



W ratowaniu ważna jest motywacja

Z Magdaleną Tomaszewicz, jedną z nielicznych ratowniczek GOPR, rozmawia Plus.

■ Plus: Od jak dawna jesteś w GOPR?

Jestem w GOPR od 3 lat – obecnie w stopniu kandydata.

■ Plus: To oznacza, że aspirujesz do tego, aby stać się pełnoprawnym ratownikiem?

Dokładnie, chcę być pełnoprawnym ratownikiem, to znaczy – mówiąc w naszym żargonie – mieć tak zwaną blachę. Staż kandydacki w GOPR trwa od 2 do 5 lat, kończy się egzaminem I stopnia, który odbywa się w lecie i zimą i który muszę zdać, aby móc złożyć przyrzeczenie, a następnie zostać pełnoprawnym ratownikiem.

■ Plus: Nawet w dużym gronie ratowników nie jest łatwo wypatrzeć kobietę – wyraźnie dominują mężczyźni.

Jest niewielka liczba pań, które uczestniczą w życiu GOPR-u. W naszej grupie na 300 mężczyzn przypada 7 aktywnie działających kobiet.

■ Plus: Z czego wynika taka dysproporcja?

Mniejsze zainteresowanie kobiet służbą w GOPR wiąże się z faktem, że ratowanie to ciężka praca. Ponadto trzeba poświęcić wiele wolnego czasu. Ja na przykład spędzam w górach cały weekend – zaczynam w piątek. Kobiety, które mają obowiązki związane z posiadaniem rodziny, nie są w stanie sobie na to pozwolić. Wstąpiłam do GOPR-u, mając 20 lat. Zdecydowałam się swój wolny czas poświęcić tej działalności.

■ Plus: Dlaczego?

Zawsze lubiłam aktywności związane z górami. Pewnego dnia, kiedy byłam mała, stwierdziłam, że zostanę ratownikiem i dostanę się do GOPR. Wtedy jeszcze nie do końca wiedziałam, o co w tym chodzi.

■ Plus: I kiedy dorostaś, tak po prostu zostałam przyjęta?

Niezbędne było zdanie egzaminu. Każdy ubiegający się o przyjęcie do GOPR musi przejść trzystopniowe postępowanie kwalifikacyjne, które składa się z części kondycyjnej, topograficznej i z jazdy na nartach.

■ Plus: Czy kobiety ratowniczkę są tak samo silne, w sensie kondycji fizycznej, jak mężczyźni ratownicy?

Mogę tu wyrazić jedynie swoją opinię – myślę, że nawet część kobiet może mieć mi to za złe. Zawsze będę słabsza od mężczyzn, niezależnie od tego, ile kilometrów przebiegnę, ile czasu spędzę na siłowni, oni zawsze szybciej podejną, szybciej wbiegną. Być może w sprawach, które nie wymagają siły fizycznej, jak praca papierowa, logistyka itd., będę od nich lepsza, ale nie w kwestii siły fizycznej. Natomiast oczywiście radzę sobie. Działalność w GOPR w dużej mierze opiera się na motywacji. Jeżeli ta motywacja jest, jeżeli ma się czas, który się chce i może poświęcić organizacji, to na pewno będą rezultaty. Ratownictwo nie jest pracą indywidualną. Jeden człowiek nie zdoła wiele. Nigdy nie idzie się na akcję samemu, nie wyciąga się w pojedynkę poszkodowanego. Ratownictwo to jest po prostu zajęcie grupowe.

■ Plus: Wiązesz przyszłość z ratownictwem?

Na pewno będę działała w GOPR.

■ Plus: Czym jeszcze się zajmujesz?

Jestem leśnikiem, jeżdżę na rowerze i na nartach.



Plus pomaga w leczeniu z hipotermii



Plus został Partnerem Technologicznym Centrum Leczenia Hipotermii Głębokiej w Krakowie, współpracującego z górskimi służbami ratunkowymi GOPR i TOPR w ratowaniu życia ludzi dotkniętych głębokim wychłodzeniem ciała.

Małopolskie Centrum Leczenia Hipotermii Głębokiej to specjalistyczny zakład leczniczy zajmujący się leczeniem głębokiego wychłodzenia ciała. Efektem takiego wychłodzenia, czyli hipotermii, może być śmierć. Warto o tym pamiętać, szczególnie teraz – u progu zimy, mając przed oczami słynny przypadek dwuletniego chłopca, którego proces leczenia śledzi cała Polska. Śmiertelność z powodu wychłodzenia jest w naszym kraju dość wysoka i według oficjalnych danych wynosi od 328 do 606 osób rocznie (dane GUS za lata 2008-2010), a szacuje się, że liczba ta może być nawet kilkakrotnie większa.

Podstawą leczenia hipotermii jest zastosowanie w odpowiednim czasie właściwego sposobu ogrzewania. Głębokie stadia wychłodzenia wymagają zastoso-

wania specjalnych technik. Wdrożenie metod ciągłego pozaustrojowego natlenienia, współistniejące ze wspomaganie krążenia i aktywnym ogrzewaniem, daje możliwość użycia zaawansowanych metod ratowania pacjenta z bardzo niską temperaturą ciała.

Centrum Leczenia Hipotermii Głębokiej podpisało porozumienie o współpracy ze służbami górskimi (sześć jednostek: Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe grupa Bieszczadzka, Beskidzka, Jurajska, Podhalańska, Krynicka oraz Tatrzańskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe) i wypracowało schemat postępowania w przypadku pacjenta w hipotermii. Kluczowym dla skutecznego działania było ustanowienie funkcji koordynatora dostępnego 24 godziny na dobę pod numerem telefonu alarmowe-

go. Zadaniem koordynatora jest konsultowanie przypadków hipotermii, pomoc merytoryczna w trakcie diagnostyki i leczenia oraz ewentualna kwalifikacja do ogrzewania pozaustrojowego. Procedura przewiduje, że wszystkie poszukiwania osób zaginionych w okresie od 1 października do 1 kwietnia będą zgłaszane do koordynatora ds. pozaustrojowego leczenia hipotermii głębokiej celem polepszenia opieki medycznej nad ewentualnie odnalezioną osobą, która może być w stadium hipotermii.

Plus już od kilkunastu lat współpracuje z górskimi służbami ratowniczymi GOPR i TOPR. Powstałe dzięki wsparciu Plusa Centra Koordynacji Ratownictwa wraz z ośrodkami pomocniczymi są podstawą unikalnego w skali światowej Zintegrowanego Systemu Ratownictwa, obsługującego specjalny numer ratunkowy w górach – 601 100 300.

Teraz Plus został także Partnerem Technologicznym Centrum Leczenia Hipotermii Głębokiej. Zespół ratownictwa medycznego oprócz kontaktu telefonicznego z koordynatorem ds. pozaustrojowego leczenia pacjentów w hipotermii głębokiej ma teraz także możliwość przesłania danych zawierających podstawowe parametry życiowe chorego. Zgłoszenie wraz z oceną parametrów pozwoli na ocenę stanu chorego i wskazać do leczenia pozaustrojowego.





601 100 300
numer ratunkowy w górach



Idziesz w góry?
Pobierz darmową
aplikację  **Ratunek**



* Aby ściągnąć aplikację, potrzebujesz konta w sklepie Google Play

Aplikacja RATUNEK - na wszelki wypadek w górach

[How To Find Long Lasting Love \(The Daily Western\)](#)



Wydarzenia

wybierz region



**Zimowe szkolenie w GK
GOPR**

23/01/2015

W dniu 11.01.2015 roku odbyło się szkolenie zimowe dla kandydatów Grupy Krynickiej GOPR. W szkoleniu

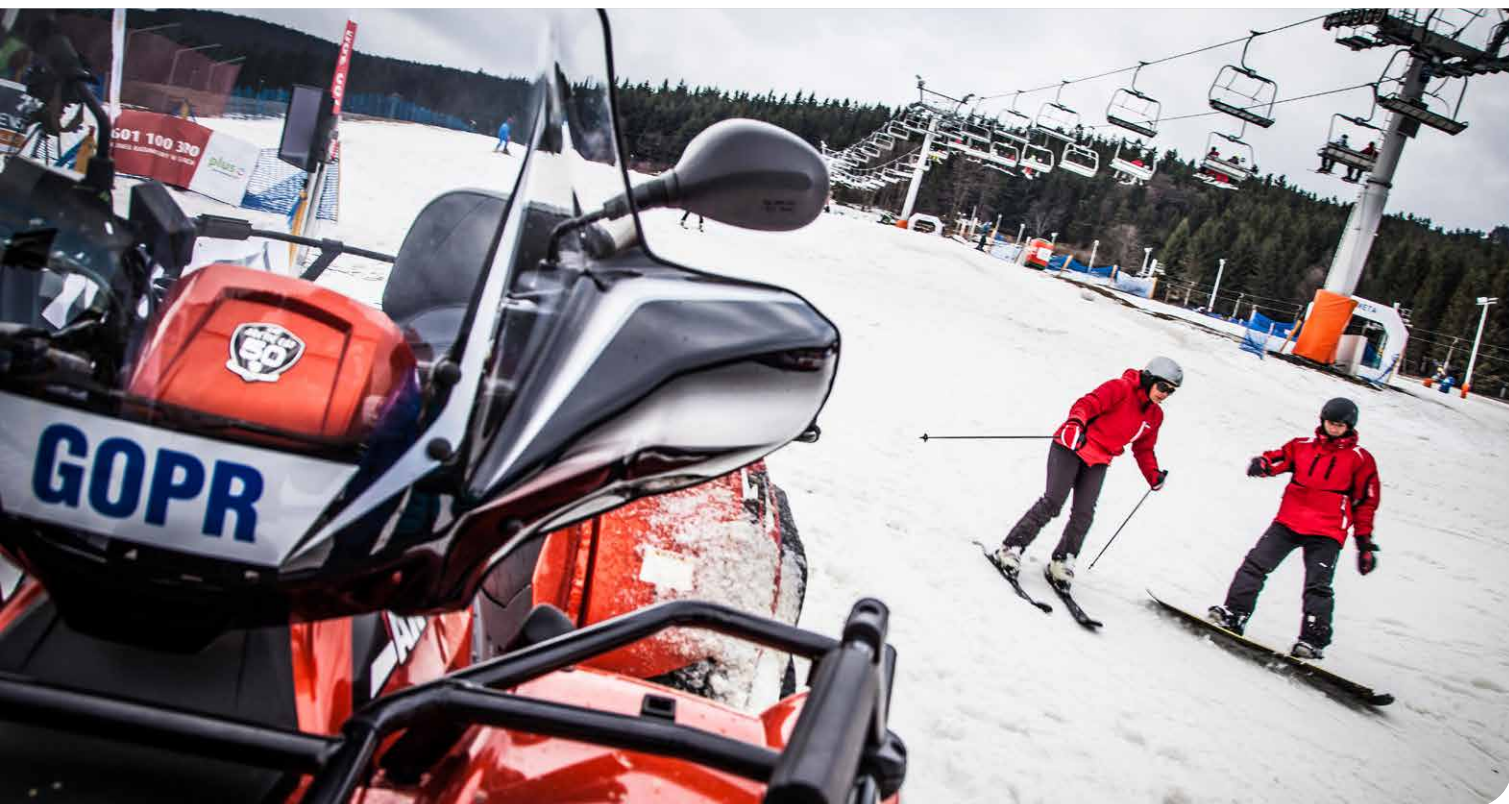
O bezpieczeństwie w sieci – nowe portale Plusa

Wszyscy, którzy chcą czuć się bezpieczniej nad wodą i w górach lub po prostu są zainteresowani zagadnieniami nowoczesnego ratownictwa, powinni odwiedzić dwie nowe lokalizacje w sieci. Adresy nie trudno zapamiętać, bowiem są identyczne z najbardziej znanymi numerami telefonów w Polsce: 601 100 100.pl, 601 100 300.pl.

Nowe portale oferują przegląd najważniejszych informacji dotyczących ratownictwa i bezpieczeństwa – artykuły, relacje z wydarzeń, galerie fotografii, filmy wideo związane są z działalnością służb ratowniczych GOPR, WOPR i MOPR. Można się dowiedzieć, jak działa numer ratunkowy, i zapoznać z technologią jego

funkcjonowania. Prezentowane są relacje najważniejszych wydarzeń związanych z promocją bezpieczeństwa oraz kalendarium imprez. Warto zapoznać się z zasadami udzielania pierwszej pomocy i kontaktu ze służbami. Zainteresowani pracą ratowników mogą poczytać o mrozących krew w żyłach akcjach oraz

nowinkach technologicznych wykorzystywanych do ratowania życia. Nie mniej ciekawe są rozmowy z ekspertami. Doświadczeni ratownicy dzielą się swoją wiedzą i wnioskami odnośnie bezpiecznego zachowania, a gwiazdy opowiadają, jak ważne jest bezpieczne zachowanie podczas wypoczynku.



Ratowniczy wszędołaz

Ratownicy GOPR podczas pełnienia swojej misji korzystają nieraz z najnowocześniejszych zdobyczy techniki.



Na zdjęciach prezentowany jest quad wykorzystywany przez grupę GOPR Wałbrzysko-Kłodzką. Maszyna wyposażona jest w silnik o pojemności 700 cm⁶ oraz tzw. napęd alternatywny, czyli innymi słowami – nowoczesne gąsienice. Taki pojazd jest użyteczny niemal w każdych warunkach. Doskonale radzi sobie na śniegu, a nawet na lodzie, wspina się po kamieniach, piasku, trawie. Można powiedzieć, że jest idealny na polski klimat, bowiem lepiej niż inne pojazdy sprawdza się w warunkach przejściowych (długa wiosna i jesień, podczas których w niższych partiach gór jest sucho i cieplej, a w wyższych – wciąż leży śnieg). W warunkach typowo zimowych – tam, gdzie skuter zakopie się z powodu zbyt dużej ilości śniegu – quad nadal radzi sobie znakomicie.