

 KOOLITUSKESKUS	Autor	Priit Paulus
	Kuupäev	17.04.2018
	Versioon	1.1
	Lehekülgi	1 - 4
Dokument	Õppekava	
Pealkiri	Esmaabi Baaskursus	

Õppe eesmärk:	Esmaabi andmise teadmiste ja oskuste omandamine.
Hariduse liik:	Töötervishoiu – ja tööohutusalane õpe
Koolituse liik:	Tööalane esmaabi koolitus
Õppekava maht:	16 akadeemilist tundi
Õppe aeg:	2 päeva
Õppekava läbimisel omandatavad teadmised ja oskused:	<p>Teadmised:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Esmaabi olemus • Esmaabi andmise taktika • Kannatanu seisundi hindamine • Triaaž • Elustamine • Verejooksud ja šokk • Haavad • Traumad ja luumurrud • Mürgistused, söövitused, põletused, külmakahjustused <p>Oskused:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Traumavigastuste käitlemine • Vigastatu esmane ülevaatus ja vajadusel triaaž • Elutähtsate sümptomite kontrollimine • Hingamisteede käsitus, ventilatsioon saavutamine ja tagamine • Verejooksu peatamine • Luumuru lahastamine, liigesetrauma käitlemine • Šoki vältimine • Elustamine • Põletushaavade käitlemine • Söövituste käitlemine • Mürgituse käitlemine • Külmakahjustuste käitlemine
Õppetöö korraldus:	8 tundi teoreetilist õpet ja 5.5 tundi praktilist harjutamist. 2 tundi Teadmiste ja oskuste kontroll.

		Autor	Priit Paulus
		Kuupäev	17.04.2018
		Versioon	1.1
		Lehekülgi	1 - 4
Dokument	Õppekava		
Pealkiri	Esmaabi Baaskursus		

<p>Iseseisev töö</p> <p>Koolitajad:</p> <p>Õppekava eesmärkide täitmiseks vajalikud vahendid:</p> <p>Õpingute alustamise tingimused:</p> <p>Lõpetamise tingimused:</p> <p>Lõpetamisel antav dokument:</p>	<p>0.5 tundi administratsioon</p> <p>Õppetöö toimub eesti, vene või inglise keeles</p> <p>Iseseisev töö puudub</p> <p>Kaitseväge/ Kaitsealiidu parameedik. Üks nimetatud parameedikutest: Riho Runnel, Erki Brackmann, Pille Lend</p> <p>Esmaabi baaskursuse slaidiprogramm, valgustatud klassiruum projektori, arvuti ja ekraaniga. Valge tahvel ja tahvli pliiatsid</p> <p>Esmaabi vahendid - näidised ja praktilise harjutamise jaoks. Komplekteeritud esmaabi kott x3 tk. Mannekeen elustamise harjutamiseks. Haava mulaažid.</p> <p>Koolitusele registreerumine, õppemaksu tasumine</p> <p>Esmaabi teooria eksami sooritamine, olukorrapõhise praktilise testi sooritamine</p> <p>Tunnistus koolituse eduka läbimise kohta</p> <p>Kehtivusajaga 3 aasta.</p>
---	---

 KOOLITUSKESKUS	Autor	Priit Paulus
	Kuupäev	17.04.2018
	Versioon	1.1
	Lehekülgi	1 - 4
Dokument	Õppekava	
Pealkiri	Esmaabi Baaskursus	

Õppeainete, harjutuste loend ja maht

Esimene päev

1. Kursuse sissejuhatus (15 min)

- 1.1 Kursuse ülevaade
- 1.2 Kursuse tulemusel saavutatavad teadmised ja oskused

2. Esmaabi sissejuhatus (1.5 tundi teoreetilist õpet ja 0.5 tundi praktilist harjutamist)


- 2.1 Esmaabi olemus
- 2.2 Esmaabi andmise taktika
- 2.3 Vigastuse mehaanika
- 2.4 Kannatanu seisundi hindamine
- 2.5 Elutähtsad sümptomid
- 2.6 Triaaž

3. Elustamine (1.5 tundi teoreetilist õpet ja 1 tund praktilist harjutamist)

- 3.1 Hingamise ja hingamisteede kontroll ja avamine
- 3.2 Vöörkehade ja vedelike eemaldamine hingamisteedest
- 3.3 Uppunu elustamine
- 3.4 Elustamine elektriga seotud õnnetuste ja südameinfarkti korral
- 3.5 Esmaabi osutamine ajukahjustuse korral

4. Verejooksud ja šokk (2 tundi teoreetilist õpet ja 1 tund praktilist harjutamist)

- 4.1 Verejooksu tüübid
- 4.2 Verejooksu peatamise võtted ja vahendid
- 4.3 Šoki olemus ja tunnused
- 4.4 Šoki vältimine

 KOOLITUSKESKUS	Autor	Priit Paulus
	Kuupäev	17.04.2018
	Versioon	1.1
	Lehekülgi	1 - 4
Dokument	Õppekava	
Pealkiri	Esmaabi Baaskursus	

Teine päev

5. Haavad (1 tund teoreetilist õpet ja 1.5 tundi praktilist harjutamist)

- 5.1 Haavade teke
- 5.2 Sidumise tehnika ja reeglid
- 5.3 Sidumisvahendid

6. Traumad ja luumurrud (1 tund teoreetilist õpet ja 1 tund praktilist harjutamist)

- 6.1 Luumurdude iseloomustus
- 6.2 Luumurdudega kaasnevad ohud
- 6.3 Liigesetraumad
- 6.4 Lahastamise vahendid ja viisid

7. Mürgistused, söövitused, põletused, külmakahjustused (1 tund teoreetilist õpet ja 0.5 tundi praktilist harjutamist)

- 7.1 Mürgistusnähud
- 7.2 Tegutsemine mürgistusnähtude korral
- 7.3 Tegutsemine söövituste korral
- 7.4 Põletushaavade tüübid
- 7.5 Esmaabi põletushaavade korral
- 7.6 Külmakahjustuse tunnused
- 7.7 Esmaabi külmakahjustuste korral

8. Teadmiste ja oskuste omandamise kontroll (2 tundi)

- 8.1 teoreetiliste teadmiste kontroll – kirjalik test.
- 8.2 Olukorra põhine tegevus esmaabi andmisel – praktiline sooritus

9. Kursuse lõpetamine (15 min)

- 9.1 Õppevahendite korrastamine ja tagastamine
- 9.2 Õppurite tagasiside kirjalikus vormis
- 9.3 Kursuse lõpetanutele tunnistuste omistamine