



Výroční zpráva o činnosti Lékařské komise v roce 2010

LK je sdružením lékařů a záchranářů a nadšenců pro horskou medicínu - zabývá se problematikou horské medicíny a záchran v horách, úrazy v horolezeckém terénu s důrazem na PREVENCI + VZDĚLÁVÁNÍ v oboru horská medicína

- Pro členy ČHS:** předávat informace + praktická výuka (doporučení, publikace na webu a v časopisech, poradenství, kurzy)
- Pro laickou veřejnost:** přednášky, média
- Pro zdravotníky:** nelékařská i lékařská veřejnost – odborné články, prezentace, výuka (hypotermie, lavinové nehody, nemoc z výšky, omrzliny...)

Kompletní koncepce práce a cíle LK jsou publikována na www.horosvaz.cz

LK v roce 2009 pracovala ve složení:

Nové štíhlejší složení LK bylo odsouhlaseno na schůzi LK ČHS v Milovech, říjen 2009. S neaktivními členy původní LK jsme se rozloučili.

Složení komise: Jana Kubalová (předseda), Martin Honzík (místopředseda), Lucie Bloudková, Igor Hermann, Ivan Rotman, Jarka Říhová, Ladislav Sieger, (členové)
externí spolupráce: Pavel Neumann (kurzy), David Tuček (výživa), Filip Hebelka (poranění při sportovním lezení), Jan Smolek (vis v horolezeckém postroji)

Kurzy realizované v roce 2010:

Kurzy pro instruktory horolezectví i pro členy ČHS stále zůstávají hlavní náplní naší práce. S problematikou výuky souvisí i vývoj metodických materiálů pro školení instruktorů, které budou volně ke stažení na webu ČHS. Termín dokončení hlavních kapitol (základní první pomoc, úrazy, specifická horská témata) je konec listopadu 2010. Materiály zatím nebudou publikovány knižně z důvodu možnosti aktualizace, ekonomických důvodů a také z důvodů postupného dokončování dalších důležitých kapitol ještě v průběhu roku 2011.

Nabízené kurzy:

Pro členy ČHS

- Základní kurz první pomoci a záchran v horách (3 dny, ŽV) – letos nerealizován, v plánu na rok 2011
- Záchrana při nehodě v lezeckém terénu (3 dny, ŽV) – letos nerealizován, v plánu na rok 2011

Pro instruktory: instruktor SCI, RCI, HAL

- Základní kurz první pomoci a záchrany v horách – základ (4 dny, ŽV) - 1x
- Rozšířený kurz + závěrečné přezkoušení (1 týden, Rakousko) – letos výuka ukončena na základním kurzu, přezkoušení provedeno taktéž na základním kurzu. Členové LK se rozšířeného kurzu neúčastnili, provedeno opakování základních dovedností instruktory MK.
- Doškolení instruktorů (3 dny, ŽV) – 2 kurzy

Náplň kurzů zůstává stejná jako v předchozích letech, viz výroční zpráva 2009, neustále klademe důraz na praktické vyzkoušení všech technik a zafixování základních dovedností. Neustále se snažíme o předávání recentních dat na základě nejnovějších doporučení světových a evropských odborných společností: ERC, UIAA, SWM, ICAR

Lektoři kurzů v roce 2010 pracovali ve stejném složení jako již několik posledních let: Martin Honzík – vedoucí a hlavní organizátor kurzů, dále Jana Kubalová a Pavel Neuman. Účastníci každého kurzu obdrželi pracovní skripta, účastníci instruktorského kurzu ještě navíc nejdůležitější postupy při poskytování první pomoci na malých, vodě odolných kartičkách. Kartičky jsou dostupné volně ke stažení na webu pro každého člena i nečlena ČHS, viz dále.

Pelikánův seminář 2010

Letos se konal již 21. ročník semináře, tentokrát ve vyzkoušené lokalitě Seč – Ústupky, Penzion Hájěnka, opět ve spolupráci se Společností horské medicíny, vedené Dr. Ivanem Rotmanem. SHM letos sponzorovala sborníčky, které obdržel každý účastník.

Hlavními tématy byly:

1. Zhodnocení práce LK a SHM za rok 2010.
2. Novinky v horské medicíně a v záchraně v horách.
3. Krátká sdělení zástupců odborných subkomisí LK
4. Zprávy z pracovních cest
5. Zprávy z expedic, zdravotnické zabezpečení výprav do velehor.
6. Zajištění překladu nových doporučení Medcom UIAA.





Program konference viz sborník. Letošní seminář opět utvořil nový rekord v počtu účastníků i délce konference. Celkem jsme si vyposlechli 21 přednášek, vč. jedné historické o lékářích horolezeckého svazu a horské medicíny od Dr. Leoše Chládky a dvou cestovatelských s diashow ze Safari v Africe. Zamyšlení Dr. Chládky bylo velice zajímavé a dokumentovalo i vývoj v práci lékařů zabývajících se horskou medicínou. Velice zjednodušeně řečeno jsme se postupně přesunuli z hor do „školních lavic“. Důvodem však není naše pohodlnost, ale postupný vývoj ekonomický i současné trendy cestování. Tj. preference expedic bez lékaře, široká členská základna a velké

množství cestovatelů a horolezců navštěvující nejvyšší světové velehory. Celkem se letos zúčastnilo 44 účastníků a 14 přednášejících. Opět můžeme konstatovat, že kvalita přednášek neklesla, naopak si dovoluji říci, že naše konference je v porovnání s jinými odbornými konferencemi mnohem zajímavější a poučnější. Všem přenášejícím i účastníkům náleží velký dík za skvělou úroveň i atmosféru. Organizaci zajišťovala, jako již poslední 4 roky, předsedkyně LK, Jana Kubalová.

Doporučení LK ČHS, články, publikace, studijní materiály, servis

Co lze nalézt na webu horosvazu:

1. Doporučení LK:

INFOCENTRUM	HORY	SOUTĚŽE	SKALNÍ OBLASTI ČR	MEDICÍNA	METODIKA	BEZPEČNOST	VÍCE O ČHS	KONTAKTY
								
HOROSVAZ.CZ > METODIKA/BEZPEČNOST > METODIKA/BEZPEČNOST - MEDICÍNA > DOPORUČENÍ LÉKAŘSKÉ KOMISE 13. ŘÍJEN 2010								
LÉKAŘSKÁ KOMISE ZPRÁVY O ČINNOSTI LÉKAŘSKÉ KOMISE DOPORUČENÍ LÉKAŘSKÉ KOMISE KE STAŽENÍ BULLETINY LK ČHS HLÁŠENÍ ÚRAZŮ ODBORNÉ ČLÁNKY A INFORMACE MEDICÍNA NA WEBU VYHLEDÁVÁNÍ <input type="text"/> <input type="button" value="OK"/> Hlavní partner ČHS	Doporučení lékařské komise DOPORUČENÍ LÉKAŘSKÉ KOMISE ČHS - ke stažení: 1. DOP č.1 - VYBAVENÍ PRO NOUZOVÉ SITUACE 2. DOP č.2 - LÉKÁRNIČKA HOROLEZCE - ZDRAVOTNICKÝ MATERIÁL - základní modul 3. DOP č.3 - LÉKÁRNIČKA HOROLEZCE - LÉKOVÉ VYBAVENÍ + VADEMEKUM 4. DOP č.4 - PŘEDEPISOVÁNÍ LÉKŮ LAIKŮM DO EXPEDIČNÍ LÉKÁRNY - PŘÍLOHA Č.1 - SEZNAM LÉKAŘŮ - PŘÍLOHA Č.2 - FORMULÁŘ 5. DOP č.5 - OMRZLINY - LÉČBA V TERÉNU - LAIK 6. DOP č.6 - OMRZLINY - LÉČBA - pro lékaře	ČLENSKÉ PŘÍSPĚVKY POJIŠTĚNÍ NABÍDKA ZBOŽÍ ODDÍLY KALENDÁŘ AKCÍ FORUM DISKUZE NOVINKY EMAILEM RSS 						

2. Kartičky první pomoci ke stažení:

HOROSVAZ.CZ > METODIKA/BEZPEČNOST > METODIKA/BEZPEČNOST - MEDICÍNA > KE STAŽENÍ		13. ŘÍJEN 2010
LÉKAŘSKÁ KOMISE ZPRÁVY O ČINNOSTI LÉKAŘSKÉ KOMISE DOPORUČENÍ LÉKAŘSKÉ KOMISE KE STAŽENÍ BULLETINY LK ČHS HLÁŠENÍ ÚRAZŮ ODBORNÉ ČLÁNKY A INFORMACE MEDICÍNA NA WEBU VYHLEDÁVÁNÍ <input type="text"/> <input type="button" value="OK"/> Hlavní partner ČHS 	Ke stažení <p style="text-align: center;">PRVNÍ POMOC RYCHLE - STRUČNĚ - AKTUÁLNĚ</p> <p>Zde budou postupně uvedeny karty se zjednodušenými postupy první pomoci. Jsou určeny k zalaminování do fólie a slouží jako "taháky" do lékárníčky. 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 udělat. Karty jsou ve formátu A6 (k zalaminování do lékárníčky), popř. je zde uveden i originál ve formátu A4.</p> <p>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.</p> <ol style="list-style-type: none"> PRVNÍ POMOC PŘI NEHODĚ V HORÁCH STRANA 1 formát A4 formát A6 STRANA 2 formát A4 formát A6 OMRZLINY - PRVNÍ POMOC STRANA 1 formát A4 formát A6 NEMOC Z VÝŠKY - PRVNÍ POMOC + INFO O AKLIMATIZACI STRANA 1 formát A4 - první pomoc STRANA 2 formát A4 - pravidla aklimatizace MALÝ ZDRAVOTNICKÝ SLOVNÍČEK VERZE ČESKO-ANGLICKÁ 269,4 KB 	ČLENSKÉ PŘÍSPĚVKY POJIŠTĚNÍ NABÍDKA ZBOŽÍ ODDÍLY KALENDÁŘ AKCÍ FORUM DISKUZE NOVINKY EMAILEM RSS 

- Schůze Medcom UIAA a symposium o horské medicíně, listopad 2009, Káthmándú, Nepál /Höschlová/

V roce 2010:

- Hypoxia – Innsbruck, leden 2010 /Kubalová/
- Světový kongres High Altitude Medicine and Physiology, schůze Medcom UIAA a ICAR – Arequipa, Peru, srpen 2010 /Kubalová/
- CISA – IKAR – 62. mezinárodní konference, Vysoké Tatry, Starý Smokovec, říjen 2010 /Kubalová/
- Forum Bergmedizin v Garmisch-Partenkirchenu, listopad 2010 /Rotman/

Na některé pracovní cesty byl z rozpočtu vyplacen příspěvek. Viz rozpočet 2010.

Čerpání rozpočtu 2010

V letošním roce bude rozpočet kompletně vyčerpán. Rozpočet dosud není uzavřen, zůstatek bude ještě čerpán na nákup umělých poranění, které jsme byli dosud nuceni zapůjčovat, a které využíváme při kurzech první pomoci. V příloze schválený rozpočet + čerpání k 29.11.

Rozpočet 2010		
Komise - LÉKAŘSKÁ		
Plánované akce / výdaje komise		
Položka	plánované náklady	termín čerpání (měsíc)
Pelikánův seminář	Kč 18 000,00	říjen (čerpáno 15 862 Kč)
Forum Bergmedizin v Garmisch-Partenkirchenu	Kč 8 000,00	12.- 13.11.2010/Rotman (čerpáno 7 517 Kč)
62. IKAR general assembly	Kč 8 000,00	Kubalová/říjen (vyčerpáno 8 000 Kč)
pošta, ostatní náklady	Kč 2 000,00	po celý rok
celkem	36 000,00 Kč	
Plánovaná účast na zasedání odborných komisí UIAA / IFSC / ISMF		
Název akce / položka	plánované náklady	termín konání
kongres ISSM, schůze LK UIAA, Arequipa, Peru	Kč 20 000,00	7 - 12. 8. 2010/Kubalová (čerpáno 20 000 Kč)
celkem	20 000,00 Kč	
Poplatky odborným komisím UIAA / IFSC / ISMF		
Druh poplatku (členský, ...)	výše poplatku	termín uhrady
celkem	- Kč	
Celkem	56 000 Kč	celkem dosud čerpáno 51 379 Kč

Sestavil: Kubalová, 29. 11. 2009

Plány LK na rok 2011

Některé úkoly pro rok 2011 opět nejsou ohraničeny pouze na jeden rok. Všechny plánované úkoly považujeme za důležité, v případě nesplnění budou převedeny do dalšího roku.

- Pokračovat v zavedené koncepci práce, viz dokument na stránkách LK
 - Dokončení metodických materiálů pro instruktory horolezectví (dokončena nyní všechna specifická vysokohorská témata + základní první pomoc) budou dostupná na www.horosvaz.cz,
 - Výuka, popularizace specifických horských témat mezi horolezci, lékaři a dalšími zdravotníky
- Překlady nových doporučení Medcom UIAA, v současné době již realizovány 2 překlady, bude publikováno na www.theuiaa.org
- Spolupráce s Masarykovou univerzitou Brno, Fakultou sportovních studií – spolupráce na projektu „Na hřišti i na vodě být s dětmi vždy v pohodě“.
 - vytvoření metodického materiálu – Rizika pobytu ve vysokohorském prostředí (výukové DVD + doplňující přednášky).
 - Vytvořený materiál bude závazný pro všechny školské pracovníky v ČR.
 - Termín dokončení materiálů je v prosinci 2012.
 - 1. film: rizika pohybu ve volném zasněženém terénu , lavinová nehoda + záchrana, hypotermie
 - 2. film: příprava a realizace expedice ve vysokohorském prostředí
- Diplom horské medicíny – v letošním roce plánujeme dokončení přípravy a přijetí do systému vzdělávání UIAA, ICAR, UM, event. zahájení kurzu.
- Vytvoření sítě lékařů dostupných pro vyšetření a hodnocení zdravotního stavu instruktorů horolezectví + vytvoření specifického formuláře.
- Dokončení jednání s firmou Singing Rock – výroba lékárničky dle doporučení LK ČHS.
- Mountainmed 2011 – hypotermie úrazová i léčebná, laviny (pro lékaře a další zdravotnické pracovníky).
- Pelikánův seminář 2011 – pro zdravotníky i zájemce ze stran nezdravotnické veřejnosti.

Všem členům lékařské komise i externím spolupracovníkům velký dík za práci v LK v roce 2010. Práce pro LK ČHS je vykonávána ve volném čase, při plném vytížení ve vlastním pracovním poměru, bez nároku na odměnu. Jedinou odměnou zůstává dobrý pocit z odvedené práce, lektorné za odučený kurz a malý příspěvek na vybrané, předem schválené pracovní cesty.

Zapsala: 25. 11. 2010, MUDr. Jana Kubalová
Předsedkyně LK ČHS