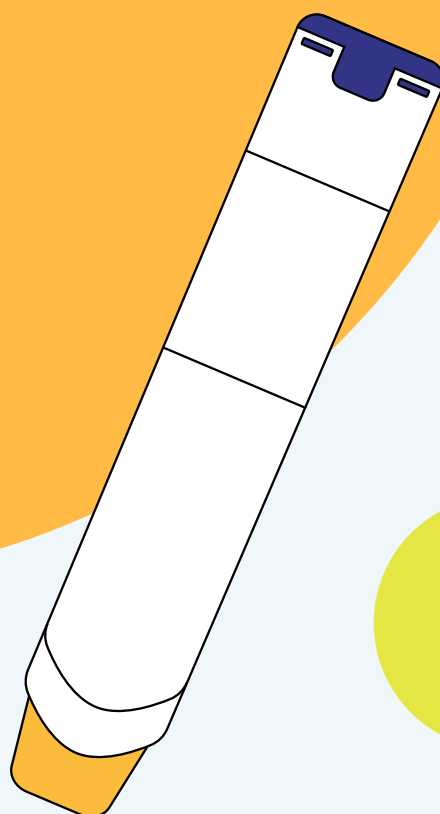
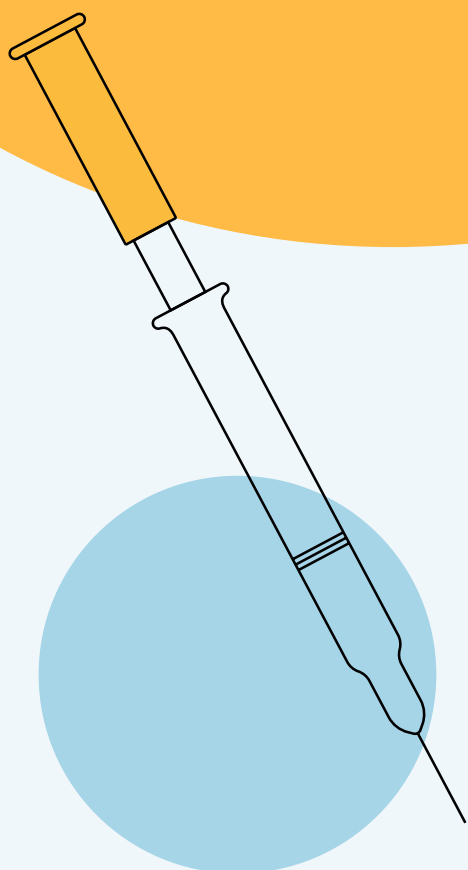


Kapitan Adrenalina

stawką jest życie



Scenariusz zajęć z udzielania
pierwszej pomocy w przypadku
wystąpienia anafilaksji

I ETAP EDUKACYJNY

CEL

Celem szkolenia jest przekazanie dzieciom podstawowych zasad bezpieczeństwa, zdobycie wiedzy teoretycznej i praktycznej z zakresu pierwszej pomocy w anafilaksji, zgodnie z wytycznymi Europejskiej Rady Resuscytacji z 2021 r. Jego założeniem jest także nauczenie odpowiedzialności za ludzkie życie oraz kształcenie odpowiednich wzorców w zakresie niesienia pierwszej pomocy od najmłodszych lat.

ODBIORCY

dzieci w wieku wczesnoszkolnym (klasy 1–3 szkoły podstawowej)

OSOBA PROWADZĄCA

ratownik medyczny, ratowniczką medyczną, pielęgniarz, pielęgniarka, lekarz, lekarka
Konspekt może być wykorzystany w ramach zajęć edukacyjnych z zakresu udzielania pierwszej pomocy oraz przez nauczycieli i nauczycielki edukacji dla bezpieczeństwa.

CZAS TRWANIA

45 minut

METODY PRACY

elementy wykładu, swobodna rozmowa, ćwiczenia na podstawie zaproponowanych rozwiązań

PRZYGOTOWANIE DO ZAJĘĆ

1. zapytaj wychowawcę lub wychowawczynię, jakie zasady organizacji pracy obowiązują w grupie (np. czy dzieci siedzą przez cały czas w ławkach, czy podnoszą ręce, gdy chcą o coś zapytać itp.)
2. przed rozpoczęciem zajęć rozłóż w ławkach wszystkie karty, ułożone w odpowiedniej kolejności
3. jeżeli dzieci nie zdążą wykonać wszystkich kart pracy, mogą skończyć je w domu
4. karty pracy dzieci mogą wypełniać indywidualnie lub w parach
5. hasła z krzyżówki warto zapisywać na tablicy (szczególnie w młodszych klasach)

FORMY PRACY

indywidualna, grupowa

MATERIAŁY DYDAKTYCZNE

1. Karta pracy – Poznajemy alergeny
2. Karta pracy – Poznajemy alergeny wziewne
3. Karta pracy – Objawy alergii
4. Karta pracy – Kiedy wezwać pomoc?
5. Karta pracy – Alergia na pokarmy
6. Karta pracy – Autowstrzykiwacz i ampułkostrzykawka

ZALECANE POMOCE DYDAKTYCZNE

1. treningowy autowstrzykiwacz
2. pluszowa zabawka
3. tablica
4. komputer z dostępem do Internetu i projektor

Po tym module dzieci wiedzą co to jest alergia, co może ją wywołać.

1. Co to jest alergia?

Opowiem Wam historię, żebyście lepiej mogli i mogły sobie wyobrazić, co będzie tematem dzisiejszych zajęć.

Pewnego dnia nasza klasa podczas lekcji robiła pizzę. Wszystkim bardzo się podobało to zadanie, a najbardziej Tadziovi, który uwielbiał pomagać w kuchni. Przygotował wszystkie składniki – pomidory, ser i oczywiście mąkę pszenną. Kiedy Tadzio zaczął się bawić mąką, nagle poczuł dziwne swędzenie w nosie i zaczął kaszleć. Jego twarz stała się czerwona, a oczy łzawiły. Bożenka, która siedziała z Tadzioem w ławce, natychmiast zauważyła, że Tadzio potrzebuje pomocy i zawołała naszą wychowawczynię. Pani Ania szybko zaprowadziła go do łazienki, żeby dokładnie umył ręce i twarz. Podała mu też leki, które zostawili jego rodzice. Okazało się, że Tadzio ma alergię i nawet samo dotyknięcie mąki pszennej może być dla niego niebezpieczne. Na szczęście są też inne mąki, którymi Tadzio może się spokojnie bawić, jeść czy przyrządzać z nich jedzenie.

Pytania do dzieci:

1. Jak myślicie, o czym będą dzisiejsze zajęcia?
2. Czy wiecie, co to jest alergia?
3. Czy znacie kogoś, kto ma alergię?

Alergia to choroba, w której organizm osoby chorej reaguje na wybrane substancje – alergeny, które mogą szkodzić uczulonej osobie. **Alergenem** może być pokarm, pyłki roślin, sierść zwierząt, leki czy jad owadów. Ktoś może być uczulony przykładowo na orzeszki, mleko czy owoce, lub tak jak Tadzio z naszej historyjki – na mąkę pszenną. Żeby było Wam łatwiej zrozumieć, czym jest alergen, wykonamy teraz 2 zadania.

ĆWICZENIE:

Karta pracy – poznajemy alergeny

Karta pracy – poznajemy alergeny wziewne

1. Co to jest alergia? cd.

Rodzajów alergii jest bardzo wiele i mogą się od siebie różnić, jednak ich konsekwencje bywają nie tylko uciążliwe, ale mogą być groźne dla zdrowia lub życia danej osoby.

ĆWICZENIE:

Karta pracy – objawy alergii

Wśród Was może być ktoś, kto ma silną alergię i wtedy trzeba bardzo na niego uważać. Jeżeli reakcja na alergen jest gwałtowna, to mówimy o **reakcji anafilaktycznej**.

Jak myślicie, co to znaczy gwałtowna? To znaczy, że objawy pojawiają się nagle po kontakcie z alergenem. Wówczas może pojawić się np. kaszel, opuchnięte oczy, usta, ból gardła, a także inne objawy.



Ważne, aby podkreślić, że:

1.
nie każda osoba będzie miała objawy alergii po kontakcie z jakimś alergenem. Wiele osób spośród tych, które mają alergię może normalnie funkcjonować z zachowaniem ostrożności na wybrane zachowania czy produkty

2.
jeżeli ktoś wie, że ma alergię, powinien unikać produktów, które uczulają – przed zjedzeniem czegoś zapytaj czy proponowane jedzenie zawiera określone alergeny itd.

CEL

Po tym module zajęć dzieci mają świadomość, że reakcja uczuleniowa nie jest błałym tematem oraz że w przypadku wystąpienia objawów alergii konieczne jest wezwanie pomocy.

INFORMACJA DLA PROWADZĄCEGO

Ważne:

Unikaj komunikatu, że ktoś umrze, jeżeli mu nie pomożemy. Stosuj komunikat pozytywny – możesz uratować życie.

5 min

2. Dlaczego alergią jest niebezpieczna?

Reakcje alergiczne mogą doprowadzić do bardzo niebezpiecznego stanu, w którym ktoś nie może oddychać. Co niezwykle ważne: nie można bagatelizować pierwszych objawów reakcji uczuleniowej. Każdy powinien umieć rozpoznać pierwsze objawy uczulenia. Wiemy doskonale, że osoby, u których alergią jest silniejsza, bez szybkiej pomocy medycznej będą czuły się coraz gorzej i w konsekwencji mogą wymagać bardzo intensywnego leczenia przez wiele dni w szpitalu lub nawet mogą umrzeć.

Każdy z nas czasami jest chory. Mieliście kiedyś wysoką gorączkę? Co wtedy robili Wasi opiekunowie? Podawali lek/ syrop na spadek gorączki. W przypadku reakcji alergicznej jest podobnie – trzeba podać odpowiednie lekarstwo, a czasem nawet zastrzyk.

Jeżeli osoba uczulona po kontakcie z alergenem zaczyna mieć objawy anafilaksji, trzeba szybko udzielić jej pomocy. Im szybciej zauważymy, że coś niepokojącego dzieje się z innym człowiekiem, tym większa szansa, że uratujemy tej osobie życie. Nawet dziecko, takie jak Ty, może zostać superbohaterem – Kapitanem Adrenaliną!

ĆWICZENIE:

Karta pracy – kiedy wezwać pomoc

CEL

Po tym module dzieci wiedzą, że osoby cierpiące na alergie bez względu na stopień ich objawów nie mogą celowo wywoływać reakcji uczuleniowej.

INFORMACJA DLA PROWADZĄCEGO

BARDZO WAŻNE:

Pytania nie powinny sugerować dzieciom, że prowokując reakcję alergiczną mogą osiągnąć dla siebie korzyść, np. odwołanie sprawdzianu. Rośnie skala przemocy rówieśniczej, której powodem jest alergia. Dzieci w różnym wieku testują czy rzeczywiście ich kolega lub koleżanka może np. spuchnąć, gdy podrzucą mu lub jej alergen do jedzenia. Robią to dla żartu lub dla osiągnięcia korzyści własnej, np. odwołania sprawdzianu z powodu konieczności wezwania do innego dziecka karetki. Powyższa historia ma pokazać dzieciom, że w przypadku reakcji alergicznej wszyscy coś tracą – bez sugerowania dzieciom, że mogą celowo wywołać reakcję alergiczną.

10 min

3. Dlaczego nie można z niej żartować i sprawdzać, czy ona jest naprawdę?

Opowiem Wam historię:

W zeszłym tygodniu nasz kolega z klasy, Kazik, miał ósme urodziny. Zaprosił nas na przyjęcie, bawiliśmy się i jedliśmy watę cukrową. Było super! Jeden z zaproszonych gości, Tymon, wpadł na pomysł zrobienia śmiesznego żartu Kazikowi. Chciał dać mu cukierek z orzechami, chociaż wiedział, że Kazik nie może ich jeść, bo ma alergię. To miało być tylko żartobliwe zaskoczenie, ale niestety, zrobił to bez zastanowienia się nad konsekwencjami. Kazik nie wiedział, że w tym cukierku są orzechy i wziął go do buzi. Już po chwili jego twarz wykrzywiła się z bólu, zaczął kaszleć, zgiął się w pól i trzymał się za brzuch. Zdaliśmy sobie sprawę, że stało się coś złego i wszyscy byliśmy przerażeni. Muzyka ucichła, a zabawa musiała zostać przerwana. Gdy rodzica Kazika zobaczyli opakowanie po cukierku i przeczytali jego skład od razu zrobili mu taki specjalny zastrzyk, który pomógł złagodzić reakcję alergiczną. Wszyscy bardzo się martwiliśmy, nikt już nie cieszył się urodzinami. Z tego doświadczenia wyciągnęliśmy ważną lekcję. Nauczyliśmy się, że alergie to coś, czym należy się poważnie zajmować. Zrozumieliśmy, że nasze działania mogą mieć poważne konsekwencje dla innych osób. Obiecaliśmy, że będziemy bardziej odpowiedzialni i będziemy dbać o bezpieczeństwo i dobro naszych przyjaciół.

Pytania do dzieci

wypisujemy emocje na tablicy:

1. Jak czuł się Kazik?
2. A jak musiał czuć się kolega, który zrobił głupi żart?
3. Jak czuli się inni uczestnicy urodzin?

ĆWICZENIE:

Karta pracy – alergia na pokarmy

CEL

Po tym module zajęć dzieci mają świadomość, że reakcja uczuleniowa nie jest błahym tematem oraz że w przypadku wystąpienia objawów alergii konieczne jest wezwanie pomocy.

INFORMACJA DLA PROWADZĄCEGO

Projekcja fragmentu filmu „Klik ratuje życie”

(zeskanuj widoczny obok kod QR lub wpisz do wyszukiwarki na YouTube „Klik ratuje życie”, pokaż dzieciom fragment od 4:16 do 7:03)

Prezentacja budowy i działania autowstrzykiwacza

*Jeżeli nie dysponujesz treningowym EpiPenem omiń ten fragment i przejdź do karty pracy.

Po odtworzeniu filmu pokaż dzieciom treningowy EpiPen i wykonaj samodzielnie na sobie symulowaną iniekcję z omówieniem. Wspomnij, że adrenalinę można podać przez ubranie (za wyjątkiem grubych spodni). Następnie pokaż, że w treningowym autowstrzykiwaczu nie ma igły, ale w prawdziwym „chowa” się.

4. Adrenalina – ratuje życie

5 min

Adrenalina jest lekiem, który szybko i skutecznie zatrzymuje reakcje uczuleniowe. Jest naszym przyjacielem, którego w tej sytuacji bardzo potrzebujemy, mimo że trzeba zrobić mało lubiane przez wszystkich zastrzyki. Podając ją szybko i skutecznie zostajemy superbohaterami, takimi jak Kapitan Adrenalina, w oczach wszystkich dookoła! Używanie i podawanie adrenaliny jest super proste i bezpieczne dzięki autowstrzykiwaczowi – to specjalny przyrząd wyglądający jak długopis, którym ratujemy życie. Może go użyć każdy w sytuacji zagrożenia – nie ma limitów wieku ani wykształcenia. Możesz użyć go również Ty, jeżeli w pobliżu nie ma osoby dorosłej.

Nie bójcie się igły, ani że kogoś może zabolować podanie adrenaliny, bo to dzięki igle można podać lek, który może uratować życie.

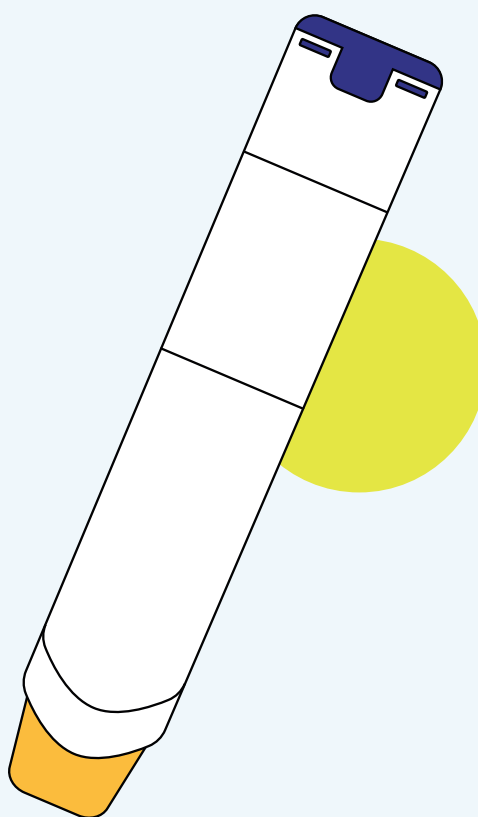


5. Ćwiczenia

ĆWICZENIE:

Ćwiczenia z używania treningowego EpiPena:

chętne dzieci wykonują podanie na pluszowej zabawce



ĆWICZENIA:

Karta pracy – Autowstrzykiwacz i ampułkostrzykawka

(jeżeli będzie za mało czasu, dzieci mogą wykonać zadanie w domu)

6.

Podsumowanie i pytania

Pytanie do dzieci:

Jak myślicie, co trzeba zrobić, jeśli widzicie, że ktoś dostał objawów alergii?

1. Zadbaj o bezpieczeństwo
2. Przerwij kontakt z alergenem
3. Głośno zawołaj dorosłego lub wyślij kogoś na poszukiwanie dorosłego
4. Jeżeli ktoś, kto ma objawy silnej reakcji alergicznej, ma przy sobie adrenalinę, podaj mu ją
5. Zadzwoń pod nr 112
6. Zostań do czasu przybycia pomocy

Szybki quiz:

1. Co to jest alergia?
 - a) choroba
 - b) sklep internetowy
 - c) państwo w Afryce
2. Jakie są pierwsze objawy anafilaksji?
wysypka, spuchnięte oczy, usta, nos, drapanie w gardle, świszczący oddech, problemy z oddychaniem, blada twarz, biegunka, ból głowy, zawroty głowy
3. Czy mamy lek ratujący życie?
 - a) tak
 - b) nie

Hasła kluczowe:

1. alergia to poważna sprawa
2. nie można bagatelizować pierwszych objawów reakcji uczuleniowej
3. autowstrzykiwacz i ampułkostrzykawka są bezpieczne i proste w użyciu, a adrenalina ratuje życie

Opracowanie merytoryczne

AdrenaLTika

Patrycja Filak

psycholożka znana na Instagramie jako @mamadajerade,
założycielka wydawnictwa Tuli Mama Tuli Tata

Joanna Kuczyńska

radca prawny, założycielka Fundacji Allergia

Agnieszka Panocka

adwokat, założycielka Fundacji Allergia

Testowanie innowacji

Twój Ratownik

Opracowanie graficzne

Goodnews Studio



AUTOR INNOWACJI

Fundacja Allergia



INKUBATOR

Włacznik Innowacji Społecznych



LIDER PROJEKTU

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej
w Poznaniu



Województwo Wielkopolskie



PARTNERZY PROJEKTU

Województwo Zachodniopomorskie



Stowarzyszenie na Rzecz Spółdzielni

Socjalnych

Publikacja powstała jako efekt testowania innowacji społecznej „Kapitan Adrenalina – stawką jest życie” w ramach inkubatora „Włacznik Innowacji Społecznych” realizowanego w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój (POWER), Oś priorytetowa: IV Innowacje społeczne i współpraca ponadnarodowa, Działanie: 4.1 Innowacje społeczne.

