

איך פרמדיק של מד"א יכול להציל יום חברה?

כל מי שהתנדב [במד"א](#) מכיר את המצב הקשה של [פרפור חדרים](#). האדם ששוכב לפניך נראה רע! ממש רע! ברור שאלו יכולים להיות רגעיו האחרונים. לא ברור לך איך זה יכול להיות? הוא ספורטאי, צעיר ובריא. מקפיד על תזונה, שינה ואימונים. יש לו לב וריאות חזקים ובריאים. ובכל זאת, אין דופק – הדם לא זז בעורקיו. הלב דופק כמו משוגע – אבל הדם קפוא במקום – לא זז!

לתופעה הזו קוראים פרפור חדרים והיא אחד המצבים המסוכנים ביותר שיש. מדובר במקרה שבו הלב יכול להיות שרירי ובריא, כלי הדם העורקים והורידים יכולים להיות שלמים ונקיים, ללא סתימות, ללא קרישים. חדרי הלב מתכווצים ומתרחבים ממש כמו בכל יום. רק דבר אחד שונה –

אבל רגע!
לפני שנשמע מה גורם לתופעה, האם קרה לכם שהרמתם [יום חברה מושלם!](#) כל המרכיבים הנכונים היו בו – אירוח [במקום מקסים](#) עם חדרים פרטיים קסומים ואוכל משובח. כל מנהל הכיר על בוריו את החומר אותו הוא העביר. הזמנתם [פעילות מדהימה](#) לסוף היום. אפילו דאגתם למזכרת "שווה" באופן אישי לכל משתתף...

ובכל זאת – היום היה אפרורי, ללא חדוות יצירה, ללא התלהבות. פה ושם עזבו עובדים בתואנות שונות וחמש דקות לאחר הסיום כבר [לא נותר איש במקום](#).

איך קורה שכל המרכיבים נמצאים ובכל זאת אין הצלחה

נחזור רגע לליבו הבריא של האדם שבוע לפני שהתמוטט –

הלב הוא מעין שקית שרירית ומחולקת שמתכווצת ומתרפה וכך, שואבת ומזרימה את הדם לכל הגוף ודרך הריאות.

בזמן הכיווץ עובר הדם בין חלקי הלב ונדחף החוצה אל הגוף ובזמן ההרפיה נכנס דם מהגוף אל הלב. הפעולה הזו –

כיווץ – הרפיה, כיווץ – הרפיה, פעולה הנקראת פעימה,

נעשית בדיוק רב בכל שניה ומאפשרת לדם לזרום ללא עצירות וללא "פקקי תנועה".

את הפעימה, הכיווץ וההרפיה יוזם קוצב לב טבעי שנמצא בלבו של כל אדם.

הקוצב מפעים את הלב כ-100,000 פעמים ביום!

ועכשיו נחזור לחברינו המוטל על הקרקע,

הלב שלו מתכווץ ומתרפה בעצמה,

אבל, קוצב הלב לא מתפקד לבד – תאים שונים בלב לוקחים על עצמם את תפקיד הקוצב ומפעילים פעימות ללא קצב ברור.

התוצאה היא שהלב מתכווץ ומתרפה בו זמנית ולמעשה לא מתקיימות פעימות יעילות – הדם לא זז והסוף קרב...

ביום חברה קיימת זרימת חיים – קצב.

הלב הוירטואלי שפועם ומזרים את קצב החיים של היום מורכב מהתכווצויות – רגעים רציניים וכבדים, ומהרפיות – רגעים קלילים, מצחיקים ומהנים.

הבנה של הדינמיקה ופיזור נכון של חלקי היום הוא המפתח להצלחה – הוא "קוצב הלב" של יום החברה.

ומי שקובע את תוכנית היום הוא המפעיל של הקוצב הוירטואלי הזה.

לכן, בתכנון נכון של היום, כדאי לחלק את שלל המרכיבים לשתי קבוצות עקריות – כיווץ והרפייה, בתוך הקבוצות יש לסדר את הפעילויות לפי עצמתם, לפי כח הכיווץ או ההרפיה שלהם. ואז לשבץ אותם זה אחר זה בהתאמה, כאשר לפי עצמת הכיווץ – כך עצמת ההרפיה.

בצורה זו שומרים על קצב בריא, על רעננות והנאה מהיום כולו.

מסיבה זו, לא נמקם את [הפעילות החווייתית המדהימה](#) שהבאנו בשעה האחרונה – בה כבר מאוחר מדי ל"טפל" במהלך היום, אלא אדרבא – נמקם אותה במרכז היום, במיקום אסטרטגי ברור.

הבנת מודל הזרימה – תגרום לנו לייצר הרפיות מסוימות שמלכתחילה לא תכננו לעשות ומאידך תעזור לנו למקם את החלקים ה"כבדים" בצורה נכונה.

ומה לגבי הבחור שמוטל על הקרקע?

הפרמדיק שיגיע, יחבר [דפיברילטור](#) וייתן לו שוק חשמלי שלמעשה יעצור את פעולת הלב ואז יפעיל אותה מחדש.

ריסט ללב.

שיהיה לכם בהצלחה!

אשמח לשמוע אם המאמר עזר,

להתראות,

[עידו ינקלוביץ](#)

idoyan@gmail.com

www.playClickit.com