

Oskuskoolitus OÜ

Õppekava nimetus: Esmaabi väljaõppe koolitus

Õppekavarühm: Töötervishoid ja -kaitse

Maht akadeemilistes tundides: 16 ak tundi

Auditoorne õpe: 16 ak tundi

Õppekeel: Eesti keel, vene keel

Õpiväljundid:

Koolituse läbinu:

- oskab hinnata õnnetusolukorda ning kannatanu seisundit ja valida sobiva esmaabi andmise taktika;
- tunneb ära eluohtlikud seisundid ja oskab kasutada õigeid elustamisvõtteid;
- teab, kuidas anda esmaabi teadvusetuse korral;
- teab, kuidas anda esmaabi vigastuste korral, teab luumurdudega kaasnevaid ohtusid ning oskab fikseerida kannatanu liigest;
- teab, kuidas anda esmaabi uppumise, mürgistuse, söövituse, põletuse, külmakahjustuse ja elektrilöögi korral;
- teab, kuidas abistada šokiseisundis kannatanut;
- teab, kuidas anda esmaabi äkkhaigestumise korral;
- arvestab esmaabi andmisel enda ja teiste turvalisusega;
- tunneb esmaabivahendite valiku ja kasutamise nõudeid töökohal.

Õpingute alustamise tingimused: Erieldusi koolitusel osalemiseks ei seata.

Õppe sisu (koolituskava):

Käsitletavad teemad:

- **Esmaabi olemus ja üldpõhimõtted**
Õnnetusolukorra hindamine ja õnnetusolukorras tegutsemine, hädaabi kutsumine, kannatanud olukorra hindamine ja edasise tervisekahju ennetamine.
- **Eluohtlikud seisundid**
Eluohtliku seisundi äratundmine ja hädavajalikud tegevused.
- **Esmaabi teadvusetuse korral**
Vabade hingamisteede tagamine, hapnikupuudusest põhjustatud ajukahjustuse ennetamine, võõrkeha eemaldamine hingamisteedest, elustamine (sh elustamisaparaadi AED kasutamine).
- **Esmaabi vigastuste korral**
Keha pindmised ja sügavad vigastused, sisemised ja välised verejooksud, verejooksu peatamise võtted, haavade sidumine, luumurrud, lahastamine, liigesetraumad, erinevate kehaosade põrutused ja muljumised, silmakahjustused.
- **Esmaabi uppumise, mürgistuse, söövituse, põletuse, külmakahjustuse ja elektrilöögi korral.**
- **Meditsiiniline šokk**
Meditsiinilise šoki olemus ja šokiseisundis kannatanu abistamine.
- **Esmaabi äkkaigestumise korral**
Näiteks epilepsiahoog, diabeetiline kooma, anafülaktiline šokk, minestus, astmahoog, kõhuvalu.
- **Esmaabivahendid töökohal**
Esmaabivahendite valik ja kasutamine.
- **Praktilised ülesanded ja harjutused, õppevideote vaatamine.**

Lõpetamise tingimused: Koolitusel aktiivne osalemine, kirjaliku testi sooritamine.

Õppekeskkond: Koolitus toimub koolitusklassis või veebikeskkonna vahendusel. Õpilastele jagatakse paber kandjal õppematerjalid ning kirjutusvahendid või elektroonilised koolitusmaterjalid (veebikoolituse korral).

Lõpetamisel väljastatavad dokumendid: Õpiväljundid omandanud ning hindamise läbinud isikule väljastatakse esmaabi väljaõppe koolituse läbimist tõendav tunnistus. Hindamisel mitteosalenud või hindamist mitteläbinud koolitavale väljastatakse tõend koolitusel osalemise ja läbitud teemade kohta.

Koolitajale esitatavad kvalifikatsiooninõuded: Koolitaja valdab täielikult õppekava sisu, omab kutselise koolitaja taset ning töötab igapäevaselt tervishoiuvaldkonnas.

Õppekava kinnitamise aeg

Raiko Jaagura

Juhatuses liige

31. august 2021.a

