



Program Kursu „Podstawowa Pierwsza Pomocy” Szkoły Ratownictwa w Wojewódzkim Pogotowiu Ratunkowym w Katowicach

I. ZAŁOŻENIA DYDAKTYCZNE

1. Cel kształcenia

Celem szkolenia jest zapoznanie uczestników z podstawami udzielania pierwszej pomocy.

2. Wiedza i umiejętności

Po ukończeniu szkolenia uczestnik będzie znał:

- zasady udzielania pierwszej pomocy w stanach zagrożenia zdrowia lub życia przez jedną i więcej osób,
- zasady zapewnienia bezpieczeństwa sobie i poszkodowanym w czasie udzielania pomocy.

Po ukończeniu szkolenia uczestnik będzie umiał:

- rozpoznać wstępnie stan zagrożenia zdrowia lub życia,
- wezwać służby ratownicze,
- udzielić odpowiedniej pomocy do rozpoznanego stanu zagrożenia zdrowia lub życia.

3. Warunki przyjęcia na kurs

Warunkiem przyjęcia na kurs jest zgłoszenie telefonicznie pod numerem 32 609 31 57 lub mailowo: szkolaratownictwa@wpr.pl oraz uiszczenie opłaty za uczestnictwo w kwocie 130zł brutto w dniu kursu.

II. REALIZACJA PROCESU DYDAKTYCZNEGO

1. Organizacji kursu

a) Organizacja organizatora kursu:

- zapewnienie sali szkoleniowej do prowadzenia zajęć,
- dostęp do toalety,

b) Instruktorzy:

- kurs jest prowadzony wyłącznie przez instruktorów szkoły ratownictwa w Wojewódzkim Pogotowiu Ratunkowym w Katowicach,
- kurs prowadzi jeden instruktor na 10 kursantów,
- instruktor odpowiada za prowadzenie zajęć merytorycznych i realizację programu kursu,

c) Uczestnicy:

- maksymalna liczba uczestników kursu to 20 osób,

d) Ukończenie kursu:

- Warunkiem ukończenia kursu jest udział we wszystkich zajęciach kursowych.
- Osoby uczestniczące w kursie podlegają ocenie ciągłej (na życzenie klienta wprowadzamy testowy sposób oceny wiedzy kursantów w postaci pretestu i posttestu)
- Uczestnik, który ukończył kurs, otrzymuje certyfikat ukończenia kursu w języku polskim.

2. Realizacja procesu dydaktycznego

- Kurs trwa 8 godzin lekcyjnych,
- Zajęcia odbywają się w kolejności określonej w programie kursu.

3. Ramowy program kursu

L.p.	Temat	Metoda	Czas trwania
1.	Przywitanie kursantów, omówienie zasad szkolenia	Pogadanka	15 min.
2.	Ogólne zasady pierwszej pomocy – działanie systemu Państwowego Ratownictwa Medycznego, bezpieczeństwo, powiadomienie służb ratowniczych	Wykład	45 min.
3.	Zaburzenia układu nerwowego	Wykład/Ćwiczenia	45 min.
4.	Resuscytacja krążeniowo-oddechowa u dorosłych	Wykład/Ćwiczenia	75 min.
5.	Zadławienie u dorosłych, dzieci i niemowlaków	Ćwiczenia	30 min.
6.	Resuscytacja krążeniowo-oddechowa poszkodowanych pediatrycznych	Wykład/Ćwiczenia	60 min.
7.	Nagłe zachorowanie i urazy – omówienie wyposażenia apteczki pierwszej pomocy	Wykład/Ćwiczenia	90 min.

III. PROGRAM MATERIAŁU NAUCZANIA

1. Rozpoczęcie kursu (15 minut)

- przywitanie uczestników, przedstawienie instruktorów,
- plan i orientacyjny czas trwania kursu,
- cele kursu,
- zasady panujące na kursie,
- zasady zaliczenia kursu.

2. Ogólne zasady pierwszej pomocy – działanie systemu Państwowego Ratownictwa Medycznego, bezpieczeństwo, powiadomienie służb ratowniczych (45 minut)

- czy warto udzielać pierwszej pomocy,
- prawne aspekty pierwszej pomocy,

- bezpieczeństwo ratownika jako podstawowa zasada w pierwszej pomocy,
- wzywanie pomocy, łańcuch przeżycia,
- podstawowe zasady postępowania podczas każdego zdarzenia.

3. Zaburzenia układu nerwowego (45 minut)

- przyczyny utraty przytomności,
- drożność dróg oddechowych jako odwracalna przyczyna zatrzymania krążenia,
- postępowanie w przypadku omdlenia i utraty przytomności,
- postępowanie w przypadku omdlenia i utraty przytomności – ćwiczenia.

4. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa u dorosłych (75 minut)

- czym jest nagłe zatrzymanie krążenia,
- schemat RKO,
- statystyki dotyczące nagłych zatrzymań krążenia,
- resuscytacja jako czynnik zwiększający szansę na przeżycie osoby poszkodowanej,
- AED jako ważny element w RKO.

5. Zadławienie u dorosłych, dzieci i niemowlaków(30 minut)

- zadławienie u osoby dorosłej,
- zadławienie u dziecka,
- zadławienie u niemowlaka.

6. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa poszkodowanych pediatrycznych (60 minut)

- czym jest nagłe zatrzymanie krążenia,
- schemat RKO u dzieci i niemowlaków,
- statystyki dotyczące nagłych zatrzymań krążenia,
- resuscytacja jako czynnik zwiększający szansę na przeżycie osoby poszkodowanej.

7. Nagłe zachorowanie i urazy – omówienie wyposażenia apteczki pierwszej pomocy (90 minut)

Tematyka:

- drgawki – zasady postępowania,
- cukrzyca – zasady postępowania,
- ból w klatce piersiowej – zasady postępowania,
- udar mózgu – zasady postępowania,
- zatrucie – zasady postępowania,
- skaleczenie i rana – zasady postępowania,
- krwotok zewnętrzny – zasady postępowania, ćwiczenia,
- krwotok z nosa – zasady postępowania,
- oparzenia – zasady postępowania, • porażenie prądem – zasady postępowania,
- uraz kręgosłupa – objawy i zasady postępowania,
- złamania, skręcenia i zwichnięcia – zasady postępowania,

- skład apteczki osobistej i samochodowej.

IV. PODZIAŁ UMIEJĘTNOŚCI KURSANTA

1. Rozpoczęcie kursu (15 minut)

- znał prowadzących kurs i zasady panujące na kursie.

2. Ogólne zasady pierwszej pomocy – działanie systemu Państwowego Ratownictwa Medycznego, bezpieczeństwo, powiadomienie służb ratowniczych (45 minut)

- rozumiał dlaczego udzielanie pierwszej pomocy jest ważne,
- znał zasadę bezpieczeństwa w udzielaniu pierwszej pomocy,
- umiał wezwać pomoc służb profesjonalnych,
- wiedział o termoizolacji, wsparciu psychicznym i wezwaniu pomocy służb profesjonalnych jako zasadach postępowania przy każdym zdarzeniu.

3. Zaburzenia układu nerwowego (45 minut)

- umiał rozpoznać omdlenie i utratę przytomności,
- udzielić pomocy w powyższych przypadkach,
- odwrócić poszkodowanego na plecy bez ryzyka urazu wtórnego.

4. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa u dorosłych (75 minut)

- rozumiał znaczenie szybkiego rozpoczęcia resuscytacji,
- wiedział kiedy można przerwać resuscytację,
- umiał wykonać resuscytację krążeniowo-oddechową u osoby dorosłej,
- umiał zastosować AED.

5. Zadławienie u dorosłych, dzieci i niemowlaków (30 minut)

- wiedział czym jest zadławienie,
- umiał rozróżnić zadławienie z całkowitą niedrożnością dróg oddechowych i częściową,
- znał zasady postępowania w przypadku zadławienia u dorosłych, dzieci i niemowlaków.

6. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa poszkodowanych pediatrycznych (60 minut)

- rozumiał znaczenie szybkiego rozpoczęcia resuscytacji,
- wiedział kiedy można przerwać resuscytację,
- umiał wykonać resuscytację krążeniowo-oddechową u osoby dziecka i niemowlaka.

7. Nagłe zachorowanie i urazy – omówienie wyposażenia apteczki pierwszej pomocy (90 minut)

- znał zasady postępowania w drgawkach,
- znał zasady postępowania w cukrzycy,
- znał zasady postępowania w bólu w klatce piersiowej,
- znał zasady postępowania w udarze mózgu,
- znał zasady postępowania w zatruciu,
- znał zasady postępowania w skaleczeniu i zasady postępowania z ranami,
- wiedział, jak postępować w przypadku krwotoku zewnętrznego i krwotoku z nosa,
- umiał wykonać opatrunek uciskowy,
- znał zasady postępowania w uszkodzeniach kończyn,
- wiedział u kogo podejrzewać uraz kręgosłupa i jak postępować w takim wypadku,
- znał zasady postępowania w oparzeniach i porażeniu prądem,
- umiał skompletować własną apteczkę.

Opracowanie:
mgr Michał Kucap
Ratownik Medyczny Koordynujący
Szkoły Ratownictwa
Wojewódzkiego Pogotowia
Ratunkowego w Katowicach