

A LEENDŐ TESTKULTURÁLIS SZAKEMBEREK ÉLETMENTÉSSEL, VÍZBŐL MENTÉSSEL KAPCSOLATOS TUDÁSA

EXAMINING THE KNOWLEDGE OF FUTURE SPORTS PROFESSIONALS IN CONNECTION WITH
WATER RESCUE AND LIFE-SAVING

Bihari Dávid Tamás, Biró Melinda

Debreceni Egyetem, Sporttudományi Koordinációs Intézet, Debrecen

Összefoglaló

A vízbefulladás a Föld össz lakosságát érintő probléma, mely az első három baleseti halálok egyike. Bolygónkon kétpercenként vízbe fullad egy férfi, egy nő vagy gyermek. Minden évben 4 millió ember kerül világszerte veszélyhelyzetbe vízben, s többjüket nem tengerben, hanem édesvízben éri a baj. Csaknem 10%-uk nem éli túl az alámerülést, tehát fulladás következtében meghal. A vízbe fulladtak több mint fele gyermek vagy fiatalok. A vízi balesetek megelőzésében a sportszakembereknek, leginkább a testnevelő tanároknak, kiemelkedő szerep jut, így fontos, hogy tisztába legyenek az életmentéssel, és a vízből mentéssel. Felmerül a kérdés, hogy ezek a szakemberek milyen tudással is rendelkeznek a témában és miként tudnának helyt állni, ha bekövetkezne a baj. Kutatásunk célja, hogy feltárjuk a hallgatók tudás béli hiányosságait, félelmeiket, mely megakadályozza, hogy megkezdjék a mentést, vagy annak sikerét. Módszernek a kérdőíves vizsgálatot választottuk. Felmérésünkben 147 sport szakos hallgató vett részt. Az eredmények azt mutatták, hogy a hallgatók jelentős része 64%-uk nem látott még újraélesztési folyamatot élőben, többségük, 90%-uk nem tett újra élesztési kísérletet, valamint az is kiderült a válaszokból, hogy többük 88 %-uk még nem is segédkezett újraélesztésben. Többségüknek nincs mentési gyakorlata, és tudása hiányos a mentéshez, elsősegélynyújtáshoz.

Kulcsszavak: életmentés, vízbőlmentés, sportszakemberek

Abstract

Water drowning is a problem affecting the total population of the Earth. Drowning is a leading cause of death (one of every three deaths). On the planet, a man, a woman or a child drops into the water every two minutes. Every year, 4 million people worldwide are in danger of drowning, either in freshwater lakes or in the sea. Almost 10% of them do not survive the dive, so they die as a result of suffocation. More than half of those drowned in water are children or juveniles. Sports professionals, especially PE teachers, have a prominent role in preventing water accidents, so it is essential to be aware of life-saving and water-saving. The question arises as to what kind of knowledge these experts have on the subject and how they could stand up if it were wrong. The purpose of our research is to reveal the knowledge gaps and fears of students that prevent them from starting a rescue process. In our survey, we chose the questionnaire method, 147 students with PE or sports major participated. The results showed that a significant proportion, 64% of the students did not even see the



resuscitation process. Most of them, 90%, did not resume the resuscitation experiment, 88% of them had not yet helped resuscitation. Most of them have no rescue practice, and their knowledge is incomplete for rescue and first aid.

Keywords: *life-saving, water rescue, sports professionals*

ELMÉLETI HÁTTÉR

Világszerte évente 400.000 ember fullad különböző vizekbe. A világon Indiában, Bangladesben és Oroszországban a legmagasabb a népesség számához viszonyított fulladásos esetek száma. Nemek szerint a vízi balesetek összességét tekintve az abban részt vevők 60%-a férfi, 40%-a nő. Ez abból is adódik, hogy a férfiak gyakrabban vesznek részt vízi sportokban vagy kerülnek kapcsolatba a vízzel hivatásuk vagy hobbijuk alapján.

Több mint 10.000 vízbefulladásos eset vizsgálata után megállapítható, hogy a vízbefúltak nagy számban 1-5, 20-25 év közöttiek, illetve 60 év felettiak. A kisbabák 1 éves korig nagyjából folyamatosan szülői felügyelet alatt állnak, ezért ők nem jelenthetnek veszélyt saját magukra, kivéve a fürdetési időt. Az 1-5 éves korú babák viszont a legnagyobb veszélynek vannak kitéve világszerte. Egyértelműen meghatározni és beazonosítani ezeket a komplex rendszerű káros behatásokat nem mindig egyszerű, a kiváltó okokat sokszor nehéz meghatározni. Az Egyesült Államokban az éves vízi balesetek száma kb. 70.000, amelyből 9.000 fő hal meg, azaz egy kicsivel több, mint 10% nem éli túl a balesetet (AROLD, 1989). A felnőttek vízbefulladásos eseteinek a felénél az alkoholfogyasztás a legfőbb kiváltó tényező, míg a gyerekek kb. 30%-a otthon fullad vízbe. A meglehetősen jól szervezett úszásoktatás ellenére a nyugati világban olyan gyerekek is meghalnak vízi balesetekben, akik tudnak úszni, de nem tudnak mit kezdeni ezzel a tudással egyes veszélyhelyzetekben (VIZIMENTŐK MAGYARORSZÁGI SZAKSZOLGÁLATA, 2015). Pearn - Franklin (2009) azt találta, hogy százezer főből közel tizennégy azoknak a gyerekeknek a száma, akik 1-5 éves kor között vízbe fulladnak. Ebben a korcsoportban a vízbefulladás vezet a statisztikák élén, maga mögé utasítva a házkörüli és a közlekedési baleseteket. A vízi sportokban való gyakori részvétel csakúgy, mint a felelőtlen magatartás magyarázzák a magas számú halálozást a 20-25 év közötti fiataloknál. A nagymértékű megterhelés következtében szívroham, alacsony vérnyomás, eszméletvesztés kialakulása után, ezek következményeként áll be a fulladás.

A vízbefulladás körülményeit vizsgálva a legtöbb emberéletet követelő tevékenységek a horgászás (3%), a gépjármű vízbehajtása (5%), az öngyilkosság (7%), a házkörüli baleset (9%), a hajóról vízbeesés (11%), a gyermeki játék (11%), valamilyen baleset (12%), a vízbeesés (15%), az úszás (22%) és bármi egyéb (5%). A vízi balesetek helyszíneit tekintve a medencébe fulladás 22% és 40% közé tehető (VIZIMENTŐK MAGYARORSZÁGI SZAKSZOLGÁLATA, 2015).

MÓDSZER

A PROBLÉMA FELVETÉSE, CÉLKITŰZÉS

A témával kapcsolatosan számos probléma merül fel. Elsőként az, hogy nagyon magas a vízzel kapcsolatos halálozási arány, míg másodsorban az, hogy nincs tisztában a személy azzal, hogy mit is kellene az adott vészhelyzetben cselekednie (AROLD, 1989). A vízből mentés és a segítségadás különféle módjainak ismerete hiányában előtör (het) a félelem, mint befolyásoló tényező és egyben gát is lehet nem csak a bajba jutottnál, de a bajba jutott ellátása esetén annál is, aki a mentést végzi (CSABA, 1981; ALMÁSI, 2007). Ennek a kiküszöbölése a cél. Célunk, hogy a leendő testkultúrális szakemberek, főként a testnevelő tanárok kellő ismeretanyagot kapjanak a vízből mentéssel kapcsolatban. Ismerniük kell a gyakorlati módszereket és az elméleti hátteret is (BUCHER, 2000; TÓTH, 2008). Fontos lenne, hogy megismerjék a mentés egyes lépéseit, melyet részben tanulmányaik során el is sajátíthatnak. Kérdés, hogy milyen mélységig, és hogy ez elegendő-e a mentéshez és a segítségadáshoz. Kutatásunk célja, hogy feltárjuk a hallgatók tudás béli hiányosságait, félelmeiket, mely megakadályozza őket abban, hogy megkezdjék a mentést, vagy akadályozzák annak sikerét, és erre alapozva lehet a jövőben még hatékonyabbá tenni a felkészítésüket.

KUTATÁSI KÉRDÉSEK, HIPOTÉZISEK

A mindennapos testnevelésnek köszönhetően egyre több intézmény, iskola teheti meg azt, hogy a kerettantervbe is beépítse az úszást. Ebből kifolyólag az oktatóknak vagy tanároknak tisztában kell lenniük a vízben vagy vízparton történő elsősegélynyújtással (ANDREW, 1996; BUDA, 2004; HORNYÁK, 2009; MÜLLER, 2007; PHILIP, 2008;), vagy a mentéssel kapcsolatos ismeretekkel.

A kutatás során a következő kérdésekre kerestük a választ:

1. Milyen szintű a sport szakos hallgatók elméleti tudása és gyakorlati tapasztalata az életmentés vízből mentés kapcsán?
2. Milyen a hallgatók felkészültsége saját bevallásuk szerint a sérülések ellátásában?
3. Mennyire mutatnak hajlandóságot, hogy ténylegesen segítséget is nyújtsanak?
4. Mit gondolnak a vizsgálat alanyai a vízből mentéssel kapcsolatos kompetenciákról.

Hipotéziseink a következők:

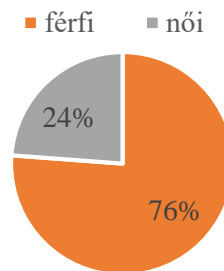
1. Feltételezésünk szerint a sport szakos hallgatók elméleti tudása erősen hiányos, és egyáltalán nincs tapasztalatuk az életmentés, vízből mentés kapcsán.

2. Feltételezésünk szerint a sport szakos hallgatók kevésbé vannak tisztában az életmentés és a vízből mentés fontosságával, pedig ez szakmájuk elengedhetetlen követelménye.
3. Úgy véljük, a válaszadók jelentős része nem mer segítséget nyújtani.
4. A vízből mentéshez kapcsolódó kompetenciák kapcsán jelentős különbségeket feltételezünk.

A KUTATÁS MÓDSZEREI ÉS A VIZSGÁLATI MINTA

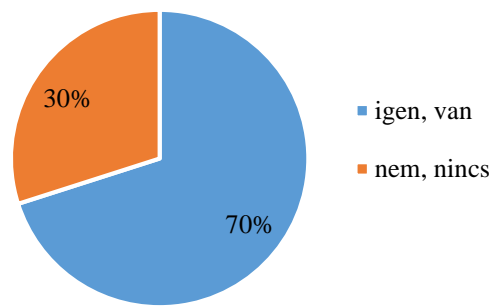
A kutatásban kérdőíves vizsgálatot végeztünk. A kérdőív 40 kérdést tartalmazott, demográfiai kérdéseket, nyitott, zárt kérdéseket valamint tudásmérő kérdéseket egyaránt. 1-től 5-ig terjedő Likert-skálát alkalmaztunk, ahol 1-es jelentette, hogy nem, míg az 5-ös azt, hogy igen, teljes mértékben felkészültnek érzik magukat.

A vizsgálatban budapesti, nyíregyházi, egri, és debreceni sport szakos hallgatók vettek részt (n=147 fő). A minta 76%-a nő, 24%-a férfi (1. ábra). A mintába, különböző arányba kerültek be első, másod, harmad, negyed, sőt ötödéves hallgatók is.

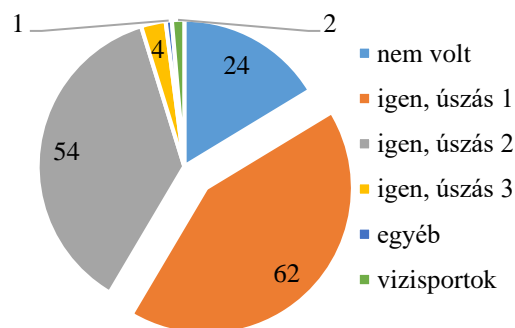


1. ábra: A minta nemek szerinti megoszlása
Forrás: saját forrás

A minta 70%-a rendelkezik vezetői engedéllyel, ami azt jelenti, hogy tanulniuk kellett a segítségadás különböző formáit (2. ábra). Azt is megkérdeztük a vizsgálatban résztvevőktől, hogy volt-e már úszás órájuk. Ez az előképzettségüket, és a mentési ismereteiket is részben mutatja (3. ábra).



2. ábra: Vezetői engedéllyel rendelkezők aránya

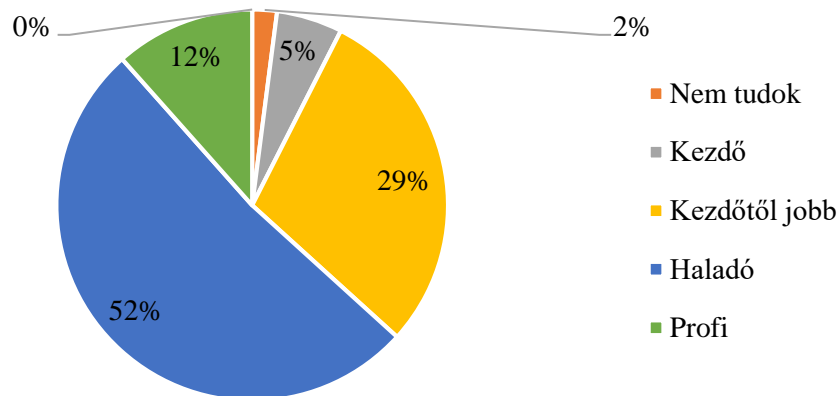


3. ábra: A minta úszásórán történő részvétele

Forrás: saját forrás

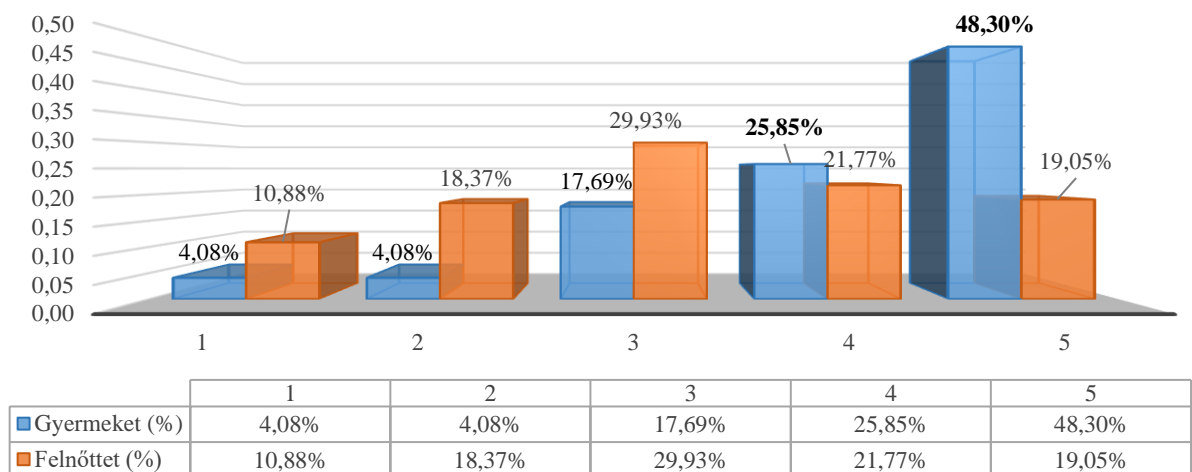
EREDMÉNYEK

A vizsgálat eredményei azt mutatják, hogy a hallgatók többsége ugyan tud úszni, viszont a tudásuk nagyon eltérő. Arra a kérdésre, hogy tudnak-e úszni, 98%-uk vallotta azt, hogy igen, 2%-uk mondta csak azt, hogy nem. Ez természetesen nem mutatja a reális tudásukat, így megkérdeztük tőlük úszástudásuk mértékét. 5%-uk kezdő, 29%-uk kezdőtől kissé jobb szintnek megfelelőnek értékeli tudását. A megkérdezettek 52%-a úgy gondolja, hogy haladó szinten, míg 12%-uk profi szinten van. Ez azért fontos, mert a vízből mentéshez „profi szint” szükséges, haladó, kezdő sajnos nem elegendő. Így a 98% máris 12%-ra csökkent, mint látjuk (4. ábra).



4. ábra: Úszástudási szintek
 Forrás: saját forrás

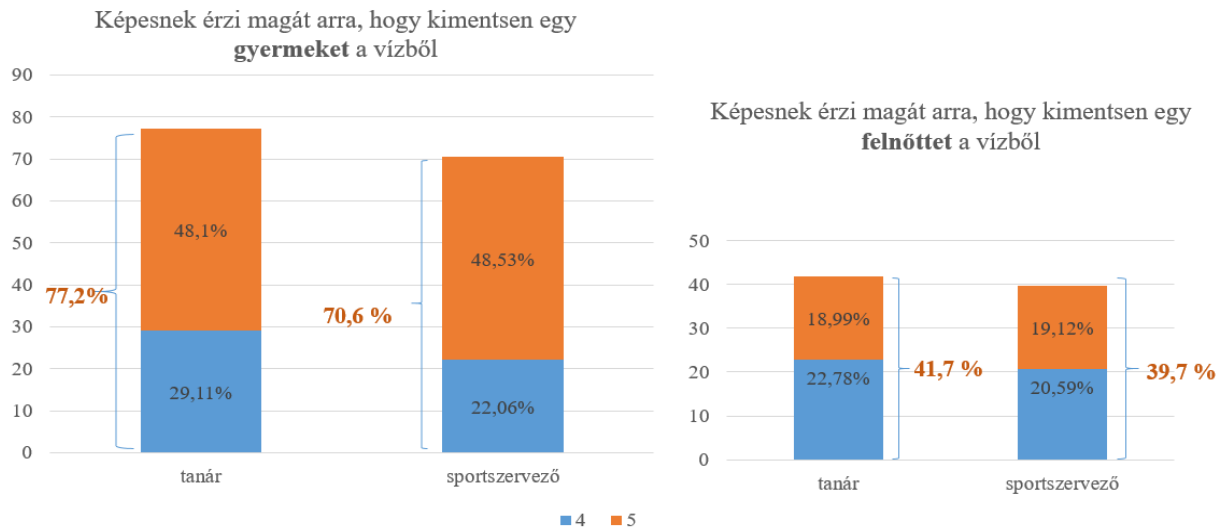
A vizsgálat alanyaitól azt is megkérdeztük, hogy mennyire érzik magukat felkészültnek az úszástudásuk alapján a mentéshez, vagyis úgy gondolják-e, hogy ki tudnának menteni egy gyermeket, vagy egy felnőttet a vízből? Az eredmények azt mutatják, hogy a hallgatók közel 75%-a úgy érzi, hogy képes lenne kimenteni egy gyermeket a vízből. Ez jó eredménynek számítana, de nagyon veszélyes. Sokan épp e miatt hálnak meg, hisz nem tudják reálisan felmérni tudásukat. A felnőttel kapcsolatban már szerencsére óvatosabbak a hallgatók, ami a válaszokban is látszik (5. ábra).



5. ábra: Mentési hajlandóság
 Forrás: saját forrás

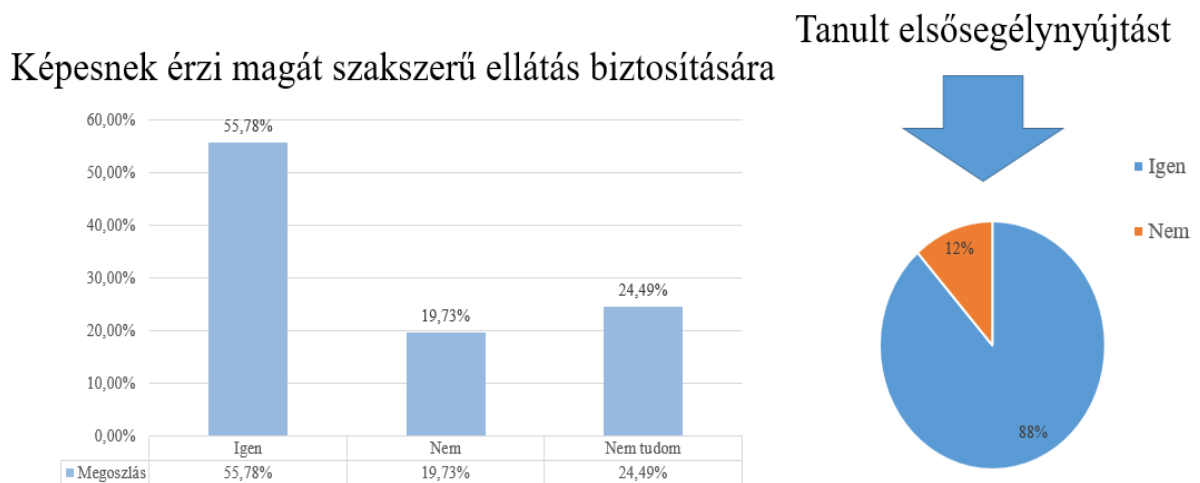
Abban az esetben, ha ugyan ezeket az eredményeket megvizsgáljuk, abból a szempontból, hogy van e különbség a leendő testnevelők és a sportszervező szakos hallgatók válaszai között, érdekes eredményt kapunk. Látható, hogy a tanár szakos

hallgatók bátrabbnak, felkészültebbnek érzik magukat mind gyermek, mind felnőtt ember vízből mentéséhez, de nem olyan jelentős az eltérés. Ez túlzott „bátorságra utal” mindkét csoportnál, amit később még szükséges tovább vizsgálni, természetesen nem önbevallásos módszerrel (6. ábra).



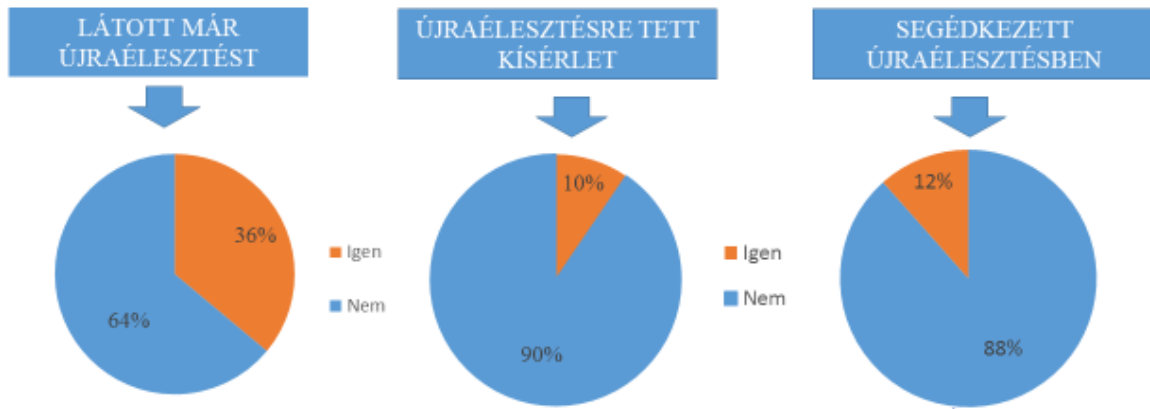
6. ábra: Mentési hajlandóság szakonként
 Forrás: saját forrás

A megkérdezettek 88%-a tanult elsősegélynyújtást, de ennek ellenére mindössze 56% gondolja úgy, hogy szakszerű ellátást tudna biztosítani egy sérültnek (7. ábra).



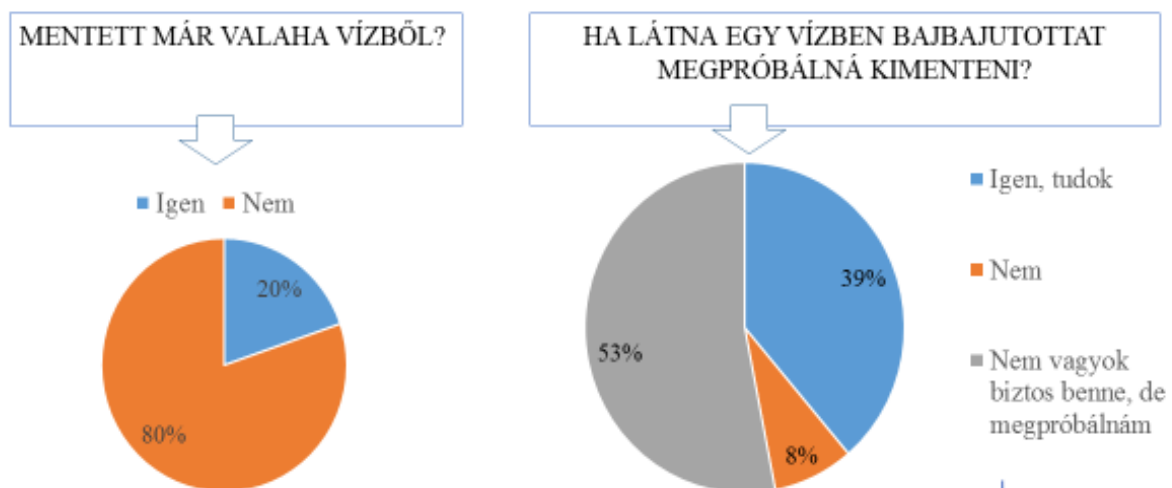
7. ábra: Képesnek érzi magát illetve tanult-e elsősegélynyújtást
 Forrás: saját forrás

A hallgatók jelentős része (64%) nem látott még újraélesztési folyamatot élőben, többségük (90%) nem tett újraélesztési kísérletet, valamint az is kiderült a válaszokból, hogy a megkérdezettek 88 %-a még nem is segédkezett újraélesztésben (8. ábra).



8. ábra: Újraélesztéssel kapcsolatos tudás
Forrás: saját forrás

A megkérdezettek 80%-a nem mentett még ki senkit vízből. Nincs mentési gyakorlatuk. Több mint 53%-a a hallgatóknak úgy gondolja, nem biztos, hogy ki tudna menteni a vízből valakit, de ennek ellenére megpróbálná. Emberségből ez jeles, de sajnos nagyon veszélyes (9. ábra).



9. ábra: Megkísérelné a vízből mentést
Forrás: saját forrás

Azt is megkérdeztük a hallgatóktól, hogy elméletben- és gyakorlatban mennyire érzik felkészültnek magukat egy mentéshez. A Likert-skálán leginkább 3-as, 4-esre értékelték önmagukat, talán elméletben értékelték magukat jobbra.

Egy többszörösen összetett Likert-skálás felmérés keretében a különböző szintű sérülések (a könnyű, a nehéz, veszélyes vagy életveszélyes) ellátásáról kérdeztük a hallgatókat, ahol az 1-es jelentette a nem érzem magamat felkészültnek a sérült vagy a sérülés ellátásához, míg az 5-ös jelentése a felkészültnek érzem magamat az ellátáshoz volt. Az első kérdés egy összesített általános opció volt, miszerint általános vagy mindennapos sérülések ellátásában mennyire felkészült a kitöltő. A válaszadók közel 40%-a értékelte magát négyesre, ami jónak tekinthető. A végtag vagy csonttöréseknél a hallgatók nagy része, szám szerint 31,5%-uk kettesre értékelt, azaz nem igazán tudják, hogy mit is kellene kezdeni egy ilyen jellegű sérüléssel. A felületi vagy hámsérülések kezelésének szintjét - ezek leginkább horzsolások, kisebb csípések - nagy többségük (80%-uk) jóra vagy kiválóra értékelte. A különböző vérzésekkel járó sérülések kezelése szintjét, a válaszadók közel kétharmada jóra becsülte. Ízületi sérülések ellátásában, a kérdezettek több mint egyharmada közepesre értékeli tudását. Fejsérülések esetén mindössze csak 15% tudja saját bevallása szerint ellátni a sérültet. A hallgatók egyharmada tudja, mit kell tenni egy zúzódást szenvedett alany ellátásánál, viszont a ficamoknál már csak 20%-uk tudja a helyes ellátást. Szomorú, hogy az újraélesztés menetével, nagyon kis létszámú hallgató van tisztában, ez a szám mindössze 9%. Ők ötösre, míg 23%-uk négyesre értékelt saját tudását ezzel kapcsolatban. Az újraélesztéshez köthető mellkas kompresszió esetében, a kompresszió nyomás mélységével a válaszadók 16%-a volt csak teljesen tisztában. A stabil oldal fekvés helyes lépéseivel, felépítésével kapcsolatosan a vizsgált alanyok közel fele kiválóra értékelte magát. Életveszélyes sérült esetén gyakran defibrillátort - mely lehet automata, fél automata vagy manuális - is kell használni, így a kérdéseink közé annak használatára vonatkozóan is tettünk fel kérdést. A defibrillátor készülékkel kapcsolatban is tettünk fel kérdéseket. A válaszadók majdnem fele nem használt és nem is látott még ilyen újraélesztést segítő berendezést. Izomgörcsök megszüntetésével kapcsolatban meglepő adatokat kaptunk. A leendő szakemberek mindössze 45%-a értékelte önmagát ebben jóra és kiválóra (1. táblázat).

	1	2	3	4	5
sérülések ellátása	0,00%	10,49%	24,48%	39,86%	23,08%
törések	7,69%	31,47%	26,57%	21,68%	11,89%
hámsérülések	0,70%	5,59%	13,99%	41,26%	38,46%
vérzések	2,10%	9,79%	28,67%	35,66%	23,78%
ízületi sérülések	4,90%	19,58%	37,06%	22,38%	15,38%
fejsérülések	8,39%	27,97%	39,16%	16,08%	7,69%
zúzódások	2,80%	7,69%	14,69%	42,66%	32,17%
ficamok	5,59%	17,48%	25,17%	30,77%	20,98%
újraélesztés	16,78%	22,38%	28,67%	23,08%	9,09%
mellkas kompresszió	13,99%	15,38%	23,08%	31,47%	16,08%
stabil oldalfekvés	1,40%	9,79%	16,08%	27,97%	44,76%
defibrillátor használat	49,65%	24,48%	9,79%	6,99%	9,09%
izomgörcsök megszüntetése	7,69%	23,78%	22,38%	28,67%	17,48%
eszméletlen sérült vizsgálata	10,49%	13,99%	30,77%	24,48%	19,58%
mentő úszás	9,09%	18,88%	23,08%	26,57%	22,38%
vízből mentési segédeszközök használata	18,88%	25,17%	20,98%	13,99%	20,98%

1. táblázat: Ellátáshoz való felkészültség

Forrás: saját forrás

Összességében megállapítható, hogy első hipotézisünk csak részben igazolódott be, mely szerint a sport szakos hallgatók elméleti és gyakorlati tudása hiányos, kevés tapasztalattal rendelkeznek a vízből mentés kapcsán, habár tudásukat véleményünk szerint túlértékelik.

Második hipotézisünk, beigazolódott, hisz a feltételezésünk szerint a sport szakos hallgatók kevésbé vannak tisztában az életmentés és a vízből mentés fontosságával, pedig ez szakmájuk elengedhetetlen követelménye. Harmadik hipotézisünk ugyancsak részben igazolódott be, hiszen a hallgatók bátrabbnak bizonyultak, és inkább érzik magukat felkészültnek, mint nem. Negyedik hipotézisünk is csak részben bizonyult helyt állónak, mert voltak ugyan különbségek, de nem volt olyan jelentős, mint ahogy azt előzetesen feltételeztük

ÖSSZEFOGLALÓ

A felmérésekből kiderült, hogy a közel 150 hallgató tizede tud újraélesztést levezetni. A hallgatók, bármilyen jellegű tudás birtokában is vannak, ha egy bajba jutottról van szó, igyekeznek segítő kezet nyújtani. A sporttal foglalkozó szakemberek fele stabilan tud úszni, azt persze meg kell említeni, hogy saját bevallása szerint. A hallgatók fele, úgy gondolja, hogy képes lenne egy gyermeket vízből kimenteni, ellenben felnőttet csak 20% tudna saját bevallása szerint. A kérdőívet kitöltők majd 90%-a tanult elsősegélynyújtást, ami többnyire a jogosítvány megszerzéséhez szükséges okmányhoz kellett. Az összesített táblázatokból kiderült, hogy az elméleti vagy gyakorlati tudásuk bizony számos területen hiányos.

A publikáció elkészítését az EFOP-3.6.1-16-2016-00022 „Debrecen Venture Catapult Program” projekt támogatta. A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósult meg.

IRODALOMJEGYZÉK

Almási, R. (2007). *Az életmentés alapjai*, AN-IN-TER Bt. Kaposvár.

Andrew, KM. (1996). *Az elsősegélynyújtás kézikönyve*, SubRosa Kiadó, Budapest.

Arold, I. (1989). *Az úszás oktatása*, Sport, Budapest.

Bucher, W. (2000). *101 játék és gyakorlatforma az úszásoktatásban*. Dialóg campus kiadó Budapest-Pécs.

Buda, P. (2004). *Elsősegélynyújtás (Bevezetés az oxiológiába)*, PTE, Egészségügyi Főiskolai Kar.

Csaba, L. (1981). *Vízbőlmentés*, Magyar Vöröskereszt, Budapest.

Hornják, I. (2009). *Elsősegélynyújtás mindenkinek*, Magyar Vöröskereszt.

Müller, S. (2007). *Memorix, Sürgős esetek ellátása*. Semmelweis Kiadó Kft, Budapest.

Pearn, JH., & Franklin, RC. (2009). "Flinging the Squaler" Lifeline Rescues for Drowning Prevention. *International Journal of Aquatic Research and Education*, (3) 3, 315-321.

Philip, J. (2008). *Sürgősségi ellátás és elsősegély, Gyakorlati útmutató*. Medicina Könyvkiadó Zrt., Budapest.

Tóth, Á. (2008). *Az úszás tankönyve*, Budapest.

Vizimentők Magyarországi Szakszolgálat (2015). <https://www.vizimentok.hu>