Aplikacja mojeIKP: ratunek w trudnych chwilach

Data aktualizacji
2025-12-31

Przy utracie przytomności, zatrzymaniu krążenia lub oddechu o życiu decydują pierwsze minuty. Udzielenie pierwszej pomocy nie jest tylko odruchem serca – to także obowiązek prawny. Każdy z nas powinien pomóc osobie w zagrożeniu życia, o ile nie naraża przy tym własnego bezpieczeństwa.

Problem w tym, że w sytuacji stresowej nawet osoby, które kiedyś uczestniczyły w szkoleniu z udzielania pierwszej pomocy, mogą zapomnieć podstawowych zasad. Emocje, strach i chaos sprawiają, że trudno zebrać myśli i działać metodycznie. Właśnie tu pojawia się ogromna wartość aplikacji mojeIKP.

Instrukcje krok po kroku – bez logowania

Funkcja pierwszej pomocy w mojeIKP jest dostępna od ręki, bez konieczności logowania. Wystarczy mieć zainstalowaną aplikację. To szczególnie ważne w nagłych sytuacjach, gdy nie ma czasu na wpisywanie haseł.

Po wejściu w zakładkę „Pierwsza pomoc” na ekranie startowym możesz wybrać opcję „Udziel pierwszej pomocy”. Możesz też skorzystać z kategorii „Inne przypadki i zdarzenia”, takich jak wypadek komunikacyjny, ból w klatce piersiowej, udar czy utrata przytomności. Aplikacja zadaje proste pytania: czy poszkodowany jest przytomny, czy oddycha, czy jest to dorosły czy dziecko. Na podstawie Twoich odpowiedzi prowadzi Cię przez kolejne etapy działania.

Jeśli się zalogujesz do aplikacji, to „Ratunek” zobaczysz po prawej stronie na dole, obok przycisku „Start”.

Wsparcie w stresie i chaosie

Jedną z największych korzyści korzystania z mojeIKP jest to, że aplikacja „myśli” za Ciebie w najbardziej krytycznych momentach. Przypomina o zabezpieczeniu miejsca zdarzenia, włączeniu świateł awaryjnych, założeniu kamizelki odblaskowej czy ustawieniu trójkąta ostrzegawczego. Pomaga ocenić liczbę poszkodowanych i ich stan, a także podpowiada, kiedy i jak można bezpiecznie przemieścić osobę ranną, na przykład w przypadku zagrożenia pożarem.

W przypadku konieczności udzielenia bezpośredniej pomocy aplikacja dokładnie wyjaśnia, jak udrożnić drogi oddechowe, ułożyć poszkodowanego w pozycji bezpiecznej, zatamować krwotok czy rozpocząć resuscytację krążeniowo-oddechową (RKO). Co więcej, mojeIKP oferuje specjalny plik dźwiękowy, który pomaga utrzymać właściwe tempo ucisków klatki piersiowej podczas RKO. To detal, który w praktyce może uratować życie.

W trakcie używania aplikacji telefon nie przejdzie w stan spoczynku. Dzięki temu nie musisz co chwilę dotykać wyświetlacza, by „obudzić” urządzenie, i możesz w pełni skupić się na ratowaniu życia.

Jeśli obok jest inna osoba, możesz przekazać jej telefon, by czytała instrukcje, podczas gdy Ty wykonujesz kolejne czynności.

Czas, który decyduje o życiu

Eksperci podkreślają, że mózg zaczyna obumierać już po około czterech minutach bez tlenu. Oznacza to, że pierwsze działania świadków zdarzenia są kluczowe.

Aplikacja mojeIKP przypomina o jak najszybszym wezwaniu pogotowia ratunkowego – numer 999 lub 112 jest zawsze widoczny w zakładce „Ważne numery”. Znajdziesz tam również wskazówki, jak rozmawiać z dyspozytorem: jakie informacje podać i na jakie pytania być przygotowanym.

Jeśli w pobliżu znajduje się automatyczny defibrylator AED, aplikacja krok po kroku tłumaczy, jak go użyć. Dzięki temu nawet osoba bez przeszkolenia może bezpiecznie skorzystać z urządzenia dostępnego na stacji benzynowej, dworcu, w galerii handlowej czy urzędzie.

Nie tylko na wypadek wypadku

Aplikacja mojeIKP to znacznie więcej niż pierwsza pomoc. Daje dostęp do e-recept, e-skierowań, historii leczenia, potwierdzenia ubezpieczenia w NFZ czy możliwość umówienia badania, wizyty lekarskiej lub szczepień. Umożliwia ustawienie przypomnień o lekach i działa także w trybie offline, co zwiększa jej użyteczność w sytuacjach awaryjnych.

Zainstalowanie aplikacji nic nie kosztuje, a może uratować czyjeś życie. Warto pobrać ją wcześniej, zapoznać się z zakładką „Pierwsza pomoc” i mieć telefon zawsze pod ręką. Bo w sytuacji kryzysowej nie ma czasu na naukę – jest tylko czas na reakcję. Dzięki mojeIKP każdy z nas może dać sobie i innym szansę.

Przeczytaj też

Poznaj mojeIKP

mojeIKP to bezpłatna aplikacja na telefon, która daje dostęp do najważniejszych funkcji Internetowego Konta Pacjenta. Zapewnia m.in. wygodny dostęp do Twoich e-recept i e-skierowań, ułatwia wykup leków i przypomina o ich zażywaniu, zapewnia dostęp do dokumentów dziecka i osób, które Cię upoważnią

Gdzie możesz się leczyć, jeśli nagle zachorujesz święta

W dni ustawowo wolne od pracy, święta i weekendy możesz korzystać z opieki medycznej, gdy nagle potrzebujesz pomocy

Ratuj. I pomagaj, gdy inni ratują

Udziel pierwszej pomocy, gdy zagrożone jest czyjeś życie lub zdrowie. Przekaż kluczowe informacje dyspozytorowi karetki. Szanuj tych, którzy ratują innych. Twój spokój jest na wagę życia