



Krizová intervence

psychosociální pomoc ZZS SK



KRIZOVÁ INTERVENCE

....co to vlastně je???...o co se jedná???

● **Krizová intervence** - jedná se o psychosociální první pomoc poskytovanou školenými krizovými interventy v akutní fázi reakce na těžký stres, u našich **pacientů a široké veřejnosti**, kteří se setkali s nějakou mimořádnou situací.

● **Akutní fáze** při mimořádné události je **v přímém vztahu** k hromadnému neštěstí, ke katastrofě, k bezprostředním šokujícím dojmům a ztrátám blízkých - **liší se svým individuálním obsahem, závažností dopadu; a hlavně změní osobnost.**

● **Psychosociální intervence** je z toho důvodu indikována od samého začátku.



KRITICKÁ UDÁLOST

- ***Kritickou událostí*** se stává jakákoliv událost, která je natolik emocionálně silná, že přesahuje běžné schopnosti člověka se s ní vypořádat.
- To co je pro jednoho kritická událost, může být pro druhého vcelku dobře zvládnutelné, svoji ***rolí hrají*** zkušenosti, aktuální psychický stav, vnější podmínky a řada dalších faktorů na místě události.
- ***Do oblasti kritických událostí spadají*** v zásadě ***ty případy***, které se vymykají běžné zkušenosti člověka či jeho pracovní rutině.



V PNP může jít tyto situace a události:

- *traumatická smrt dítěte, neúspěšná KPR dítěte,*
- *události extrémních sebevražd či násilné smrti,*
- *závažné nehody s oběťmi na životě,*
- *zážitek zvláště tragické události nebo katastrofy,*
- *setkání s krutou smrtí u postižené osoby,*
- *konfrontace s extrémně postiženou obětí.*



ZNAKY PSYCHICKÉHO TRAUMATU

1. příčina přichází zvnějšku,

2. je extrémně děsivá,

***3. navozuje prožitek ohrožení života,
a ohrožení tělesné či duševní integrity,***

4. navozuje pocity bezmocnosti,

***...a hlavně dochází k selhávání vlastních
adaptačních mechanismů, které jedinec
využívá při běžné zátěži.***



Rozlišujeme dvě podoby akutní reakce na stres (ARS)

1. reakce typu A – aktivní reakce, je častější, jde o reakci „útok-útěk“, jedná se o rychlou mobilizaci sil za účelem aktivní obrany.

2. reakce typu B – pasivní reakce, jde o „ustrnutí“, neboli tzv. „mrtvý brouk“, jedinec se tímto způsobem chrání před silnými emocemi, které by v danou chvíli nebyl schopen ustát a udržet pod kontrolou.



Reakce typu A – na jedinci je možno pozorovat:

- svalové napětí, puls a dech jsou zrychleny,
- **výrazné emoce**: zlostné emoce, pláč, křik, zoufalství, vztek, agresivita, ale může to být i smích,
- silné pocení, pocity horka, zrudnutí, výrazný třes končetin nebo celého těla,
- rychlé až překotné tempo řeči, čas běží subjektivně rychleji,
- těkavé pohledy, zrakem „kontroluje“ okolí, neschopnost zaměřit pozornost,
- **nápadný psychomotorický neklid**: neúčelné pohyby, pobíhání, nepřesná koordinace.



Reakce typu B

- ***emoce nejsou pozorovatelné***, postižený je ani neprožívá,
- ***minimální mimické projevy***, výraz obličeje „maskovitý“, může se objevit „nejapný“ úsměv, ale možný je i hněv,
- ***pohyby jakoby ztuhlé a strnulé***, „zamrznutí“, dochází ke zhoršení koordinace,
- zblednutí, studený pot, pocit zimy, chvěje se,
- ***často nelze navázat oční kontakt*** – dívá se jakoby dovnitř do sebe, rozšíření zornic,



• **čas je vnímán jako zpomaleně proudící**, vše trvá subjektivně velmi dlouho,

• **snížení percepce těla až neschopnost cítit tělo**, což může vést k tomu, že se klient záměrně zraňuje – snaží citlivosti dosáhnout,

• **obranné mechanismy**: „jen se mi to zdá“ (derealizace), „nejsem to já, komu se událost přihodila“ (depersonalizace),

• **tendence k regresi** – klienti opouštějí dospělé formy chování,

• **je výrazně omezena schopnost porozumět sdělení zvnějšku**



POZOR – na reakci typu B!!!

Takto reagující člověk může ve vnějším pozorovateli budit dojem, že je „v naprosté pohodě“, statečný a „rozumný“, protože po okolí nic nechce

– ale opak bývá pravdou!!!!



Zranitelné skupiny obyvatel:


měli bychom být citliví k potřebám, rizikům a zvláštnostem některých skupin obyvatel:

- ***věkových skupin*** (zejména starých lidí a dětí),
- ***kulturních a etnických skupin,***
- ***lidí se závažnými a přetrvávajícími duševními poruchami,***
- ***lidí v kolektivních zařízeních.***



... a jak tedy v případě potřeby postupovat?

- ***Krizového intervanta vyžaduje vždy lékař RLP posádky po dohodě se zasaženými osobami na místě zásahu, rovněž může požadovat intervanta ZZS zástupce složek IZS.***
- ***Nesmíme zapomenout, že intervanta je možné zavolat se souhlasem alespoň jedné osoby na místě události, a nemusí to být vždy zasažený jedinec. Pomoc krizového intervanta může požadovat i osoba blízká, známí, sousedé atd.***
- ***Posádka by měla lidským způsobem nabídnout intervenci*** např. “pane Nováku, mohu vám poslat krizového intervanta, který by tu s vámi byl, než by přijel někdo z rodiny, souhlasíte s tím“?

- 
- **Lékař RLP posádky v takovém případě kontaktuje ZOS SK**, které informuje koordinátora SPISu o dané události...ten pak rozhodne o (ne)vyslání interventa.

....a jak je to s medikací u zasažené osoby???

pokud se uskuteční krizová intervence, bylo by optimální nepodávat žádná sedativa.



**....a na závěr ještě pár praktických informací
o krizové intervenci ZZS SK**

- **Od ledna roku 2014 má ZZS SK šest vyškolených krizových interventů pro oblast: Benešovska, Rakovnicka, Kladenska Příbramska, Berounska a Mělnicka,** v červnu ukončili kurz další dva krizoví interventi. Ještě chybí krizoví interventi pro okres Kolín, Mladá Boleslav a Nymburk.
- Kolektivem interventů byla vypracována příručka s názvem **„Jak se vyrovnat s mimořádnou událostí, rady a pomoc v tíživé situaci“** kde zasažení najdou:
 - obvyklé projevy duševního traumatu
 - co pro sebe mohou udělat
 - jak tyto projevy mohou ovlivnit
 - několik rad na závěr
 - důležité telefonní kontakty



Od ledna letošního roku bylo provedeno šest krizových intervencí:

- ***Kutnohorsko,***
- ***Rakovnicko - 2 intervence,***
- ***Kladensko - 2 intervence,***
- ***Berounsko,*** kde byly ještě po dohodě s psychologem PČR provedeny dvě telefonické intervence.



Použitá literatura:

HUMPL, L. První psychická pomoc. Hradec Králové, 2013, 73 s.

VODÁČKOVÁ, D. a kol. Krizová intervence. 3. vyd. Praha: Portál, 2012, 543 s. ISBN 978-80-262-0212-7.