

ДОКЛАД
към Столична община



във връзка с изпълнението на проект

**“Градът има нужда от неочаквани герои! Образование без бариери -
адаптирано за незрящи обучение по първа помощ
при внезапен сърдечен арест”**

2025

Въведение и обосновка на проекта

Проектът “Градът има нужда от неочаквани герои! Образование без бариери - адаптирано за незрящи обучение по първа помощ при внезапен сърдечен арест” се изпълнява с финансовата подкрепа на Столична община - Програма „Европа“ 2025 от фондация „Първите три минути“, в партньорство с Фондация „Сърцето на Йелена“, Български съвет по ресусцитация и Асоциация на студентите по медицина – София.

Проектът се реализира в отговор на острата нужда от интеграция на незрящите и слабо виждащи граждани на София в образованието за първа помощ и необходимостта от повишаване на тяхната способност за реакция в спешни ситуации и по-конкретно в случаите, при които живота на пострадалите зависи в най-голяма степен от действията на преките свидетели. Това са състоянията свързани с липса на дишане, липса на съзнание и задавяне.

Внезапният сърдечен арест е водеща причина за смърт в Европейския съюз, като такъв инцидент се случва на всеки 45 секунди! Тъй като шансът за спасяване намалява с 12% с всяка минута забавяне на помощта, насоките на Европейския съвет по ресусцитация еднозначно посочват, че критично значение за оцеляване на пострадалите има оказването на качествена първа помощ чрез кардио-пулмонална ресусцитация и автоматична дефибрилация от преките свидетели на инцидента.

В същността си, проектът не се ограничава единствено до обучение по първа помощ. Основна негова цел е преодоляване на неравностойното положение и дискриминацията, с които се сблъскват незрящите хора, когато става дума за достъп до здравна информация, безопасна среда и възможност да участват активно и равнопоставено в социалния живот. Адаптацията на обученията е в пълно съответствие с правото на равен достъп до образование и информация, заложено в Конвенцията за правата на хората с увреждания и в стратегическите документи на Столична община.

Проектът стъпва върху разбирането, че способността да окажеш първа помощ е не просто умение – тя е израз на равноправие, активна гражданска позиция и лична отговорност. Да бъде дадена възможност на човек със зрителни увреждания да придобие такива умения, означава да му бъде признато пълноценното участие в обществото и да му се осигури равнопоставено място в спасителната верига.

Заложени цели и постигнати резултати

1. Подготовка и повишаване на квалификацията на доброволни инструктори от партниращите организации

В началната фаза на проекта, както беше планирано, 30 доброволци преминаха в България сертифициран от Европейския съвет по ресусцитация курс по Основно поддържане на живота (Basic Life Support). Това обучение имаше решаващо значение за систематизиране на знанията и уменията на доброволци от различни организации и с различно ниво на подготовка и приравняването към най-съвременните европейски стандарти. Тук трябва да се отбележи, че насоките за основно поддържане на живота на водещите в света организации – Европейски съвет по ресусцитация и Американска сърдечна асоциация от години са в унисон и поради това, тези насоки се възприемат за стандарт не само в Европа, а в целия свят.

Обучените доброволци оказаха неоценима помощ в обученията на незрящите впоследствие, но само по себе си, подобно стандартизирано обучение на доброволци от различни структури повишава значимо капацитета на Столична община за реакцията при бедствия, аварии и катастрофи.

2. Адаптация на алгоритъма за оказване на първа помощ по стандартите на Европейския съвет по ресусцитация (ERC)

Проучването на научната литература, общодостъпната информация и лични срещи с представители на водещи институции, вкл. производители на автоматични външни дефибрилатори в Европа, САЩ и Канада показаха, че няма изградени модели за адаптирано обучение по първа помощ при внезапен сърдечен арест на незрящи. Проведени бяха консултации с водещи медицински специалисти, млади лекари – специализанти по анестезиология и реанимация, студенти по медицина, доброволни спасители, сертифицирани инструктори по основно поддържане на живота към Европейския съвет по ресусцитация (ЕСР), незрящи граждани – доброволци, и с тяхна помощ беше преразгледан всеки аспект и елемент от обучението. Беше адаптиран самия 4-стъпков модел, възприет в обучението на ЕСР, тъй като първите три стъпки в него, и особено първата – демонстрация в реално време, се базира в огромна степен на визуално възприятие. Някои техники, използвани като „допълнителна информация“ в стандартното обучение бяха възприети като основни техники в обучението на незрящите. Например, начина за намиране правилното място за извънгръдни притискания при кардио-пулмонална ресусцитация, което стандартно се определя визуално, но има даден алтернативен

метод с мануално определяне - последния се оказа от изключителна полза за незрящите и чрез него те забележимо бързо и ефективно и най-вече – без никакъв компромис в качеството спрямо зрящ човек - успяха да усвоят тази техника. Други техники или по-скоро детайли в техниката бяха въведени в движение от самите незрящи участници, но след анализ на тяхната ефективност бяха адаптирани и възприети като част от обучението.

3. Създаване на адаптирани учебни ресурси

Аудио файл с алгоритъм за самостоятелно упражнение – опитни инструктори по основно поддържане на живота, съвместно с незрящи доброволци изготвиха скрипт за аудио инструкции за трите животозастрашаващи състояния в обхвата на това обучение – липса на дишане, липса на съзнание и задавяне, които бяха професионално записани и монтирани в студио. Тези аудио инструкции са от изключителна полза при предварителната подготовка, преди практически курс по първа помощ за незрящите. Те биха могли да бъдат използвани и самостоятелно за базова теоретична подготовка на всеки човек, независимо дали е незрящ или вижда.

4. Проведени обучения на незрящи и слабовиждащи хора

Близо 80 души със зрителни увреждания преминаха адаптираното обучение по КПР и АВД. В проекта бяха заложили 8 обособени обучения, но поради изключително големия интерес от незрящи граждани, особено след положителната обратна връзка след провеждането на първите обучения, беше проведено допълнително обучение, с което те станаха общо 9.

Устойчивост и връзка с досегашни политики и инициативи на Столична община

Столична община развива успешно програма в съответствие с Пътна карта за внедряване на програма за ранна дефибрилация на територията на Столична община за периода 2022 – 2050 г., като вече автоматични дефибрилатори са инсталирани на редица публични места в града, ежегодно се провеждат мащабни информационни кампании в съответствие с декларация Р7_ТА(2012)0266 на Европейския парламент относно създаване на европейска седмица за предоставяне на информация относно спирането на сърдечната дейност, специализирани обучения са преминали много от службите на Столична община, вкл. всички служители на Столичен инспекторат, Дирекция „Аварийна помощ и превенция“, служители на Метрополитен ЕАД, Софийски Зоопарк, Център за градска мобилност и др.

Проектът надгражда тези усилия, като **гарантира приобщаване на хора със зрителни увреждания** към тази мрежа от подготвени свидетели на инцидент с внезапен сърдечен

арест и допълва усилията на общината за разширяване на системата за автоматична дефибрилация в публични пространства.

В предходни години Столична община чрез Програма "Европа" финансира:

- Сертифицирано към Европейския съвет по ресусцитация обучение по основно поддържане на живота на служители на Столичен инспекторат
- Разработване на „Пътна карта за внедряване на програма за ранна дефибрилация на територията на Столична община“
- Провеждане на информационна кампания във връзка със световния ден за рестартиране на сърцето, съвместно с Метрополитен ЕАД
- Разработване на дигитална карта на автоматичните дефибрилатори в София

Преодоляването на бариерите пред интеграцията и образованието и осигуряването на равни условия за здравословен живот и безопасна среда за всички уязвими граждани е важен приоритет за града.

Роли при реализиране на проекта

Проектът обедини много силни институции и хора, всеки от тях с изключителна експертиза или капацитет за намиране на практически решения по възникващите в процеса на работа предизвикателства. Тяхната колаборация за постигане на успех за каузата е един от най-съществените резултати. Всеки от партньорите имаше специфична роля и без приноса на който и да е от тях реализирането на проекта щеше да бъде невъзможно.

Проектът се реализира в партньорство с водещи организации, които допринасят с уникален капацитет и експертиза:

1. Български съвет по ресусцитация - експертиза по отношение медицина, насоки в областта на кардио-пулмоналната ресусцитация и дефибрилация, научна обосновка.
2. Фондация "Сърцето на Йелена" водеща, по отношение на опита от работа с незрящи и слабо виждащи хора, роля при разработването на методики и адаптирането на обученията по основно поддържане на живота за незрящи. Ключови роля при комуникацията с бенефициентите, както и асистенцията на незрящите по време на обученията.
3. Асоциация на студентите по медицина в България - активна роля на доброволци в провеждането на обучения и организацията на публични събития, включително в

Медицинския университет в София. Обучени по Европейски стандарт доброволци от асоциацията.

Освен официалните партньори в проекта, неоценима помощ оказаха доброволците на два спасителни екипа на територията на София – Доброволното формирование на Столична община (ДФСО) и Университетския аварийно-спасителен отряд (УАСО). Доброволци и от двата екипа участваха, както в сертифицираните обучения към Европейския съвет, така и в обученията на незрящи.

Иновация

Подходихме към този проект с яснотата, че такова обучение не е правено в България. Това беше част от първичната ни мотивация. И затова, първите планирани дейности по проекта бяха проучване на международния опит, добрите практики и научната литература. Извън основното проучване проведохме неформални срещи с партньори и представители на Европейския съвет по ресусцитация, Канадския червен кръст, водещи в света производители на автоматични дефибрилатори. Обучение на незрящи бяхме убедени, че се прави, защото в добре развитите общества степента на изолация е много по-ниска и хората с увреждания участват равноправно във всички аспекти на гражданското общество. Колкото повече информация намерихме, толкова повече се засилваше интереса ни, защото всички данни и проучвания до сега (които сами по себе си не са много) са насочени към анализиране на способността на незрящите да се адаптират към обучението по основно поддържане на живота, а не към адаптиране на обучението към специфичните потребности на незрящите.

Систематично проведената адаптация на курса – от промяната в алгоритъма към промяна на модела на преподаване, през преобразуване на максимално голяма част от визуалните методи във вербални, разработването на аудио файлове като ресурси за онлайн или самостоятелно обучение до най-малките детайли в техниките за КПР прилагани от незрящи – всичко това доведе до един цялостно адаптиран продукт за обучение на незрящи по първа помощ при сърдечен арест - представлява в голяма степен световна иновация в тази област.

Проучване

По време на обученията беше проведено доброволно изследване за промяната в нивото на увереност и нагласата за оказване на първа помощ при сърдечен арест на участниците, преди и след преминаване на адаптирания курс. Проучването беше проведено чрез попълване на въпросници за самооценка под формата на гугъл форми, които незрящите попълваха у дома или на място с помощта на инструктор.

Анализът на резултати ясно показва корелацията между участието в обучението и степента на увереност за реакция в критична ситуация и увеличаване на мотивацията за намеса. Данните от проучването са достъпни в **Приложение1** към доклада.

Дори на техническо ниво бяха установени интересни и неочаквани факти. Общото очакване е за предизвикателства произтичащи от липсата на зрение – от ориентацията в обстановката и оценката на безопасността до способността за изпълнение на определени техники. И всички те намериха своето решение с адаптация на методиките за обучение, но предварително не предполагахме, че в съществени аспекти, незрящите хора ще имат забележимо предимство спрямо средния участник в такъв курс. По отношение на пространствената ориентация и моторика, повечето от незрящите курсисти усвояваха правилния начин за позициониране на тялото за качествени извънгръдни притискания, забележимо по-бързо и интуитивно от повечето зрящи хора.

Заклучения и препоръки за бъдещо развитие

1. **Систематизиране и официализиране на адаптираната методика** като част от обучителните практики на Българския съвет по ресусцитация и ЕСР. Независимо от големия брой обучени граждани в рамките на проекта, то в по-широка перспектива той може да се приеме за пилотен и направените в него адаптации на стандартния курс да се използват за „изработване“ на стандартизиран курс за незрящи. Нещо повече, голяма част от наученото може да се приложи и в други обучения на тема първа помощ, адаптирани за незрящи, а също и подхода да бъде приложен за внедряване на адаптирани обучения за хора с други увреждания.
2. **Включване на адаптираните материали в дигитални платформи и институционални бази данни** – създадените аудио файлове с инструкции са достъпни на сайта на фондация „Първите три минути“ като ресурс за свободно използване, но те също биха могли да бъдат достъпни чрез други платформи, вкл. и чрез официални канали на Столична община.
3. **Създаване на възможности за регулярни обучения за незрящи**, включително съвместно с организации на хора с увреждания и доброволчески формирования. Приложения модел на работа – професионално обучение на доброволци, които впоследствие помагат при обучението на незрящи, в комбинация с достъпното „know-how“ от настоящия проект позволяват бързо и ефективно пренасяне на модела в други градове, а убедени сме – и в други държави.
4. **Осигуряване на достъпни тактилни знаци и маркировка** за наличните АВД в града. Основен проблем за незрящите остава, че без визуален контакт те много трудно биха могли бързо да намерят АВД в случай на нужда. АВД се маркират с универсални

знаци в целия свят, поставят се на видими и достъпни места, но незрящите граждани почти във всички случаи биха имали нужда от допълнителна помощ за откриването на АВД. В същото време, приложения за бързо търсене и навигация към най-близкия АВД се разработват и успешно използват на много места по света. Има пилотни разработки на тези приложения, които с цел още по-бързото откриване, при засичане на близко разположен АВД изпращат двупосочен сигнал към него и това позволява задействане на звукова и светлинна сигнализация (аларма) на съответното устройство. Подобно решение може да се окаже ключово за откриване на АВД от незрящи и нещо повече – заимствайки технологии от инфраструктурата за незрящи, подобно на звуковата сигнализация на светофарните уредби, може да се използва векторно фокусиране в определена посока на звука, което би могло да е от полза както на незрящите, така и на зрящи. Подобни проучвания, до колкото ни е известно не са правени, но успешното реализиране на проект като този отваря много хоризонти за развитие.

5. **Разширяване на проекта към други уязвими групи** – хора с интелектуални затруднения, глухи и хора с двигателни увреждания.

Благодарности

Изказваме благодарност на всички партньори, доброволци, участници и екипа на Програма „Европа“ за възможността да реализираме проект с толкова осезаема стойност и устойчив принос.

Фондация „Първите три минути“ остава отворена за бъдещи партньорства, които да продължат мисията за спасяване на човешки животи чрез знание и приобщаване.

**** Докладът съдържа Приложение1*

София, 2025