



ÁLTALÁNOS ISKOLA

1. ÓRA

Készítette az EFOP 1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

„Egészségügyi ellátórendszer szakmai módszertani fejlesztése” című projekt

Népegészségügyi alprojekt A/III. munkacsoportja.

A projekt a Széchenyi 2020 program keretében valósul meg.

Eredménytermék készítésének dátuma:

2019.03.20.



Egészségügyi Ellátórendszer
Szakmai Módszertani Fejlesztése
EFOP-1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanórára

Célcsoport/osztály: 8. évfolyam (1. óra)

Modul megnevezése: Egészségügyi szolgáltatások

Témakör megnevezése: Életveszélyes állapot felismerése, újraélesztés alapjai

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Feldolgozandó ismeretek: Az allergének típusai. Allergiás reakció, életveszélyes allergiás roham (anafilaxia) felismerése, laikus ellátás, mentők megfelelő értesítése, sürgősségi ABC, életveszélyes állapot felismerése, újraélesztés alapok. Teendők súlyos, sürgősségi ellátást igénylő esetekben, mentőhívás.

2. Kulcsfogalmak: allergiás reakció, allergiás roham (anafilaxia), szívmegállás, görcsroham, újraélesztés (BLS=basic life support), sürgősségi ABC (A= airways= átjárható légutak, B=Breathing=légzési munka, C=circulation=keringés)

3. Kapcsolódás a tantárgyak között: Biológia, Egészségtan, Testnevelés

4. Kapcsolódás a többi modul között: Táplálkozás, Egészséges Környezet, Digitális világ – egészségtudatos eszközhasználat

5. A foglalkozás fejlesztési eredményei: Felismeri az akut megbetegedéseket, súlyos állapotokat, tudja, mikor szükséges mentő/ügyelet/háziorvosi ellátás. Csak indokolt esetben veszi igénybe az egészségügyi ellátást. Ismeri a nem fertőző betegségek megelőzésének lehetőségeit, a teendőket súlyos vagy életveszélyes állapotok esetén. Betekintést nyer a laikus ellátásba. Tudja, hogyan kell mentőt hívni.

6. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak:

https://index.hu/belfold/2019/08/10/lodarazs_csipes_allergia_letmentes_badacsonytomaj_14_eves_fiu_mentett_eletet/ Hírfolyamból kortárs életmentés allergiás roham esetén

<https://www.youtube.com/watch?v=EN83hen4D-Y> Gyerekek EpiPen használata angolul



<https://www.youtube.com/watch?v=JKzmUtmOSO4> Epipen tájékoztató magyarul

https://www.hazipatika.com/napi_egeszseg/allergia/cikkek/mi_a_teendo_allergias_sokk_eseten/20150303144250 Szöveges tájékoztató allergiás sokkról laikusoknak

<https://www.youtube.com/watch?v=hOhDX0u7UHA> Parti őrség mentése allergiás roham esetén angolul

<https://elsosegely.hu/>

<https://vizimentok.hu/>




Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/tanulói tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
	Allergiás reakció, életveszélyes allergiás roham (anafilaxia) felismerése, laikus ellátás, mentők hatékony értesítése, újraélesztés BLS átismétlése, allergiás menetelés ismertetése	Javaslat: Ezt az órát a tanév bármely időszakában időzíthetjük, pl. erdei iskola, osztálykirándulás előtt vagy után, vakáció előtti időszakban. Előzetes, otthoni feladat (opcionális): járjanak utána fordult-e elő allergiás reakció baráti vagy családi körben, kérdezzék meg szüleiket.	egyéni munka (otthoni feladat)	
5 perc	Allergiák előfordulása.	I. Az óra/foglalkozás bevezetése: Allergiával, asztmatikus megbetegedéssel kapcsolatos ismeretek elkülönítése más eredetű megbetegedésektől. Saját allergiával kapcsolatos élmények, tapasztalatok megosztása.	Önkéntes alapon frontális megbeszélés, szemléltetés a táblán: felrajzolni ki mire allergiás, a családban mik fordulnak elő?	Tábla
10 perc	Az allergén definiálása. Az allergének típusai; a táplálékallergiák, légúti allergének, a leggyakoribb súlyos állapotot kiváltó allergének	II. Az óra/foglalkozás témájának bevezetése és ismeretátadás: Legfontosabb allergének összegyűjtése. Allergén az az anyag, ami fokozott reakciót vált ki szervezetünkben. Gyakorinak az enyhébb allergia, a túlérzékenység mondható. Gyermekkorban a táplálékallergiák fordulnak inkább elő, leginkább tej-, tojás-, szója érzékenység, melyek az életkor előrehaladtával többnyire kinőhetnek, jóindulatúak. Későbbi	frontális előadás majd megbeszélés	papír, mágnes, mágnes tábla, akár hagyományos tábla



	<p>Allergiás menetelés</p> <p>Leggyakoribb, életveszélyes állapotot előidéző allergének</p>	<p>életkorban a légúti allergének gyakoribbak, mint pl. pollen allergia. Emellett gyógyszerek, kémiai anyagok is okozhatnak túlérzékenységet.</p> <p>Allergiás menetelés ismertetése: Allergiás menetelés ábra az allergia egyes megjelenési formáit – ekcéma, ételallergia, szénanátha, asztma mutatja meg az egyes életkorokban.</p> <p><i>A leggyakoribb súlyos, akár életveszélyes állapotot előidéző allergének a földimogyoró, diófélék, hal és tenger gyümölcsei, a rovarméreg, elvéve a hirtelen lehűlés is okozhat allergiás rohamot.</i></p> <p>Fontos! Az enyhébb allergiák jóval gyakoribbak, mint a súlyos állapotok.</p> <p>Feladat: Osztályszinten felsorolni vagy kiscsoportok keretében összegyűjteni allergéneket.</p>	<p>Az allergiás menetelés szemléltetése, ábra kivetítése</p> <p>osztály- vagy csoportmunka</p>	<p>Projektor 1. Melléklet – Ábra az allergiás menetelésről</p>
10 perc	<p>Teendők sürgősségi allergiás roham esetén Allergia, sürgősségi allergiás roham (anafilaxia). Mentőhívás mikor indokolt? Mentők száma</p>	<p>III. Új ismeret átadása feladatokkal, megfigyelésekkel, gyakorlatokkal</p> <p><i>Szerintetek mikor szükséges mentőt hívni? Mikor hívunk mentőt?</i></p> <p><i>Mentő hívása tulajdonképp kiváltó októl függetlenül, de kizárólag életveszélyes, vagy életveszély közeli állapot esetén indokolt, mikor a keringés, a légzés vagy</i></p>	<p>Kiscsoportos és osztály szintű megbeszélés. 3 fős kiscsoportban eljátszani</p>	<p>projektor, laptop, internet</p>



		<p><i>a tudati állapot láthatólag sérült, vagy annak potenciális veszélye nagy!</i> <i>Pl. eszméletlen cukorbeteg, allergiás méhcsípése, nagy kiterjedésű, vagy veszélyes elhelyezkedésű forrázás, égés, egyértelmű mérgezés, különösképp aggasztó általános állapottal, végtag gyengeség, hirtelen kialakuló mozgászavar, légzési elégtelenség mellkasi panaszokkal vagy anélkül stb.</i> <i>A mentők száma: 112.</i> (Javasoljuk, hogy töltsék le a telefonjukra az elsősegély applikációt.) Példák súlyos állapotokra: - magasból zuhanás. Beszéljük át mi számít magasból zuhanásnak. Pl. csecsemő esetén ágyról esés, már saját testmagasságának megfelelő zuhanás. - ismeretlen eredetű görcs, - zavartság, eszméletvesztés - kifejezett légszomj, annak látható jeleivel, elszürkült arc, szapora légzés, fokozott légzési munka, szemmel látható fuldoklás, légúti akadály miatt, mellkasi nyomó fájdalom, kifejezett gyengeséggel kísérvé -súlyos, életveszélyes allergiás roham -végtag gyengeség, gyorsan kialakuló mozgászavar - vérvesztés -koraszülés, szülés beindulása</p>	<p>frontális előadás, megbeszélés</p> <p>páros vagy kiscsoportos munka</p>	<p>Elsősegély-applikációk, pl.: https://elsosegely.hu/cikk.631 elsosegely alkalmazas magyar ul</p> 
--	--	--	--	--



	<p>Sürgősségi ABC fogalma, jelentése (A= airways= átjárható légutak, B=Breathing=légzési munka, C=circulation=keringés) szívmegállás, görcsroham A: légút B: légzés C: keringés D: neurológiai státusz E: egyéb (körülmények)</p> <p>Sürgősségi esetek, teendő súlyos, sürgősségi ellátást igénylő esetekben, mentőhívás</p>	<p>-nagyfokú elesettség, a tudati állapot beszűkülésével, nem adekvát viselkedés stb.</p> <p><i>Súlyos, életveszélyes állapot esetén a betegek vizsgálata, ellátása a sürgősségi „ABCDE” protokoll alapján történik. A sorrend lényeges!</i></p> <p>Sürgősségi ABC (A= airways= átjárható légutak, B=Breathing=légzési munka, C=circulation=keringés, D=disability=idegrendszeri működés, E=exposure=körülmények)</p> <p>(Javaslat: angolt tanuló osztályban ne áruljuk el előre a „megoldást”, keressék ki a breathing, circulation, disability, exposure szavakat a szótárból párban vagy kiscsoportokban)</p> <p><u>Példák a sürgősségi ABC egyes elemeire:</u></p> <p>A: duzzanat szájban, garatban, rekedtség, belégzéskor sípoló hang B: szapora légzés, sípolás, gyengeség, elkékülés C: sápadt, nyirkos bőr, ájulás, aluszékonyság, hirtelen hányás, hasmenés D: zavartság, eszméletvesztés E: körülmények vizsgálat, pl. ismert allergén fogyasztása – allergia esetén életveszélyes helyzet alakulhat ki</p>	<p>frontális előadás</p>	
--	---	--	--------------------------	--



7 perc	Az újraélesztés lépései	FONTOS: mi a teendő ezekben az esetekben? felöltt értesítése, mentőhívás (Ki mikor hogyan hívhat mentőt? – tájékoztató 2. Mellékletben)	kisfilm megnézése	2. Melléklet – Mentőhívás https://www.youtube.com/watch?v=su1Hjxqydw (5p14mp) Forrás: elsosegely.hu
5 perc	anafilaxia: a szervezetnek allergének által kiváltott súlyos, generalizált, életveszélyes állapothoz vezető, immunológiai túlérzékenységi reakciója. Az EpiPen használata	Az ismeretek rendszerezése céljából az újraélesztés lépéseiről szóló videó megnézése. Beszéljük át mi a teendő anafilaxia esetén: 1. segítségért kiáltás 2. stabil oldalfekvés 3. szabad légút biztosítása az EpiPen megérkezéséig. Az EpiPen használatáról szóló kisfilm megtekintése. kb. 4p A film után előbb az osztály előtt, majd kiscsoportban játsszák el, hogy mi a teendő súlyos allergia esetén.	frontális majd kiscsoportos munka kisfilm megtekintése közösen	EpiPen használata: https://www.youtube.com/watch?v=JKzmUtmOSO4
5 perc		Erősítsük meg, hogy minden esetben azonos az ellátási út a sürgősségi ABC szerint. Foglaljuk össze, hogy mi a teendő általában véve életveszély esetén!	tanári magyarázat	2. Melléklet - Mentőhívás



		<p>Játszanak el egy szituációt, pl. valaki rosszul lesz az osztályból. Mentőhíváskor kövessék a mellékletben található leírás alapján a bejelentés folyamatát. (2. Melléklet)</p> <p>(4-5 csoportban is felkészülhetnek és bemutathatják a mentőhívást. Keressenek azokból a foglalkozáson említett példákból egyet-egyét, amikor mentőhívás szükséges.)</p>	szituációs feladat	
3 perc		<p>IV. Óra végi összefoglalás</p> <p>Megerősíteni a tanulókat abban, hogy életveszély esetén merjenek segítséget adni és kérni. Bármilyen tökéletlen segítség életet menthet!</p> <p>Javasolt, valamilyen kis emlékkártyát adni a gyerekeknek annak igazolására, hogy elsősegélynyújtás oktatásban részesültek, de felhívni a figyelmet arra, hogy hivatalos igazolást elsősegélynyújtó tanfolyamon szerezhetnek.</p> <p>Az óra zárásaként olyan cikk ismertetése, ahol kortárs mentett életet.</p> <p>Hívjuk fel a figyelmet az elsősegély tanfolyamokra.</p> <p>Javasolt: Közös keressék fel iskolaorvos rendelőhelyiségét vagy</p>		<p>iskola orvosi rendelő vagy tanári, vagy porta</p> <p>https://index.hu/belfold/2019/08/10/lodarazs_csipes_allergia_letmentes_badacsonytomaj_14_eves_fiu_mentett_eletet/?t_oken=7ec33794725d7f53660785c6be1f9994</p> <p>életmentő ismeretek középiskolásoknak:</p>



		tanárit és tekintsék, vagy beszéljék át, hogy hol van elhelyezve az iskolában Epipen.	https://elsosegely.hu/cikk.104 0.lehetsz te is eletmento
--	--	---	--



10 perces kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 8. osztály (1. óra)

Modul megnevezése: Egészségügyi szolgáltatások

Témakör megnevezése: Teendő súlyos allergiás reakció esetén

Órakeret/Időtartam: 10 perces blokk (45 perces órából/foglalkozásból kiemelve)

Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói/tanulói tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
1 perc	Allergiák előfordulása.	I. Az óra/foglalkozás bevezetése: Allergiával, asztmatikus megbetegedéssel kapcsolatos ismeretek elkülönítése más eredetű megbetegedésektől. Saját allergiával kapcsolatos élmények, tapasztalatok megosztása.	Önkéntes alapon frontális megbeszélés, szemléltetés a táblán: felrajzolni ki mire allergiás, a családban mik fordulnak elő?	Tábla
5 perc	Az allergén definiálása. Az allergének típusai; a táplálékallergiák, légúti allergének, a leggyakoribb súlyos állapotot kiváltó allergének	II. Az óra/foglalkozás témájának bevezetése és ismeretátadás: Legfontosabb allergének összegyűjtése. Allergén az az anyag, ami fokozott reakciót vált ki szervezetünkben. Enyhébb allergia, túlérzékenység viszonylag gyakori. Gyermekekben a táplálékallergiák fordulnak inkább elő, leginkább tej-, tojás-, szója érzékenység, melyek az életkor előrehaladtával többnyire kinőhetőek, jóindulatúak. Későbbi életkorban a légúti allergének gyakoribbak, mint pl. pollen allergia. Emellett gyógyszerek, kémiai anyagok is okozhatnak túlérzékenységet.	frontális előadás majd megbeszélés	papír, mágnes, mágnes tábla, akár hagyományos tábla

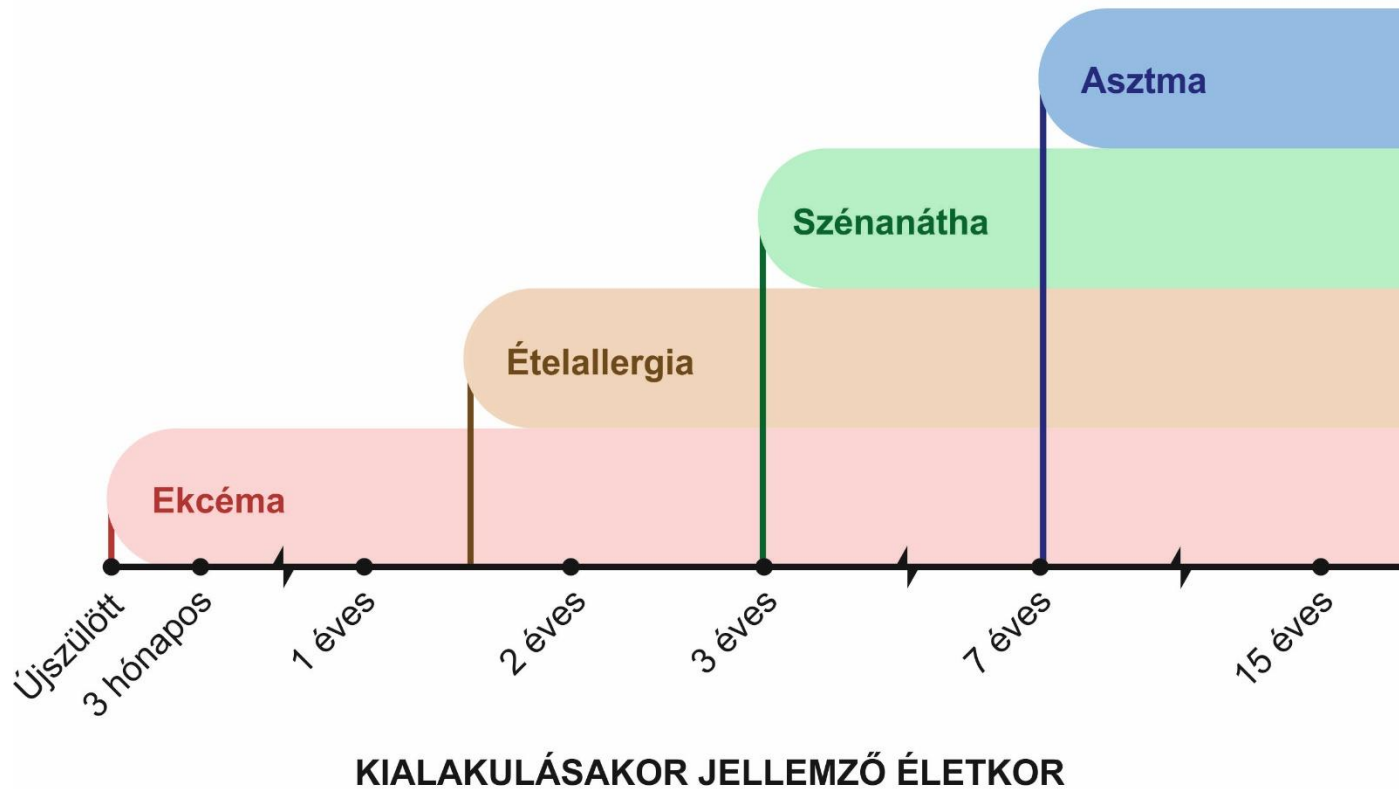


	Allergiás menetelés Leggyakoribb, életveszélyes állapotot előidéző allergének	Allergiás menetelés ismertetése: Allergiás menetelés ábra az allergia egyes megjelenési formáit – ekcéma, ételallergia, szénanátha, asztma mutatja meg az egyes életkorokban. <i>A leggyakoribb súlyos, akár életveszélyes állapotot előidéző allergének a földimogyoró, diófélék, hal és tenger gyümölcsei, a rovarméreg, elvértve a hirtelen lehűlés is okozhat allergiás rohamot.</i> Feladat: Osztályszinten felsorolni vagy kiscsoportok keretében összegyűjteni allergéneket.	Az allergiás menetelés szemléltetése, ábra kivetítése osztály- vagy csoportmunka	Projektor 1. Melléklet – Ábra az allergiás menetelésről
4 perc	anafilaxia: a szervezetnek allergének által kiváltott súlyos, generalizált, életveszélyes állapothoz vezető, immunológiai túlérzékenységi reakciója. Az EpiPen használata	<u>III. Összefoglalás Ismeretek strukturálása, rendszerezése stb.</u> Súlyos esetben (anafilaxia) ún. EpiPen használata vagy mentőhívás szükséges. Kisfilm megnézése közösen	tanári magyarázat filmnézés	EpiPen használata: https://www.youtube.com/watch?v=JKzmUtmOSO4



1. Melléklet – Ábra az allergiás menetelésről

ALLERGIÁS TÜNETEK ELŐFORDULÁSA ÉLETKOR SZERINT



Forrás: <http://asthmaallergyclinic.in/allergy/allergy-march/>



2. Melléklet – Mentőhívás

Forrás: <https://www.mentok.hu/ha-baj-van/ki-es-mikor-hivhat-mentot/>

Mentés szükségessége esetén bárki – állampolgárságtól és egészségbiztosítási jogviszonytól függetlenül – hívhat mentőt a Magyarország területén.

Hívószám: 112

Milyen esetekben hívhatjuk a segélyhívót mentőellátás céljából?

- ha életveszély, vagy annak gyanúja áll fenn (eszméletlen állapot, bármilyen eredetű súlyos vérzés stb.);
- baleset, sérülés, bármilyen eredetű mérgezés esetén;
- megindult szülés, illetve a fennálló terhesség alatt bekövetkező rendellenesség miatt;
- ha erős fájdalom, vagy más riasztó panasz, illetve tünet észlelhető (pl. fulladásérzés, nehézlégzés, végtagbénulás stb.);
- ha olyan magatartászavart észlelünk, mely során a beteg saját maga, vagy mások életét veszélyezteti.

A mentők hívószáma az ország egész területén (minden vezetékes és mobil telefonról): 112

Az Országos Rendőr-Főkapitányság a 112-es segélyhívószám használatával kapcsolatosan hasznos és részletes ismeretanyagot állított össze, amelyet a következő linkre kattintva érhetnek el: [112 tájékoztató](#)

A segélyhívás fogadása, az alapadatok rögzítése után az Országos Mentőszolgálat mentésirányítója viszi tovább a segítségnyújtást.

A szakember a megfelelő mentőegység riasztása mellett telefonon keresztül is segítséget nyújt az elsősegélynyújtásban.

Mentőhívás esetén az alábbi kérdések szerint tegyük meg a bejelentést:

1. Hol történt az eset?

Ha a cím nem egyértelmű, akkor próbálja elmagyarázni a helyszín megközelíthetőségét, gondoskodjon útbaigazító segítségről.

2. Adja meg saját nevét, telefonszámát, amin elérhető lesz.

Ha ezután megszakad a vonal, vagy új információkra van szükség, vissza tudjuk hívni. Ne felejtse el, pontatlan cím esetén a mentők nem fognak odatalálni az ön segítsége nélkül!



3. Milyen jellegű vészhelyzet áll fent, mi történt?

Szorítkozzon a tényekre, minél rövidebben és pontosabban mondja el a problémát, annál hamarabb indulhat a segítség.

A mentőknek fontos segítség, hogy megtudják, milyen, panasz, tünet észlelhető a mentésre szorulókon. Lábát, hasát fájlalja, sápadt, esetleg eszméletlen. Minden tünet fontos lehet.

4. Adjon át minden egyéb információt (pl. több sérült van, tűzoltókra is szükség van stb.), amely fontos lehet.

5. Nyújtson elsősegélyt a mentő megérkezéséig.

Ne szakítsa meg a vonalat, hiszen képzettség hiányában követheti a mentésirányító telefonos instrukcióit.

Ha nem mentést igénylő heveny megbetegedést észlel a beteg lakásán, hívja a háziorvost vagy az orvosi ügyeletet. A beteg vizsgálata alapján az orvos eldönti, hogy szüksége van-e a betegnek gyógyintézeti beutalásra és betegszállításra; ha igen, az orvos a szükséges intézkedéseket megteszi.

(Az Országos Mentőszolgálat hivatalos ajánlása)