, improvizovaná extenční dlah, resuscitace na modelech). Na stánku představila svůj sortiment firma Zelená hvězda a firma Singing Rock. Z důvodu špatného počasí jsme museli předem avízovanou záchranu ve skalním terénu přesunout do místnosti – účastníci si mohli prohlédnout záchranné lanové techniky, zástupce Singing Rock a Pieps – Janek Bednařík představil základní problematiku a techniku vyhledávání v lavině. Součástí víkendového semináře je i schůze LK ČHS.



Foto: využití lanových technik při záchrane



Foto: předávání publikace MUDr. Rotmanovi za dlouholetou práci v LK, Tomáš Kublák (BK) přednáší o smrtelných úrazech českých občanů, workshop taping

Plány na rok 2008:

- Uspořádání schůze LK UIAA a navazující sympozium o horské medicíně v ČR pro veřejnost (podzim 2008)
- Pokračovat v tvorbě doporučení LK (nemoc z výšky, akutní neúrazové stavy, hypotermie, poranění), publikace na webu a časopisech, brožurka první pomoci (formát A6)
- Šíření získaných vědomostí mezi horolezce, lékaře a další zdravotníky
- Dotažení programu „zdravotní aspekty sportovního lezení“
- Časopis „Horská medicína a záchrana v horách“ – ISSN, první číslo únor/březen

Zapsala: Jana Kubalová, předsedkyně LK ČHS

21. 11. 2007