

*Дикун Д.А., Бендзь В.И.*

## **РАСШИРЕННАЯ СИТУАЦИОННАЯ ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ ПРИ ОКАЗАНИИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ**

*Научный руководитель: п/п-к м/с Савченко А.Ю.*

*Кафедра организации медицинского обеспечения войск и медицины катастроф  
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск*

Ситуационная осведомленность предполагает владение наиболее полной информацией об окружающей в данный момент обстановке, от чего напрямую зависят принимаемые человеком решения, особенно, если речь идет об экстренной ситуации, такой как оказание первой помощи.

Человек получает информацию из окружающего мира при помощи анализаторов, от функционального состояния которых зависит качество и количество получаемой информации. В стрессовой ситуации происходит выброс адреналина и кортизола, приводящих к расширению зрачков и развитию так называемого синдрома «туннельного зрения», который проявляется в виде потери человеком способности к периферическому обзору. Проявления данного синдрома, помимо централизации воспринимаемого изображения, включают в себя появление размытости, аберраций, скотом, ухудшение остроты зрения в темноте. Наличие данного феномена у человека обусловлено преобладанием в жизни наших предков опасностей, находящихся в непосредственной от них близости, в современном же мире опасности на периферии представляют большую угрозу.

«Туннельный синдром» ограничивает способность воспринимать окружающую обстановку в полной мере. Человек концентрируется на том, что находится непосредственно перед ним, не замечая потенциальной опасности вокруг и не обращая внимание на мелкие детали, которые зачастую имеют критическое значение, например, пытаясь остановить кровотечение у пострадавшего, оказывающий первую помощь не заметит лежащий рядом провод линии электропередач, несущий в данном случае потенциальную опасность.

Для того, чтобы предотвратить развитие данного синдрома при стрессовой ситуации или быстро справиться с его проявлениями разработаны специальные программы тренировок поведения, тренинги, дыхательные техники. Это особенно необходимо людям, чья профессия предполагает частое столкновение со стрессовыми ситуациями, в которых необходимо принимать незамедлительные решения, основанные на полной ситуационной осведомленности, таким как работники МЧС, медицинские работники, военные.

При обучении медицинского персонала, военных и населения в целом навыкам оказания первой помощи необходимо акцентировать внимание не только на техники и приемы по непосредственному оказанию первой помощи, но и на навык улучшения ситуационной осведомленности. Для этого необходимо проводить моделирование конкретных ситуаций, во время которых могут происходить внезапные изменения состояния окружающей среды, к которым оказывающий помощь должен уметь быстро адаптироваться для того, чтобы обеспечить собственную безопасность, безопасность пострадавшего, а также провести эффективные мероприятия по спасению.

В настоящее время каждый человек должен знать основы оказания первой помощи и уметь проводить необходимые мероприятия по спасению в случае необходимости. В соответствии с вышеуказанным, важное значение приобретает умение правильной оценки обстановки и наличие полной ситуационной осведомленности. Таким образом, появляется необходимость к внедрению в курсы по обучению оказанию первой помощи в школах, на работе, а также в специальных учреждениях понятия расширенной ситуационной осведомленности, проведения моделирования ситуаций, обучения навыкам быстрой реакции на внезапные факторы опасности со стороны окружающей среды, внедрения методик по повышению концентрации внимания во время экстренных ситуаций, что является полезным не только при оказании первой помощи, но и в повседневной жизни.