

DOŠKOLENÍ INSTRUKTORŮ ČHS

PRVNÍ POMOC + ZÁCHRANA – PROPOZICE KE KURZU

MÍSTO KONÁNÍ: Vysočina – Žďárské vrchy – Blatiny 33 – Grunt VHS Brno.

UBYTOVÁNÍ: Info o ubytování viz: <http://www.vhsbrno.cz/blatiny/>
Ubytování je objednané pro všechny přihlášené. Cena 120 Kč/os./noc – platí se na místě.

STRAVOVÁNÍ: Vlastní – na Gruntu je možné si uvařit ve dvou základně vybavených kuchyňkách nebo využít několika hospod v blízkém či vzdálenějším okolí (otvírací doba hospod je ale v tomto období nejistá).

TERMÍN: 6.11. – 8.11. 2015

SRAZ – ZAČÁTEK KURZU: 6.11. 2015 – **v 19:00** – prosíme o dochvilnost !!!

PŘEDPOKLÁDANÝ KONEC KURZU: 8.11. 2015 – cca do 16:00

ZÁVAZNÉ POTVRZENÍ ÚČASTI: do 1.11.2015 do 19:00 na e-mail: martinhonzik@seznam.cz

CO S SEBOU:

- Komplet vybavení (lezecký matroš), které vozíte s sebou, když jedete s nováčky lézt na skály nebo do hor.
- Sada prusíkovacích smyček \varnothing 6 mm (minimálně 1 x 3 m, 2 x 1,5 m, vřele doporučen i 1 x 5 m).
- **Helmu!!!**
- Lékárničku, ALU – fólii, čelovku, nůž.
- Žďárák – ideální pro dvě osoby.
- Blok na poznámky + psací potřeby.
- Karimatka – na nácviky – budeme se válet po zemi.
- Většinou budeme venku (za každého počasí) – takže tomu přizpůsobte oblečení a další vybavení.
- Kdo má, tak i teleskopické hůlky.
- Další dle vlastního uvážení a zkušeností.

OBECNÉ INFORMACE: Jedná se o víkendový kurz (pátek večer – neděle večer) a je určen pro stávající instruktory ČHS. Jeho cílem je aktualizace vašich znalostí, které jste získali na kurzech v minulosti. Kurz bude realizován zejména formou praktických nácviků. Součástí doškolení bude i seznámení s novinkami z oblasti první pomoci a horské medicíny. V závěru kurzu proběhne rutinní praktické přezkoušení (postup při poskytování první pomoci + resuscitace atd. + základní uzly) – netřeba se bát – budeme to vše v průběhu kurzu nacvičovat.

HLAVNÍ TÉMATA:

- Postup při nehodě + první pomoc
- Úrazy končetin



Český horolezecký svaz

- Nehoda v lezeckém terénu
- Horská medicína

PROGRAM:

Pátek

Postup při nehodě

Postup při první pomoci

Prvotní vyšetření + život zachraňující výkony

Sobota

Resuscitace

Celkové vyšetření + anamnéza

Praktické nácviky

Horská medicína

- Podchlazení
- Omrzliny
- První pomoc při lavinové nehodě
- Nemoc z výšky
- Nácvik použití přetlakového vaku

Praxe na skalách – řešení nehody v lezeckém terénu

- Zopakování základů lanových technik
- Dopomoc spolulezci
- Spuštění a slánění s postiženým
- Vytažení spolulezce na štand
- Kladkostroje + využití protiváhy

Záchranná akce – řešení modelové situace

- ošetření + improvizovaný transport

Prezentace instruktorů - nehody a „skoronehody“ z vlastní praxe

Trauma z visu

Neděle

První pomoc – praxe

- Ošetření úrazů
- Improvizované fixace
- Využití dlah SAM Splint
- Improvizované transportní prostředky
- Zajištění pacienta ve stěně při nehodě v lezeckém terénu

Závěrečné praktické přezkoušení

- Základní postup při poskytování první pomoci
- Resuscitace, celkové vyšetření, polohování
- Základní uzly

Ukončení doškolení

DOMÁCÍ ÚKOL NA DOŠKOLENÍ:

Každý, kdo byl svědkem nebo přímo aktérem nějaké nehody nebo i „skoronehody“ (stačilo málo a nehoda se stala) nebo došlo k selhání materiálu či lidského faktoru atp. tak si připravte krátkou prezentaci s důrazem na příčiny problému a také na případnou prevenci. Foto či videodokumentace je vítána – k dispozici bude notebook + datový projektor.

Zn.: „Ať se vzájemně poučíme!“

LEKTOŘI:

Martin Honzík, Jana Kubalová, Pavel Neumann, Zuzana Chovanečková

Případné dotazy zodpovím na e-mailu: martinhonzik@seznam.cz nebo na tel.č.: 605 503 720 – Martin Honzík.

PŘÍJEZD DO MÍSTA KONÁNÍ KURZU:

