

ZAKRES EGZAMINU Z BLOKU BEZPIECZEŃSTWO

OBOWIĄZUJĄ ZAGADNIENIA PORUSZANE NA WYKŁADACH (vide prezentacje z wykładów)

KURS SKPB – Jan St. Baran – ver. 11.2013

RATOWNICTWO – przykładowe zagadnienia

Od kiedy na ziemiach polskich istnieje zorganizowane ratownictwo górskie?

TOPR – pełna nazwa – krótka historia powstania, najważniejsze nazwiska

GOPR – pełna nazwa – od kiedy istnieje – od kiedy i na jakim terenie działa / działa

GOPR – Grupy rejonowe – nazwy – rejon działania

Siedziby i nazwy grup GOPR działających na ter. Beskidów

Jak grupa (grupy) GOPR zabezpiecza: Beskid Wyspowy, Gorce, Pieniny, Beskid Sądecki, Beskid Niski, Bieszczady?

Różnica pomiędzy centralą grupy / stacją ratunkową / dyżurką / punktem ratunkowym

Co to jest Akia? Deska? Tobogan? TRX? Eurocopter? LPR? CPR?

Czy akcje ratownicze są płatne w: Polsce, Czechach, Alpach, na Słowacji? Co z tego wynika?

Największa organizacja zrzeszająca turystów i wspinaczy na Zachodzie – oferuje ubezpieczenia i zniżki

Jak się nazywa służba ratownicza na Słowacji?

Telefony alarmowe w górach (4). Gdzie się dodzwonimy?

Międzynarodowy dźwiękowy / optyczny sygnał wzywania pomocy? Sposób odpowiadania

Łądowanie śmigłowca w pobliżu – wizualna komunikacja z pilotem, postępowanie.

Informacje, które należy podać wzywając pomoc

Postępowanie po wezwaniu pomocy do poszkodowanego

NIEBEZPIECZEŃSTWA GÓR i typowe zdarzenia zagrażające zdrowiu / życiu – przykładowe zagadnienia

Co to są niebezpieczeństwa obiektywne i subiektywne. Wymień.

3 podstawowe czynniki zwiększające niebezpieczeństwo w górach

Co to jest temperatura odczuwalna. Jak i dlaczego różni się od temperatury rzeczywistej?

Ile picia dziennie powinno się przyjmować w górach w czasie wysiłku?

Dlaczego marsz we mgłę jest bardziej niebezpieczny?

Na co należy zwracać uwagę podczas marszu w bardzo silnym wietrze?

Jaki to rodzaj śniegu i kiedy występuje: puch, gips, szreń, lodoszreń, śnieg mokry, śnieg ziarnisty, firn

Typowe objawy u osób nadmiernie zmęczonych / wyczerpanych

Co to jest hipotermia? Dlaczego jest niebezpieczna? Stopnie HT

Co to jest i na czym polega „wtórna śmierć z wychłodzenia”?

Objawy HT1 i postępowanie

Objawy HT2 i postępowanie

Objawy HT3/HT4 i postępowanie

Czynniki sprzyjające wychłodzeniu

Czy można rozgrzewać alkoholem? Jak działa alkohol? Alkohol a skłonność do wychładzania się

Odmrożenia – kiedy powstają, mechanizm, czynniki sprzyjające. Stopa okopowa.

Stopnie odmrożenia. Działanie w przypadku odmrożeń.

Części ciała najbardziej podatne na odmrożenia. Co to są odmrożenia bransoletkowe, jak powstają?

Rodzaje lawin śnieżnych – kiedy powstają?

Czynniki sprzyjające powstawaniu lawin

Stopnie zagrożenia lawinowego

Gdzie w Polsce schodzą lawiny?

Miejsca lawinowe w Bieszczadach

Zasady przekraczania terenu lawinowego

Po jakim czasie skokowo spada przeżywalność w lawinie? Wnioski

Autoratownictwo lawinowe – podstawowe zasady

Postępowanie po zejściu lawiny

Zasady przy poruszaniu się po kamienistych zboczach (piargu)

Dlaczego każdy porażony piorunem / prądem musi być odtransportowany do szpitala?
Co to jest napięcie krokowe?
Postępowanie w razie znalezienia się z grupą w górach w czasie burzy
Miejsca bezpieczne / niebezpieczne w czasie burzy
Optymalny ubiór i zasada ubierania się latem / zimą
Czynniki sprzyjające przegrzaniu
Co poza temperaturą sprzyja przegrzaniu?
Wyczerpanie cieplne – objawy i postępowanie
Udar cieplny – objawy i postępowanie
Odwodnienie – przyczyny fizjologiczne, przyczyny patologiczne, objawy, postępowanie
Postępowanie w przypadku pogryzienia przez psa
Ukąszenie przez żmiję – objawy / postępowanie
Poparzenia słoneczne – czynniki sprzyjające (obiektywne i subiektywne)
Poparzenia – stopnie, objawy, postępowanie
Urazy – złamania, skręcenia, zwichnięcia – postępowanie
Urazy – krwotoki, zasady opatrywania ran, rodzaje opatrunków, opaska uciskowa
Amputacje
Urazy głowy – objawy, ocena sytuacji, postępowanie
Urazy: oka, kręgosłupa, klatki piersiowej, brzucha, miednicy
Zatrucia, zadławienia, porażenia prądem
Omdlenia
Wstrząs – powody, objawy, postępowanie
Podstawowe zasady RKO / ABC
Postępowanie w miejscu wypadku
Stany zagrożenia życia
Zabezpieczenie osoby poszkodowanej – przytomnej, nieprzytomnej
Skład apteczki na 2 dni, na 10 dni, zasady kompletowania apteczki na wyjazd zagraniczny

SPRZĘT – przykładowe zagadnienia

Jakie cechy budowy powinien posiadać but skórzany, aby jak najlepiej sprawdził się w beskidzkich warunkach?
Podczas wyjazdu pod namiot w Bieszczady ukraińskie zmoczyłaś/eś buty. Co możesz zrobić w trakcie wyjazdu, aby je wysuszyć?
Jak należy mocować karimatę do plecaka, aby sprawiała najmniej problemów podczas transportu?
Jakie tkaniny nadają się na bieliznę termoaktywną, a jakie nie?
Wymień elementy wyposażenia osobistego niezbędne podczas wycieczki kursu SKPB.
Kiedy podczas wyjazdu w góry warto założyć sandały zamiast butów?
Czy warto zdejmować buty w czasie 10 minutowego odpoczynku?
Co to są stuptuty i do czego służą? Czy muszą być z gore-texu?
Czy membrana gore-tex wyraźnie poprawi komfort chodzenia w bucie z litej skóry?
Jak zabezpieczyć rzeczy w plecaku, aby nie zmokły?
Zalety, wady, optymalne okresy stosowania butów z litej skóry / cordurowych.
Zalety / wady śpiworów puchowych i ze sztucznego wypełnienia
Jak należy dbać o śpiwór puchowy?
Różnica pomiędzy polarem / windstoperem / softshellem / kurtką z membraną – kiedy ich użyjemy?
Elementy kurtki zimowej
Różnice w konstrukcji i zastosowaniu nart biegowych / śladowych / turowych
Cechy konstrukcyjne i teren użycia – nart i butów biegowych
Cechy konstrukcyjne i teren użycia – nart i butów śladowych
Cechy konstrukcyjne i teren użycia – nart i butów turowych
Co to są foki – kiedy się ich używa?
Rakiety – cechy konstrukcyjne i teren użycia. Czy do raket potrzeba specjalnego obuwia?
Rakiety – różnica między raketami „nizinnymi” a górskimi
Co składa się na osobisty zestaw lawinowy?
Czym różni się osobisty detektor lawinowy tzw. Pieps od systemu Recco?