

Závěrečná zpráva ze stáže na Slovensku

2.1. – 1.3. 2024

Horská záchranná služba Malá Fatra

Petr Klimeš

Stáž u Horské záchranné služby v Malé Fatře trvá dva měsíce a je nabízena studentům zdravotnického záchranáře 2. a 3. ročníku.

Na stáž jsem vyjel sám, s velkými obavami, co od toho vlastně čekat a jaké tam bude prostředí. Na celé 2 měsíce jsem tam byl sám jediný student, a to možná ty obavy ještě více vyeskalovalo. Ale hned první den, kdy jsem tam přijel o den dříve abych se seznámil s náčelníkem a celkově s vybavením a vším co používají, ze mě strach odpadl. Přátelštější prostředí jsem si snad nemohl ani přát. Vše mi bylo krásně ukázáno, co a jak a já se o to více těšil na první den.

Dále s ubytováním bylo hodně řešení na místě, ale to bylo dáno asi nedostatečnou komunikací a také tím, že jsem tam byl jako první student.

Co se týče pracovní náplně, je to především o poskytnutí první pomoci na sjezdovce (zateplení, fixace končetin a svězt pacienta k ošetřovně) a nadále poskytování rozšířené první pomoci na ošetřovně jako takové a ve vážnějších situacích přivolání a překlad Zdravotnické záchranné službě.

Takové nejčastější úrazy jsou ve velkém případě bolest kolen nebo jiných kloubů, naraženiny, zlomeniny, vykloubené končetiny, řezné rány (od lyží), úrazy hlavy, nebo pánevní oblasti a když se naskytne příležitost tak i resuscitace.

Pokud budete aktivní a budete se chtít zapojit, můžete se vyzkoušet i různá kynologická cvičení nebo cvičení lavinové prevence a podíváte se třeba i na lavinoviště. Stačí se ptát a domluvit se s náčelníkem 😊.

Aktivít, jak během služby, tak mimo, je dost. Můžete lyžovat, skialpovat, lézt, plavat, ale mou a řekl bych že i chalanů, nejoblíbenější aktivitou bylo saunování. Stačí se zeptat a oni vás někam vezmou. A jak tohle všechno zažít? Stačí splnit pár bodů

1) Přihlas se!

Přihlášky se podávají někdy kolem března v letním semestru. V září už je pozdě! Hlavně čti školní maily, o možnostech přihlášení dostane mail se všemi instrukcemi, právě tam. Sepiš si CV (životopis) a motivační dopis. Z nějakého důvodu se na to hlásíš, tak to formálně podej a předej 😊. Máš na to zhruba týden, nebo 10 dní od dostání emailů. Pokud nad tím přemýšlíš dřív, je fajn si ho sepsat dopředu ať nestresuješ, že to takhle rychle nedáš dohromady.

2) Zvládni konkurz.

Konkurz je brnkačka. Levá zadní a za 10 minut hotovo. Budou se Tě ptát proč chceš jet, jaké máš zkušenosti s lyžemi a skialpy. **Nepřeceň své dovednosti**. Nikdo není dokonalý a pokud budeš lhát o svých dovednostech, ber v potaz, že v našem oboru jde o lidský život a ten je sakra cennější než nějaká Tvá pýcha. Bud' upřímný a řekni jaké jsou Tvé dovednosti s lyžováním a ošetřovatelstvím. Celý konkurz je v českém jazyce, tak to snad dáš! Připrav si Atlas lidského těla ve slovenštině, budou Tě z něj zkoušet, ale neboj anatomii v latině si zvládl, tak zvládneš i ve slovenštině :D. (jsou to základní slova co by mohlo někoho bolet)

3) Sepiš a zařid' si všechny papíry.

Co přesně, Ti psát nebudu, v tomhle Tě bude doprovázet inženýrka Ředinová. Krásně se s ní spolupracuje a všechno co musíš doplnit Ti postupně naposílá, takže se neboj, nedostaneš všechno hned na hlavu. Všechno si pročti, doplň, vyřid' si prohlídku u obvodního lékaře (až dostaneš formulář.), pojištění (vlastní, nebo ti ho škola zařídí) a papíry máš za sebou (ani to nebolelo).

4) Splň celé zkouškové do odjezdu :O

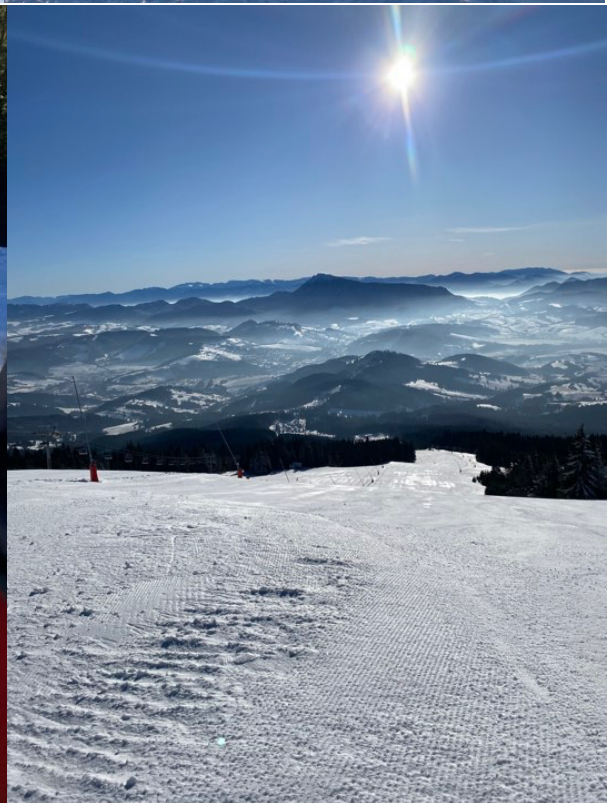
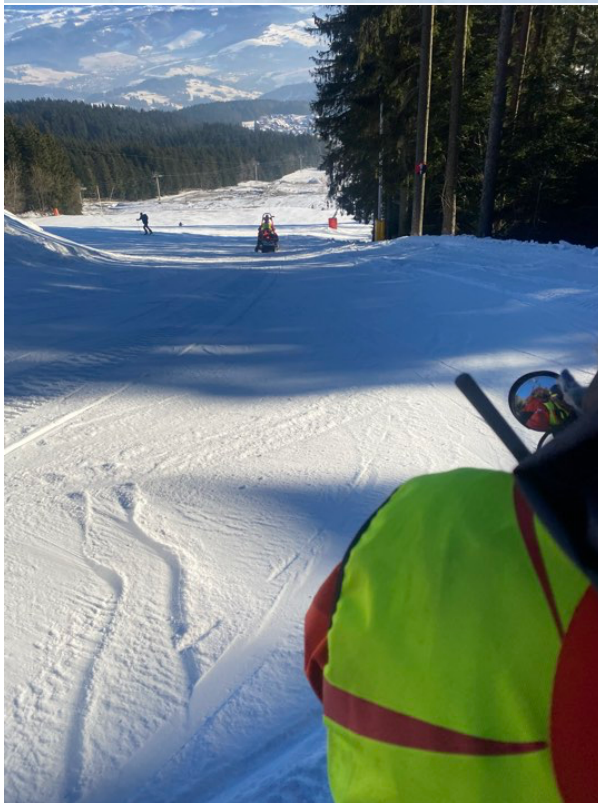
Oznam svým vyučujícím, že jedeš na stáž a zařid' si předtermíny. Většina z nich je velmi vstřícná. A nezapomeň tuto informaci předat svému ročníkovému vedoucímu. Udělej celé zkouškové do konce prosince! Je to těžký, já vím, ale zvládlo to X před Tebou, zvládneš to i Ty! Věř mi, je lepší se stresovat a kousnout se a dát to vše do termínu, než kvůli jedné zkoušce se po měsíci vracet a první měsíc tam se po večerech jen učit, aby si to zvládnul v druhém termínu a neužít si to tak naplno jak bys mohl.

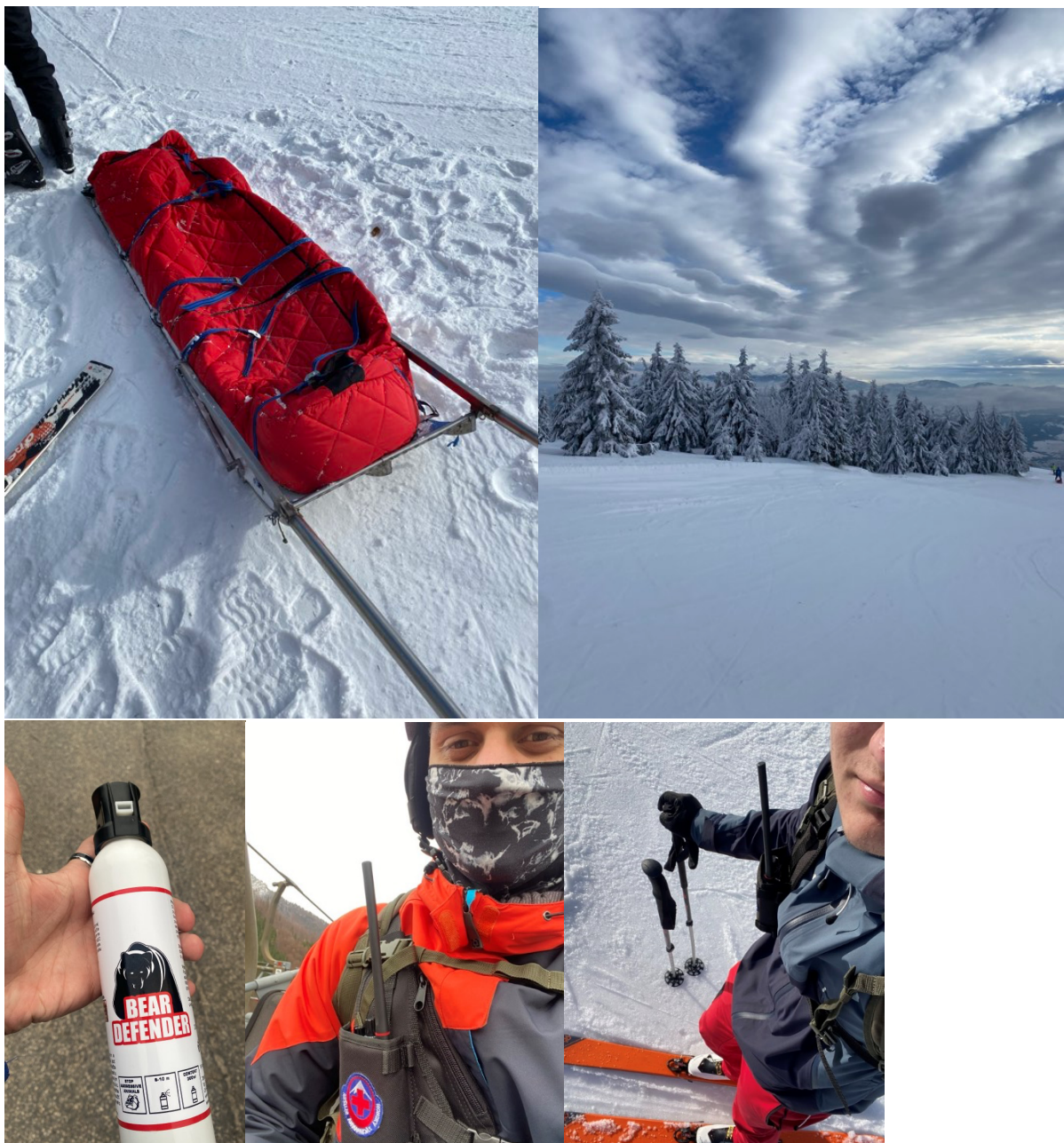
5) Sežeň vybavení a vyraž za dobrodružstvím!

Lyže, hůlky, HELMA, teplé oblečení, hodně ponožek a rukavic. Skialpy jsou hrozně fajn, já si je osobně nekupoval, ale následně jsem toho litoval. Zainvestuj a užívej si toho, že si můžeš jít šlapat, kdykoliv chceš a nejen, když si je půjčíš.

Dopravu jsem řešil autem je to cca 5-6 hod jízdy, hodně záleží, na dopravní situaci. S autem je to vše pohodlnější, bez něj by ty cesty byly dosti prekérní, vezete dost tašek a vybavení tak pokud můžete, berte auto. Štefanova (sídlo HZS – Malá Fatra) je trochu mimo, ale věřím že i vlakem a veřejnou dopravou se tam dostanete. Všichni tam jsou dost ochotný a když se včas domluvíte, zvládnou vás podle mě vyzvednout i v Žilině.







Všichni píšou že po 3 měsících hezky narazily kvůli škole, po 2 měsících to říct nedokážu, ale i těch pár hodin co jsem zameškal dosti pociťuju. Učte se průběžně a sežeňte si materiály, a i ten letní semestr krásně zvládnete! Nedokážu snad ani vyjmenovat, komu všemu bych chtěl osobně poděkovat za možnost téhle stáže. Takže asi nejvíce naší fakultě, inženýrce Ředinové za krásné vedení celou stáží, a hlavně chalanům z HZS za krásné ujetí do kolektivu a prožití celé stáže. Mně nezbývá než ti jen poděkovat za přečtení (snad ti to pomohlo!) a popřát ti hodně štěstí a krásných zážitků na HZS!

petr.klimi@email.cz