

Statystyka pierwszej pomocy na spływach kajakowych

Wyniki ankiety przeprowadzonej wśród Starszych Instruktorów SIMS PZKaj w marcu 2022 r. W ankiecie udział wzięło 18 osób.

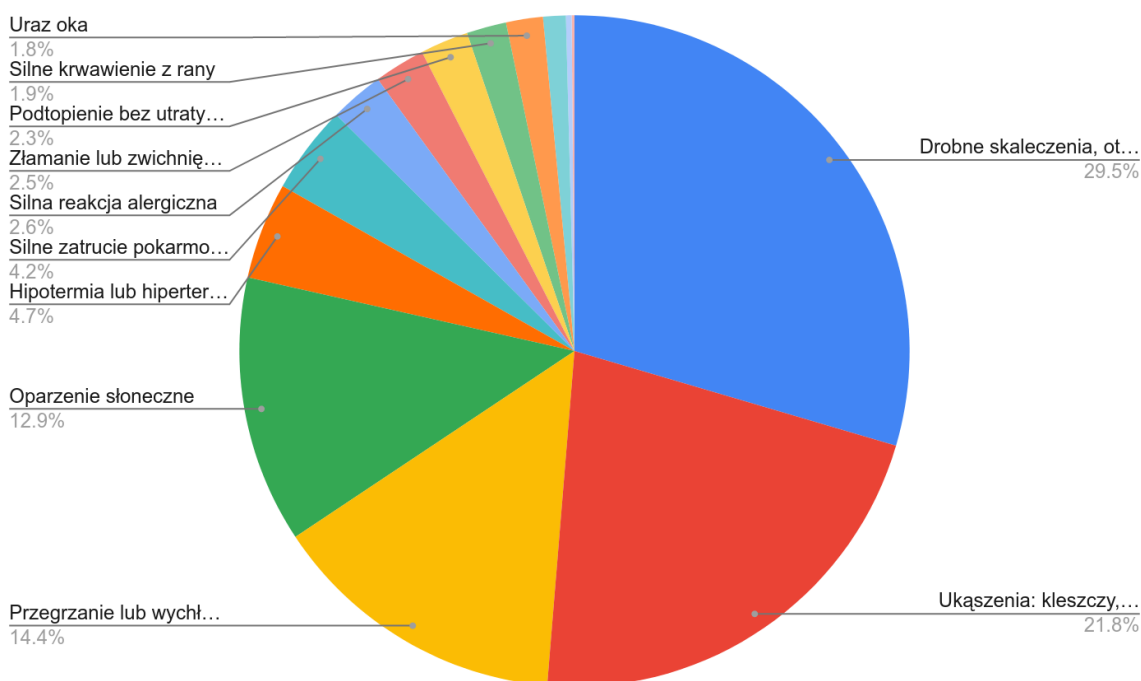
Wyniki opracował Bartosz Sawicki. Licencja: CC BY-SA 3.0

Podsumowanie

- Doświadczenie osób prowadzących od wielu lat spływy i szkolenia kajakowe pokazuje, że najczęstszymi zdarzeniami wymagającymi pierwszej pomocy są: drobne skaleczenia, ukąszenia, przegrzanie, wychłodzenie, oparzenia słoneczne. Są to typowe zdarzenia związane z przebywaniem w otoczeniu naturalnym.
- Wielu ankietowanych spotkało się z poważnymi urazami kajakowymi takimi jak hipotermia, podtopienie bez utraty świadomości, złamanie lub zwichnięcie kończyny.
- Stosunkowo rzadkie są rany z silnym krwawieniem, urazy oczu i zadławienia.
- Zdarzenia o dużym ryzyku śmierci takie jak topielec z utratą przytomności, zawał serca, czy udar mózgu, są bardzo rzadkie. Mała część ankietowanych spotkała się z nimi w swojej praktyce.
- W uwagach pojawiły się zdarzenia o podłożu nerwowym, takie jak ataki paniki, tężyczka i hiperwentylacja.

Wskazane jest uwzględnienie tych wniosków przy ustalaniu programu kursów pierwszej pomocy organizowanej dla kajakarzy.

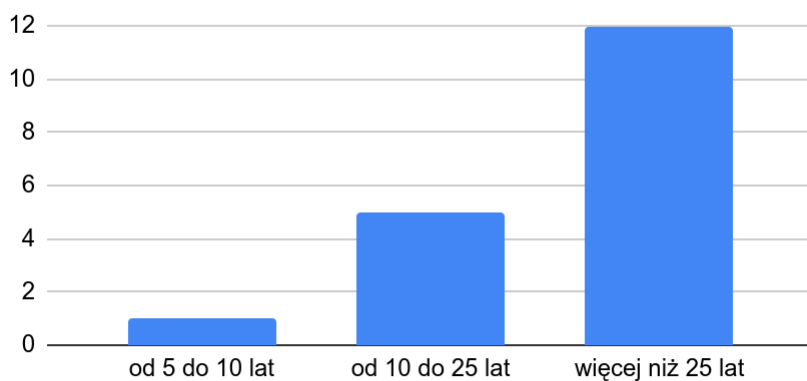
Wyniki zbiorcze



Zdarzenie	średnia liczba zdarzeń na osobę	procent
Drobne skaleczenia, otarcia	21.6	29.5%
Ukąszenia: kleszczy, węży i inne	15.9	21.8%
Przegrzanie lub wychłodzenie	10.5	14.4%
Oparzenie słoneczne	9.4	12.9%
Hipotermia lub hipertermia	3.4	4.7%
Silne zatrucie pokarmowe	3.1	4.2%
Silna reakcja alergiczna	1.9	2.6%
Złamanie lub zwichnięcie kończyny	1.8	2.5%
Podtopienie bez utraty przytomności	1.7	2.3%
Silne krwawienie z rany	1.4	1.9%
Uraz oka	1.3	1.8%
Zadławienie	0.8	1.1%
Topielec z utratą przytomności	0.2	0.3%
Zawał serca	0.1	0.1%
Udar mózgu	0	0.0%

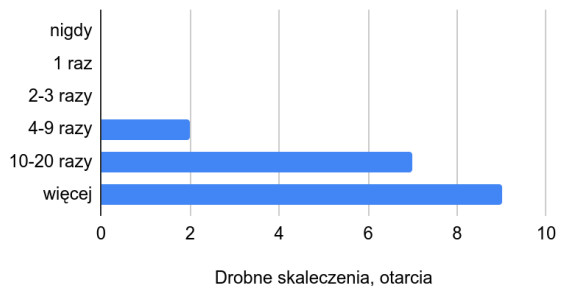
Wyniki szczegółowe

Od ilu lat pływasz kajakami?



Od ilu lat pływasz kajakami?

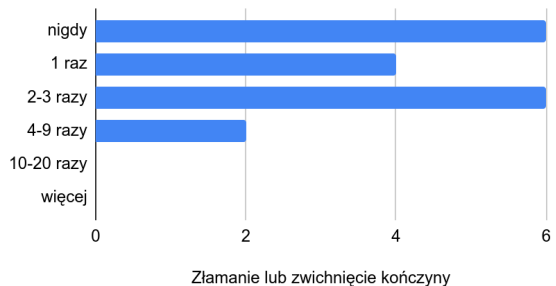
Drobne skaleczenia, otarcia



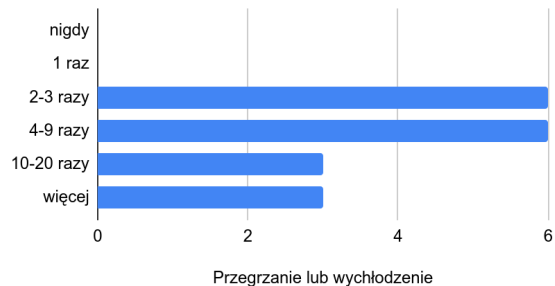
Silne krwawienie z rany



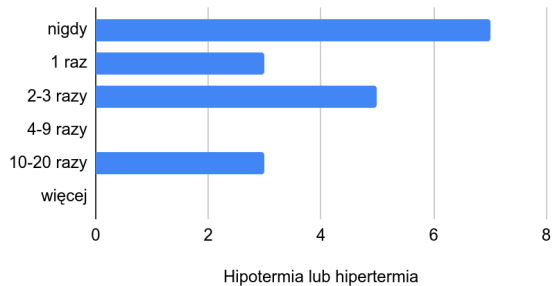
Złamanie lub zwichnięcie kończyny



Przeżranie lub wychłodzenie



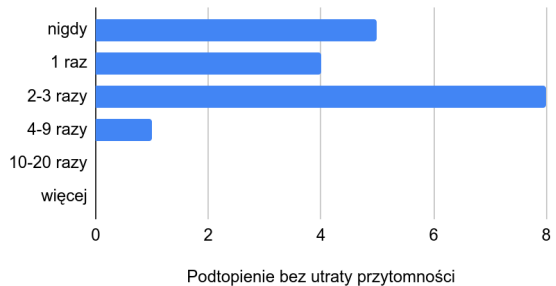
Hipotermia lub hipertermia



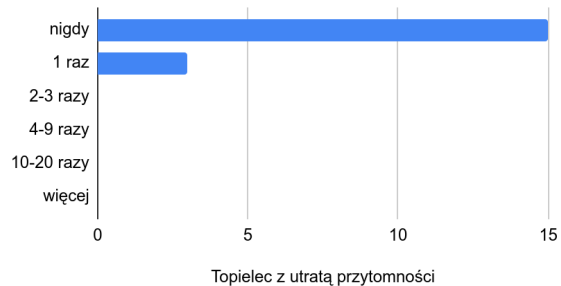
Silne zatrucie pokarmowe

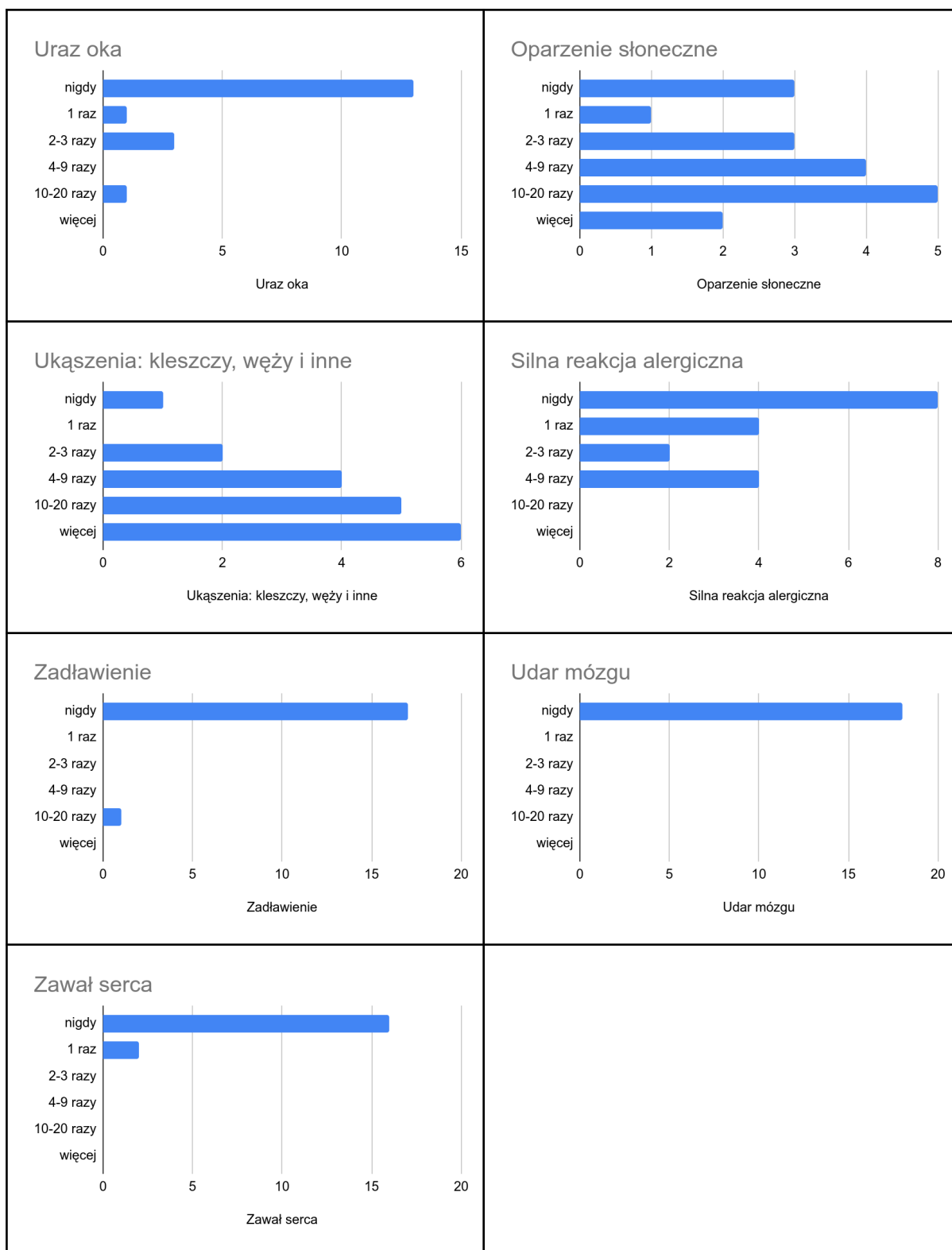


Podtopienie bez utraty przytomności



Topielec z utratą przytomności





Inne zdarzenia opisane w ankietach:

- Zakładam, że wychłodzenie to stan jeszcze przed pierwszymi objawami hipotermii, w związku z tym zakładam, że w zasadzie wpisane jest w ten sport. Przypadki hipotermii, z którymi się spotkałem to 1 stopień. Miałem przypadek mocnego urazu głowy, ale bez utraty przytomności. Miałem przypadek reakcji alergicznej ale nie było to wstrząs anafilaktyczny. Wziąłem pod uwagę również outdoor poza kajakami.
- Odciski na dłoniach - setki razy

- *Nadużycie alkoholu, narkotyków, albo pomieszenie tego.*
- *Inne niekoniecznie, ale zwichnięcie jedno to było wypadnięcie barku, które w kajakach jest spotykane. Warto powiedzieć w trakcie szkolenia, że zabezpieczenie takiego barku jest odrobinę inne, niż treningowe zabezpieczanie zdrowego barku. (reakcje bólowe uszkodzonego mogą ograniczyć podręcznikowe zabezpieczenie)*
- *Oparzenie (ognisko, kuchenka, gotowanie) - zdarzyło ponad 10 razy*
- *Panika*
- *Tężyca i hiperwentylacja pod wpływem stresu. Tężyca doprowadziła do niekontrolowanych skurczów mięśni łącznie z blokadą przepony co doprowadziło do zaburzeń oddechowych. Brak możliwości wzięcia pełnego oddechu z kolei spowodował przyspieszone, krótkie oddechy i nastąpiła hiperwentylacja. Udzieliłem pierwszej pomocy, uszkodzona została odwieziona do szpitala.*
- *Połamane żebra i związana z tym odma opłucnej*