

„Pirmaisiais savo gyvenimo metais Cecilija dažnai užspringdavo maistu. Tada viskas tarsi akimirkai sustoja, bet tu neturi laiko dvejoti, bijoti ir galvoti, ar viską darai gerai, ar nesuklysti - privalai veikti žaibiškai. Tik padėjusi jai atspringti suprasdavau, kaip man buvo baisu“, - gąsdinančią patirtį prisimena Indrė Stonkuvienė. Garsi moteris ir Lietuvos Raudonojo Kryžiaus (LRK) savanoriai kaip susitarę kartoja „ką išmoksi - ant pečių nenešiosi“ bei dalijasi asmenine patirtimi, kaip įgytos pirmosios pagalbos žinios gali padėti išsaugoti artimųjų ar gatvėje sutiktų praeivių gyvybes.

„Nusibrozdinimai, susižalojimai, žaizdų tvarstymas, jų perrišimas - mamų kasdienybė, todėl mes turime išmanyti kaip suteikti pirmąją pagalbą savo mažiesiems“, - sako dviejų vaikų mama I.Stonkuvienė. Tačiau tai dar nėra didžiausi iššūkiai su kuriais susiduria vaikus auginantys tėvai. I.Stonkuvienė su siaubu prisimena dukrelės Cecilijos užspringimus.

„Manau, jog tėvams ypač svarbu mokėti suteikti pirmąją pagalbą, nes, kad ir kaip baisiai tai skambėtų, begalinės tėvų meilės vieną kartą gali tiesiog neužtekti, - teigia. I. Stonkuvienė. - Cecilijai užspringus akimirksniu puldavau jai padėti. Ir dabar galvoju, kad man *žiauriai* pasisekė, jog sugebėdavau jai padėti viską darydama tiesiog iš „motiniško pajutimo“. Žinojau, kad turiu daryti viską, kad mano vaikas atspringtų. Tačiau suprantu, jog jei tuomet būčiau išklausiusi pirmosios pagalbos mokymus, savo dukrai būčiau galėjusi padėti dar efektyviau, o pati jausčiausi labiau užtikrinta“.

LRK savanoris Vytautas Jurgutis antrina I. Stonkuvienei ir dalinasi patirtimi, kai užspringus artimam žmogui buvo vienintelė dūstančiojo viltis. Jis pasakoja, kodėl norint padėti mylimam žmogui svarbu ne tik vieną kartą sudalyvauti praktiniuose mokymuose, tačiau tas žinias ir nuolat atnaujinti.

„Pirmą kartą pirmosios pagalbos mokymus išklausiau prieš 30 metų. Tačiau nelaimingas nutikimas priminė, kaip svarbu atnaujinti seniai įgytas žinias. Prieš porą metų per vakarienę mano draugė užspringo. Prisiminęs, kaip elgtis, jai padėjau, tačiau nepaisant to, savo veiksmais abejoju, jaučiausi netvirtai, nes praėjo daug metų ir natūralu, jog įgūdžiai užsimiršo. Todėl visai neseniai atnaujinau pirmosios pagalbos žinias ir išklausiau mokymus dar kartą“, - pasakoja LRK savanoris.

Ne tik artimajam, bet ir gatvėje sutiktam praeiviui

Pirmosios pagalbos žinių gali prireikti ne tik norint išgelbėti mums artimą žmogų, bet ir

gatvėje sutiktą nepažįstamąjį. I.Stonkuvienė prisimena dar vaikystėje nutikusį incidentą, kuomet važiuodama namo pamatė gatvėje epilepsijos priepuolio ištiktą žmogų.

„Kai susidūri su tuo pirmą kartą, tikrai būna nejauku – kūno nevaldomi traukuliai, iš burnos bėga putos. Tačiau tąkart praeiviai neliko abejingi – vienas vyriškis puolė žmogui į pagalbą: pasuko jį ant šono, kad neužspringtų. Manau, kad kuo daugiau visuomenės narių gebės suteikti pirmąją pagalbą, bus praėję praktinius mokymus, tuo saugesnėje visuomenėje mes visi gyvensime. Juk niekada negalime žinoti, kada šalia esantis žmogus gali susižeisti, užspringti ar jam prasidės epilepsijos priepuolis“, – teigia I. Stonkuvienė.

LRK savanoris Dainius Budnikas įsitikinęs, kad suteikti pirmąją pagalbą – mūsų visų pareiga. Jis pasakoja nutikimą, kai kitas automobilis partrenkė šalikele važiuojantį dviratininką.

„Nukentėjusiajam į pagalbą šokau nedvejodamas. Pamenu, jog jam reikėjo ne tik sutvarstyti žaizdas, nubrozdinimus, bet ir suteikti psichologinę pagalbą – padėti nurimti. Vėliau paaiškėjo, kad keliautojas mynė nuo pat kalnuotosios Šveicarijos mūsų pajūrio link. Buvo gera matyti, kad kiti praeiviai taip pat neliko abejingi – padėjo sutaisyti dviratį, gretimame name surado pirmajai pagalbai reikalingo ledo. Manau, kad šveicarų keliautojas dar ilgai Lietuvą minės geru žodžiu“, – šypsosi LRK savanoris.

Bijome „prisikarksėti“

„Dažnai girdime viešojoje erdvėje ar pažįstamųjų rate pasakojimus apie užspringimus, epilepsijos priepolius, autoavarijas ir kitas nelaimes. Tačiau dažniausiai, kai klausomės kitų nelaimingų istorijų, atrodo, kad mums taip nenuutiks. Visuomenėje vyrauja pasakymas „prisikarksėsi“: jei jau išklausei pirmosios pagalbos mokymus, ar pasirašei organų donorystės sutikimą, tai dabar būtinai kažkas tau nutiks. Turime suprasti, kad pirmosios pagalbos žinios yra gyvybiškai svarbios ir mūsų neturėtų gąsdinti jokie prietarai. Juk būtent mūsų turimi įgūdžiai gali padėti išgelbėti žmogaus gyvybę“, – sako I.Stonkuvienė.

Lietuvos Raudonasis Kryžius kviečia nelikti abejingais bei visus norinčius skatina registruotis į pirmosios pagalbos mokymus. Daugiau sužinoti apie pirmosios pagalbos mokymus ir užsiregistruoti galite čia www.antrojipagalba.lt.

