*Sporočilo za javnost!*

**Vaše roke lahko rešujejo življenja**

**V sklopu Evropskega dneva oživljanja več kot 90 brezplačnih tečajev po vsej Sloveniji**

**Ljubljana, 15. oktober 2015 – Evropa vsako leto 16. oktobra obeležuje evropski dan oživljanja, ki poteka pod sloganom 'Vaše roke lahko rešijo več življenj'. Ob tej priložnosti bo do 26. oktobra po vsej Sloveniji potekalo več kot 90 brezplačnih tečajev temeljnih postopkov oživljanja, partnerji projekta Evropski dan oživljanja 2015 (Slovenski reanimacijski svet, Rdeči križ Slovenije in Val202) pa bodo tudi na druge načine ozaveščali ljudi, da lahko s preprostimi postopki sočloveku rešijo življenje. V Sloveniji približno 1600 ljudi letno doživi nenaden srčni zastoj, stotine pa jih umre, ker jim očividci ne znajo pomagati, čeprav bi jih z zelo preprostimi, a pravočasno izvedenimi postopki oživljanja lahko rešili. Takojšen začetek oživljanja namreč celo do štirikrat poveča število preživelih po srčnem zastoju. Projekt kot ambasadorka podpira tudi Petra Majdič.**

Do 26. oktobra partnerji projekta Evropski dan oživljanja 2015 (Slovenski reanimacijski svet, Rdeči križ Slovenije in Val 202) organizirajo skoraj 80 odprtih in brezplačnih tečajev, več kot 10 usposabljanj pa bodo izvedli tudi za zaprte skupine učencev in delavcev osnovnih in srednjih šol. Celoten seznam dogodkov, ki se jih lahko udeleži kdorkoli in brez vnaprejšnje prijave, je dosegljiv na spletnih straneh [Slovenskega reanimacijskega sveta](http://slors.szum.si/evropski-dan-ozivljanja-2015/), [Rdečega križa Slovenije](http://www.rks.si/) in [Vala 202](http://val202.rtvslo.si/).

Udeleženci se na tečajih seznanjajo s temeljnimi postopki oživljanja in uporabo avtomatskih zunanjih defibrilatorjev (AED). *»Verjetnost, da oseba, ki je v srčnem zastoju, preživi, se vsako minuto, ko očividec ne oživlja, zmanjša za 10 %. Takojšen začetek temeljnih postopkov oživljanja s strani očividcev lahko celo do štirikrat poveča število preživelih po srčnem zastoju. Defibrilacija z AED napravo znotraj obdobja 3 – 5 minut po kolapsu pa lahko poveča delež preživelih na 50 – 70 %,«* pravi **dr. Primož Gradišek, dr. med., predsednik Slovenskega reanimacijskega sveta**, ki je pobudnik projekta Evropski dan oživljanja v Sloveniji, in hkrati opozarja na pomen širše mreže AED naprav v stanovanjskih naseljih, saj se kar 70 - 80 % srčnih zastojev zgodi doma. Posodobljen seznam lokacij približno 900 AED naprav v Sloveniji je dostopen na <http://www.aed-baza.si/>.

Široko mrežo brezplačnih tečajev poleg AED iniciativ pomaga zagotavljati Rdeči križ Slovenije. *»Sodelovanje v projektu Evropski dan oživljanja za Rdeči križ Slovenije pomeni uresničevanje našega poslanstva. Ker zelo dobro vemo, da prva pomoč rešuje življenja, si vseskozi prizadevamo opozarjati, kako pomembno je znanje prve pomoči od otroških let naprej, ter uvrstiti vsebine prve pomoči v obvezni učni program osnovnih in srednjih šol. V Rdečem križu Slovenije organiziramo tudi številne tečaje prve pomoči, ki zajemajo tudi znanje oživljanja. Usposabljanja organiziramo ne le za laike, temveč tudi in predvsem za ekipe prve pomoči. Med njimi je tudi ekipa RKS-OZ Grosuplje, ki je letos zmagala na evropskem preverjanju usposobljenosti. Trenutno deluje 91 ekip prve pomoči Rdečega križa Slovenije, in mnoge od njih s svojim znanjem sodelujejo tudi v projektu Evropski dan oživljanja 2015,«* pravi **doc. dr. Uroš Kovačič, dr. med., predsednik Strokovnega centra za prvo pomoč pri Rdečem križu Slovenije.**

Da lahko sočloveku s preprostimi postopki rešimo življenje, bodo partnerji vseskozi opozarjali tudi z radijskimi vsebinami, ki jih pripravlja Val 202, in bodo celovito predstavljale problematiko srčnega zastoja v Sloveniji. »Pomembno se nam zdi, da poslušalcem povemo, da si morajo upati pomagati. Po eni prejšnjih podobnih akcij, ki smo jih izpeljali v etru Vala 202 smo izvedeli, da je gospod rešil življenje sinu najstniku, naš sodelavec pa svoji sorodnici. Radi bi utrdili zavedanje, da je učenje teh veščin sila preprosto, da stanja ni mogoče poslabšati in da je najslabše, če ne pomagaš. Zato naj bodo radijske oddaje tudi spodbuda, da se bodo posamezniki udeleži katerega izmed tečajev temeljnih postopkov oživljanja,« pravi **Nataša Zanuttini, urednica dnevno aktualnega programa na Valu 202.**

Da lahko ravno z ozaveščanjem ljudi dosežemo pomemben napredek v preživetju in kakovosti življenja, poudarja **dr. Rajko Vajd, predsednik Slovenskega združenja za urgentno medicino**, pod okriljem katerega deluje tudi Slovenski reanimacijski svet: *»Približno 1600 ljudi v Sloveniji na leto doživi nenaden srčni zastoj, preživi ga 5 -15 % ljudi, točnega podatka žal nimamo. Številni bolniki, ki preživijo izvenbolnišnični srčni zastoj pa niso sposobni samostojnega življenja. Na področju bolnišničnega zdravljenja po uspešnem oživljanju smo v Sloveniji že naredili pomemben napredek. Zato verjamemo, da lahko preživetje in kakovost življenja povečamo predvsem tako, da okrepimo prve tri člene v verigi preživetja: zgodnjo prepoznavo ogroženega in klicanje pomoči, takojšen začetek temeljnih postopkov oživljanja ter zgodnjo defibrilacijo z AED.«* Glede na zadnje podatke namreč v Sloveniji le 30 % očividcev prične oživljati, medtem ko v bolj osveščenih delih Evrope prične oživljati med 50 in 70 % očividcev.

**Projekt kot ambasadorka podpira tudi Petra Majdič**, ki vsem Slovencem sporoča, naj izkoristijo priložnost brezplačnih prikazov oživljanja ter uporabe AED: *»Veliko ljudi ne ve, da se kar 80 % izvenbolnišničnih srčnih zastojev zgodi doma. Marsikdo pa tudi ne ve, da lahko takojšen začetek oživljanja celo do štirikrat poveča število preživelih. Pomembno je, da se tega zavedamo, in da storimo, kar je v naši moči, da se seznanimo z ravnanji, ki nam lahko pomagajo rešiti življenje sočloveka, pogosto celo nekoga, ki nam je zelo blizu. Pogum za ukrepanje nam bo vlivalo ravno znanje.«*

Tudi **Petra Šajn**, ki je s svojim znanjem in pogumom že rešila življenje, to potrjuje in opozarja, da lahko človeku v srčnem zastoju s svojimi dejanji lahko le pomagamo: »Ne bojte se pristopiti k človeku, ki je v srčnem zastoju, saj tega človeka praktično ni več in mu s pravilnim izvajanjem temeljnih postopkov oživljanja lahko le pomagamo. Biti moramo pogumni, imeti voljo do učenja in izkoristiti priložnosti, ki nam jih ponujajo akcije, kot je Evropski dan oživljanja, saj se takrat lahko brezplačno naučimo ustreznega ravnanja. To je znanje, za katerega nikoli ne vemo, kdaj ga bomo potrebovali. Morda nikoli, morda pa ravno doma, ko bomo lahko pomagali nekomu od svojih bližnjih. Razlika med nemim opazovalcem in akterjem, je le nekaj uric, ki jih posvetimo učenju te, izjemno pomembne stvari. Razlika je srce, ki bije.«

**VEČ INFORMACIJ:**

**Seznam tečajev je objavljen na:**

* <http://slors.szum.si/tecaji/evropski-dan-ozivljanja/>
* <http://val202.rtvslo.si/2015/10/sekunde-resujejo/>
* <http://www.rks.si/sl/Novice/Evropski_dan_ozivljanja_2015/>

**Kratki napotki za oživljanje:**

* <http://slors.szum.si/wp-content/uploads/2015/07/letak_p2.jpg>

**Partnerje programa spremljajte na spletu:**

* Slovenski reanimacijski svet
  + <http://slors.szum.si/evropski-dan-ozivljanja-2015/>
  + <https://www.facebook.com/slovenskireanimacijskisvet>
* Rdeči križ Slovenije
  + <http://www.rks.si/>
  + <https://www.facebook.com/rdeci.slovenije>
* Val 202
  + <http://val202.rtvslo.si/>
  + <https://www.facebook.com/Val202>

**Zemljevid AED naprav v Sloveniji:**

* <http://www.aed-baza.si/>

**Dodatne informacije:**

Mateja Bizjak; Mob: 031 363 105; @: [slo.reanim.svet@gmail.com](mailto:slo.reanim.svet@gmail.com)