

Михайло МАЗУР
викладач кафедри
спеціальних дисциплін та
професійної підготовки
факультету №1 КННІ ДонДУВС

ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТА ДО ФІЗИЧНИХ ТА ПСИХОЛОГІЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ ПІД ЧАС РОБОТИ У ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Враховуючи особливості викладання дисципліни «Домедична підготовка» курсантам закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання, та маючи на меті якісну та всебічну підготовку майбутніх правоохоронців до виконання надскладних завдань, що на сьогодні стоять перед НПУ, маємо вирішувати актуальні питання створення умов для покращення рівня підготовленості ЗВО у розрізі завдань та цілей вивчення навчальної дисципліни [5, С. 12].

Навчальні тренінги у курсі «Домедичної підготовки» з тематичних напрямків «Підготовка до транспортної евакуації», «Первинний травмо-огляд», «Допомога та фіксація постраждалих при ДТП, із відпрацюванням навичок евакуації постраждалого з транспортного засобу із проведенням одночасної та правильної фіксації голови та із зняттям мотошолому», «Сортування постраждалих при масових травмуваннях з великою кількістю поранених. Командна робота», «Травми та транспортна іммобілізація», - передбачають відпрацювання прийомів та маніпуляцій за чітким алгоритмом, відповідно до вимог щодо нерухомого положення тіла постраждалого при певних умовах. Вказана задача – відпрацювати з курсантами навички та прийоми правильної та ефективної роботи на місці події, передбачає засвоєння курсантами необхідних вправ та правил задля зменшення ризиків передчасного фізичного виснаження рятувальника, розтягнень м'язів та/або травмувань зв'язок, суглобів (особливо при масових травмах, коли команда курсантів отримує значні фізичні навантаження, пов'язані з переміщенням постраждалих різноманітного ступеня тяжкості стану та з різною масою(вагою) тіла) [3, С. 22].

Мінімізації травматизму та більш якісної підготовчої частини можна досягати шляхом виконання перед тренінгами визначених вправ та комплексів вправ з курсу спеціальної фізичної підготовки. Також є потреба у адаптації загальних вправ фізичної підготовки та впровадження специфічних вправ для підготовки до безпечної роботи з вагою тіла. Різноманітні навантаження під час виконання медичних маніпуляцій та прийомів мають відпрацьовуватися після розминки, розігріву та попереднього якісного розтягнення задіяних груп м'язів та зв'язок [1, С. 22].

Крім підготовчих заходів під час виконання деяких специфічних прийомів є потреба у відпрацюванні безпечних для здоров'я рятувальника позицій та стійок. Робота з різною вагою людського тіла має виконуватися із

збереженням нерухомого положення хребта постраждалого, якого переміщують. Для виконання вказаної маніпуляції необхідно, крім злагодженої роботи учасників тренінгу-для забезпечення синхронності, члени команди мають разом виконати спочатку ряд простих дій, з яких складаються складні прийоми[2, С. 124].

Таким чином огляду на необхідність засвоєння навичок із психофізіологічної підготовки до виконання завдань у екстремальних умовах, є потреба у включенні до методики проведення тренінгів відпрацювання навичок та прийомів з домедичної допомоги варіантів відпрацювання тієї чи іншої вправи в умовах, що наближені до можливих у реальності, тобто із штучним створенням імітації гучного фону, галасу, криків та стогнів травмованих людей(постріли, вибухи, звук сирени та ін..), вербального негативного впливу, додавання факторів обмеження часу, симуляцій витікання крові, масштабних поранень і важких вражаючих травм та інших елементів стресової ситуації.

Список використаних джерел

1. Домедична допомога (алгоритми, маніпуляції): Методичний посібник / [В.О. Крилюк, С.О. Гур'єв, А.А. Гудима та ін.] К.: НВП "Інтерсервіс", 2014. 84 с.
2. Екстрена та невідкладна медична допомога. Том І: допомога травмованим на догоспітальному етапі: національний підручник / В.О. Крилюк, С.О. Гур'єв, Г.В. Загорій, А.А. Гудима, Н.І. Іскра та ін. Київ. 2017. 504 с.
2. Медичний захист військ: навчальний посібник / [С.О. Гур'єв, Ю.В. Шкатула, В.П. Печиборщ та ін.] Суми: Сумський державний університет, 2017. 175 с.
3. Методичні вказівки до практичного заняття «Базове підтримання життя» з дисципліни «Домедична допомога» згідно з умовами Болонського процесу / Ю. В. Шкатула, Ю. О. Бадіон. Суми: СумДУ, 2019. 19 с.
4. Методичні вказівки до практичного заняття «Такична медицина. Методи припинення зовнішньої кровотечі» з дисципліни «Медичний захист військ» згідно з умовами Болонського процесу / Ю. В. Шкатула, Ю. О. Бадіон. – Суми: СумДУ, 2018. 29 с.
5. Методичні вказівки до практичного заняття «Транспортна іммобілізація» з дисципліни «Медицина надзвичайних ситуацій» згідно з умовами Болонського процесу / Ю. В. Шкатула, Ю. О. Бадіон. Суми: СумДУ, 2015. 34 с