

СМІРНОВ Богдан, курсант 208 н. в.
факультету №3, Донецький державний
університет внутрішніх справ

КАБІЦЬКА Оксана, старший викладач
кафедри спеціальної фізичної та
домедичної підготовки, Донецький
державний університет внутрішніх
справ

ЯК ЕФЕКТИВНО ПЕРЕДАВАТИ ТА ОТРИМУВАТИ ІНФОРМАЦІЮ ПІД ЧАС НАДАННЯ ДОМЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ

Перша допомога часто надається у стресових ситуаціях. Час обмежений, ситуація швидко змінюється, а від дій людини може залежати її життя. У таких ситуаціях дуже важлива ефективна комунікація. Однак стрес може негативно вплинути на мислення людини, її вміння говорити та слухати, що ускладнює комунікацію. Постраждалі в стані стресу можуть відчувати біль, страх, паніку і дезорієнтацію, що може ускладнити сприйняття і передачу інформації.[4] Постраждалі можуть бути не в змозі чітко говорити, описувати симптоми або

відповідати на запитання. Для осіб, які здійснюють домедичну допомогу втома, тривога і страх зробити помилку можуть призвести до нерозуміння. Вони можуть говорити надто швидко, нечітко вимовляти слова або використовувати незрозумілу термінологію. Необхідність приймати рішення і діяти швидко в умовах обмеженого часу може призвести до поспіху і непорозумінь. Може не вистачити часу, щоб зібрати всю необхідну інформацію або чітко пояснити свої дії. На місці події може бути багато людей (постраждалі, свідки, рятувальники), що ускладнює координацію дій та обмін інформацією. Важливо чітко визначити, хто за що відповідає, і забезпечити ефективний обмін інформацією між усіма учасниками. Сирени, крики та шум транспорту можуть ускладнити сприйняття інформації. [2] Важливо спілкуватися в тихих місцях або використовувати спеціалізовані засоби зв'язку (наприклад, рації). Люди, які надають допомогу, можуть мати різний рівень підготовки та досвіду, що може призвести до непорозумінь і помилок у спілкуванні. Важливо використовувати просту, зрозумілу мову, уникати жаргону і переконатися, що всі учасники правильно

розуміють один одного. Регулярні тренінги та симуляції можуть допомогти розвинути навички ефективної комунікації в умовах стресу. Важливо відпрацьовувати різні сценарії, щоб бути готовим до будь-якої ситуації. Навчання має включати не лише теоретичні знання, а й практичні навички, такі як активне слухання, постановку запитань і надання чітких інструкцій. Говоріть чітко та уникайте використання жаргону без необхідності. Використовуйте прості речення та уникайте двозначності. Наприклад, краще сказати «серце потерпілого швидко б'ється», ніж «у пацієнта тахікардія». Уважно слухайте потерпілого і ставте уточнюючі запитання, щоб переконатися, що інформація зрозуміла правильно. Проявіть емпатію та підтримку, щоб заспокоїти жертву та побудувати довіру. Наприклад, якщо потерпілий згадує про біль у грудях, запитайте: «Де саме болить? Який саме біль? Як довго триває біль?». Використовуйте зоровий контакт, жести та міміку, щоб підкреслити важливість інформації та заспокоїти жертву. Невербальні сигнали можуть відрізнятися в різних культурах, і це важливо враховувати. Наприклад, якщо ви хочете заспокоїти

жертву, ви можете покласти руку їй на плече або взяти її за руку. Якщо підтримку на місці надають кілька людей, важливо скоординувати їхні дії та уточнити їхні ролі. Використовуйте рації або інші засоби зв'язку для обміну інформацією та координації дій. Наприклад, один рятувальник може оцінювати стан потерпілого, інший відповідати за зупинку кровотечі, а третій – за підготовку до транспортування. Намагайтеся зберігати спокій і контролювати свої емоції навіть у складних і стресових ситуаціях. [2] Важливо пам'ятати, що ваша ситуація може бути передана потерпілому, а також зберігати позитивний настрій і впевненість у собі. Якщо ви відчуваєте, що панікуєте, зробіть глибокий вдих, щоб заспокоїтися. Ефективна комунікація в умовах стресу - ключ до успішного надання першої допомоги. Розвиток комунікативних навичок, таких як чітке і лаконічне висловлювання, активне слухання, використання невербальної комунікації, координація поведінки і контроль емоцій, може врятувати життя і зменшити ускладнення, гарантуючи, що інформація буде передана і сприйнята ефективно.

Список використаних джерел:

1. Про удосконалення підготовки з надання домедичної допомоги осіб, які не мають медичної освіти Наказ МОЗ України від 04.08.2021 №1627

URL:

https://zakononline.com.ua/documents/show/504226_688328#n9

2. Про затвердження порядків надання домедичної допомоги особам при невідкладних станах. Наказ МОЗ України від 09.03.2022 №441.

URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0356-22#Text>

3. Про екстрену медичну допомогу: Закон України від 30.12.2022 року. Ст. 340. (з наступними змінами та доповненнями).

URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5081-17#Text>

4. Про затвердження Порядку підготовки та підвищення кваліфікації осіб, які зобов'язані надавати домедичну допомогу: Постанова КМ У від 21 листопада 2012 року. №: 1115 (з наступними змінами та доповненнями).URL:

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1115-2012-%D0%BF#Text>