



Narada Szkoleniowa OSP

Profilaktyka przeciwnowotworowa w straży pożarnej

Przygotował: bryg. Tomasz Kołakowski

16.03.2024





Zawartość prezentacji:

- Wstęp
- Narażenie na czynniki rakotwórcze w straży
- Metody przeciwdziałania
- Kampanie społeczne
- Bibliografia



Wstęp

Działania ratowniczo-gaśnicze stawiają wiele wyzwań przed ratownikami, którym trzeba sprostać.

Priorytetem jest **BEZPIECZNE** niesienie pomocy potrzebującym oraz mieniu w sytuacjach zagrożenia.

Poprawę bezpieczeństwa prowadzonych działań ratowniczych można osiągnąć poprzez zastosowanie rozwiązań zarówno **SPRZĘTOWYCH** jak i **ORGANIZACYJNYCH**.



Drogi narażenia na czynniki rakotwórcze

- Produkty spalania i zanieczyszczenia, które przenikają przez:
 - drogi oddechowe,
 - skórę,
 - układ pokarmowy,





Narażenie na czynniki rakotwórcze w środowisku pracy

- Podczas prowadzonych działań ratowniczo-gaśniczych



- W straźnicy / remizie



Źródła narażenia na czynniki rakotwórcze podczas działań ratowniczo-gaśniczych



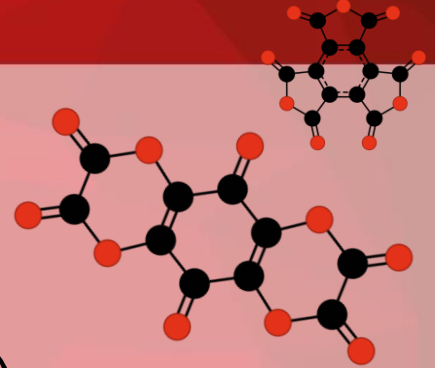
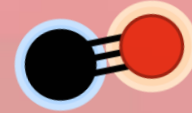
- Środowisko pożarowe
 - dym,
 - zanieczyszczenia popożarowe,
- Miejsce prowadzonych działań
 - sprzęt silnikowy,
 - bieżąca konserwacja i obsługa sprzętu,
 - miejsce regeneracji,



Toksyczność pożaru

Produkty spalania:

- Izocyjany
- Lotne związki organiczne (styren, benzen)
- Wielopierścieniowe węglowodory aromatyczne (piren, diobenzopiren)
- Nieorganiczne produkty spalania (CO, CO₂, HBr, HCl, HCN, NO_x)





Źródła narażenia na czynniki rakotwórcze w remizie/strażnicy.

- Ubrania bojowe.
- Sprzęt użyty do działań ratowniczych.
- Spaliny pojazdów oraz sprzętu silnikowego.





Jak zmniejszyć ryzyko zachorowania – według zaleceń Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem

- Chroń się przed działaniem substancji rakotwórczych w miejscu pracy.
- Nie pal. Nie używaj tytoniu w żadnej postaci.
- Ogranicz spożycie alkoholu.
- Utrzymuj prawidłową wagę ciała.
- Bądź aktywny fizycznie w codziennym życiu. Ogranicz czas spędzony na siedząco.
- Przestrzegaj zaleceń związanych z prawidłowym sposobem żywienia.
- Unikaj nadmiernej ekspozycji na promienie słoneczne. Nie korzystaj z solarium!
- Dowiedź się, czy w domu jesteś narażony na naturalne promieniowanie spowodowane wysokim stężeniem radonu.
- Regularnie badaj się!

źródło: <https://pacjent.gov.pl/aktualnosc/europejski-kodeks-walki-z-rakiem>



Metody przeciwdziałania MIEJSCE ZDARZENIA

- Dobór odpowiednich środków ochrony indywidualnej,
- Unikanie zbędnego narażenia na czynniki szkodliwe,
 - Wstępne oczyszczenie ubrań przed ściągnięciem
- Dekontaminacja na miejscu zdarzenia:
 - sprzętu OOU (woda, sprężone powietrze),
 - Ściągnięcie i zabezpieczenie ubrań bojowych przed wejściem do kabiny pojazdu,
 - Usunięcie zabrudzeń (woda, mydło, chusteczki nawilżane),





Metody przeciwdziałania STRAŻNICA / REMIZA

- Podział pomieszczeń na strefy BRUDNA/CZYSTA,
- Czyszczenie/pranie ubrań bojowych,
- Czyszczenie i konserwacja sprzętu,
- Ozonowanie pojazdów, pomieszczeń,
- Zaplecze socjalne (łazienki, sauna),
- Profilaktyka (aktywny tryb życia, odżywianie, nawadnianie organizmu),

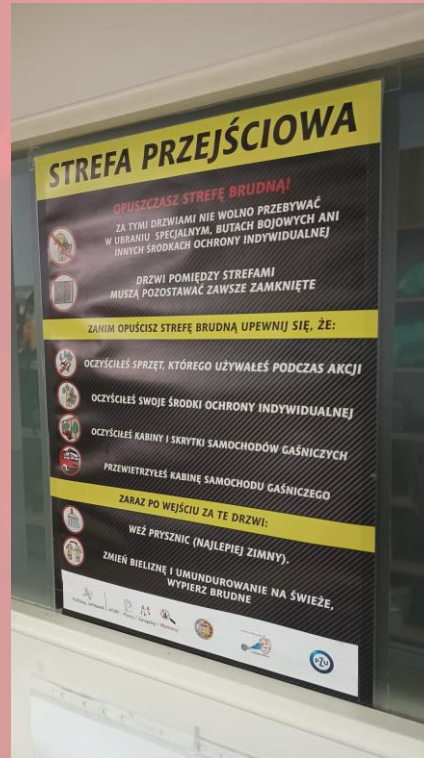
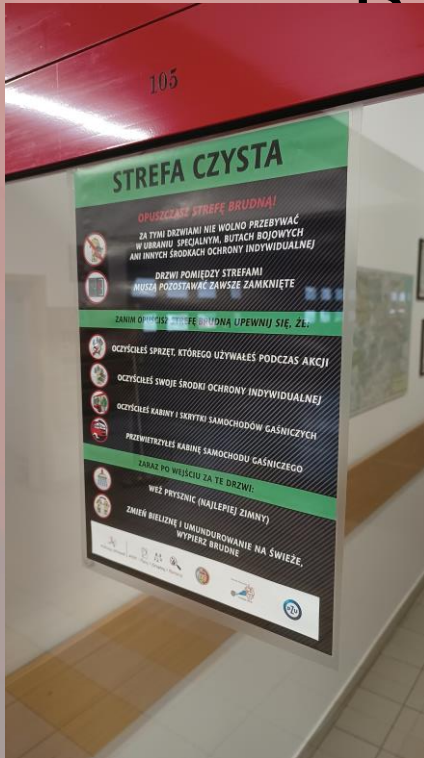


Podział pomieszczeń na strefy.

Czysta

Bardzo Brudna

Przełściowa





Czyszczenie ubrań bojowych.

Pralnia

z podziałem na pralki do ubrań bojowych i koszarowych



Ozonator powietrza





Zaplecze socjalne





Kampanie „Nie dla raka w straży” i pokrewne

PRZEGLĄD  POŻARNICZY

<https://www.ppoz.pl/czytelnia/zdrowie/Zapobieganie-nowotworom-cz.-1/idn:1956>

 MUNDUR
NIE ZBROJA

<https://mundurniezbroja.pl/>

DRUGA 
RATOWNIK 

<https://www.drogaratownika.pl/nie-dla-raka-strazy/>

Fundacja CFBT.pl



<https://cfbt.pl/nie-dla-raka-w-strazy>

<https://www.youtube.com/watch?v=BUK5Glgwhog>



Bibliografia

- Przegląd Pożarniczy 4/2019 „Czy półmaski nas chronią”
- Przegląd Pożarniczy 1/2019 „Zapobieganie nowotworom (cz. 1)”, Szymon Kokot-Góra, Rafał Porowski, Dawid Słupik
- Przegląd Pożarniczy 2/2019 „Zapobieganie nowotworom (cz. 2)”, Szymon Kokot-Góra, Rafał Porowski, Dawid Słupik
- Przegląd Pożarniczy 4/2019 „Czy półmaski nas chronią”, Mateusz Tekieli
- Przegląd Pożarniczy 5/2019 „Profilaktyka zbroją strażaka”,
- CNBOP Badania i rozwój „Oznaczanie toksyczności produktów spalania – przegląd stanu wiedzy” bryg. dr hab. inż. Rafał Porowski, prof. dr hab. inż. Zbigniew Kuźnicki, bryg. mgr inż. Daniel Małociąg, mgr inż. Anna Dziechciarz
- Materiał dydaktyczny „Gaszenie pożarów wewnętrznych” Szymon Kokot