

Medicum Tervishoiuteenused AS
Koolitus- ja nõustamiskeskus

Õppekava nimetus: Esmaabiandja koolitus

Õppekavarühm: Tervis ja heaolu

Õppekava koostamise alus: Täiskasvanute koolituse seadus. Tervise- ja tööministri määrus nr 50 (22.11.2018) „Töökeskkonnavoliniku, töökeskkonnanõukogu liikme ja esmaabiandja koolituse ja täienduskoolituse kord täienduskoolitusasutuses“

Õppekava eesmärk: anda õppijale valmidus abivajajale esmaabi osutamiseks.

Õppekava õpiväljundid: koolituse lõpuks õppija

- teab, kuidas hinnata õnnetusolukorda
- teab, kuidas kriisisituatsioonis ohutult tegutseda
- oskab hinnata abivajaja seisundit
- oskab osutada asjakohast esmaabi ja kutsuda abi
- teadvustab enda rolli ning arenguvajadusi esmaabiandjana

Sihtgrupp: täisealised inimesed, kes soovivad omandada esmaabiandjale vajalikke teadmisi ning oskusi.

Õppe alustamise tingimused: väljaõppe alustamiseks eritingimused puuduvad, täiendõppe alustamise eelduseks on vajalik varasem väljaõppekursuse läbimine.

Õppe maht: väljaõppekursus 16 tundi, täiendkursus 6 tundi kontaktõppena, mis jagunevad teooriaõppeks, situatsioonide ja simulatsioonide lahendamiseks ning praktiliseks harjutamiseks.

Õppekeskkond: õpe toimub õppeklassis, kus on olemas esitlusvahendid ning võimalik läbi viia nii rühmatööd kui praktilist harjutamist.

Õppevahendid: elustamismannekeenid, esmaabivahendid

Õppeprotsessi kirjeldus

Õppe sisu:

- õnnetusolukorra hindamine, õnnetusolukorras tegutsemine (sealhulgas paanikaga toimetulek) ja hädaabi kutsumine, kannatanu seisundi hindamine (sealhulgas kannatanu asendi muutmise seotud ohud), esmaabi olemus ja üldpõhimõtted, välistingimustes abiandmise iseärasused, edasise tervisekahju ennetamine;
- eluohtlikud seisundid, nende äratundmine ja hädavajalikud tegevused (sealhulgas infarkti, insuldi ja kopsuvigastuse korral);
- esmaabi teadvusetuse korral – vabade hingamisteede tagamine, hapnikupuudusest põhjustatud ajukahjustuse ennetamine, võõrkeha eemaldamine hingamisteedest, elustamine (sealhulgas elustamisaparaadi AED kasutamine);

- esmaabi vigastuste korral – keha pindmised ja sügavad vigastused, sisemised ja välised verejooksud, verejooksu peatamise võtted, haavade sidumise võtted ja reeglid, luumurdudega kaasnevad ohud, lahastamise reeglid ja lahastamisega seotud ohud, liigesetraumad (sealhulgas nihestused ja nikastused), erinevate kehaosade põrutused ja muljumised, silmakahjustused;
- esmaabi uppumise, mürgistuse, söövituse, põletuse, külmakahjustuse ja elektrilöögi korral;
- meditsiinilise šoki olemus ja šokiseisundis kannatanu abistamine;
- esmaabi äkkhaigestumise (näiteks epilepsiahoog, diabeetiline kooma, anafülaktiline šokk, minestus, astmahoog, kõhuvalu) korral;
- esmaabivahendite valik ja kasutamine töökohal.

Õppemeetodid:

Õppeprotsessis integreeritakse klassikalist loenguvormi aktiivõppe meetoditega, kasutatakse rühmatöid, simulatsioone, praktilist harjutamist ning pidevat tagasisidestamist ja eneserefleksiooni.

Hindamine ehk õppe lõpetamise tingimused:

Hindamismeetod: Õppija demonstreerib esmaabi osutamist

Hindamiskriteeriumid: Õppija järgib ohutusnõudeid, oskab vajadusel abi kutsuda, rakendab asjakohaseid esmaabivõtteid ning põhjendab esmaabivõtete valikut.

Väljastatavad dokumendid: õpiväljundid omandanud ja hindamise läbinud õppijale väljastatakse esmaabiandja tunnistus.

Koolitaja kvalifikatsioon: Tervishoiutöötajate riiklikus registris registreeritud tervishoiutöötaja, kes on läbinud esmaabiõpetaja koolituse ning omab sellekohast tunnistust.