**ÕPPEKAVA**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1.     Eriti sagedased  vigastused  liiklusõnnetuste puhul  ja nende dignoosimine.  Prognoositavad ohud kannatanule ja abiandjale ja nende vältimisviisid. |    | 1 tund |
| 2.     Kannatanu  üldseisundi hinnang. Inimese anatoomia ja füsioloogia alused. Kannatanu  päästmine otsesest ohust. |   | 1 tund |
| 3.     Esmaabi  haavamise ja verejooksu puhul.  Sisemine, väline, arteriaalne  ja venoosne verejooks, sümptomid.Luumurrud: liigid ja tunnused. Esmaabiosutamise viisid luumurde puhul. |   | 1 tund |
| 4.     Shokk – põhjused, kliinilised ilmingud. Shokivastaste abinõude kompleks. |   | 1 tund |
| 5.     Pea- ja lülisamba traumad; esmaabi osutamise viisid. Teadvuseta kannatanu, põhjused, esmaabi osutamine. |   | 2 tundi |
| 6.     Hulgivigastused; esmaabi osutamise taktika. |   | 1 tund |
| 7.     Esmaabi osutamine termiliste ja keemiliste põletuste, liigjahtumise ja külmetuste puhul. |   | 1 tund |
| 8.     Psühhilised häired autoõnnetuste puhul. Esmaabi kannatanule ebaadekvaatsuse seisundis.Ägedad, eluohtlikud terapeutilised seisundid – klinilised tunnused, esmaabi. |   | 2 tundi |
| 9.     Kliiniline surm.Elustamine. |   | 1 tund |
| 10. Praktiliste oskuste omandamine: reanimeerimisvõttete oskused, lämbumisohu kõrvaldamine, välispidise verejooksu peatamine, haavate sidumine,lahaste paigaldamine. Kannatanu väljapäästmine autost.Autoapteegi koostis ja kasutamine |   | 5 tundi |
| 11. Teadmiste ja oskuste kontroll (eksam). |   |   |

**ETTEVÕTTES ESMAABIANDJATE VÄLJAÕPPEKURSUSE 16-TUNNINE ÕPPEKAVA**

|  |
| --- |
| **Teema, sisu** |
| **1. Sissejuhatus*** Esmaabi olemus;
* kannatanu seisundi hindamine, inimese anatoomia ja füsioloogia alused;
* esmaabi andmise taktika, kannatanu  päästmine otsesest ohust;
* prognoositavad ohud kannatanule ja abiandjale ja nende vältimisviisid.
 |
| **2. Elustamine*** Kliiniline surm, elustamine
* uppunu elustamine;
* elustamine elektriga seotud õnnetuste ja südameinfarkti korral;
* võõrkeha eemaldamine hingamisteedest;
* esmaabi osutamine ajukahjustuse korral.
 |
| **3. Välised verejooksud ja šokk*** Esmaabi  verejooksu puhul;
* sisemine, väline, arteriaalne  ja venoosne verejooks, sümptomid;
* verejooksu peatamise võtted;
* šoki olemus ja selle kliinilised ilmingud; šokivastaste abinõude kompleks.
 |
| **4. Haavad*** Haavade teke;
* sidumise tehnika ja reeglid;
* kolmnurkrätiku kasutamine;
* praktiliste oskuste omandamine sidumisel.
 |
| **5. Traumad ja luumurrud*** Lahtiste ja kinniste luumurdude iseloomustus;
* luumurdudega kaasnevad ohud;
* liigesetraumad (nihestused, nikastused, põrutused); lahastamise viisid.
 |
| **6. Mürgistused, söövitused, põletused, külmakahjustused** |
| **7. Kursuse omandamise kontroll*** Teoreetiliste teadmiste ja praktiliste oskuste kontrollimine testide abil.
 |

**ETTEVÕTTES ESMAABIANDJATE TÄIENDÕPPEKURSUSE 6-TUNNINE ÕPPEKAVA**

**Ülevaade sellest, mis oli varem õpitud, ja esmaabis toimunud muutuste põhjalikum väljatoomine järgmistel teemadel:**

* kannatanu seisundi hindamine, esmaabi andmise taktika, prognoositavad ohud kannatanule ja abiandjale ja nende vältimisviisid.
* elustamine ja muutused selle läbiviimises

kliiniline surm, elustamine

* välised verejooksud ja šokk

esmaabi verejooksu puhul ja muutused selle läbiviimises

verejooksu peatamise võtted

šokivastaste abinõude kompleks

* haavad, traumad ja luumurrud

esmaabi ja muutused selle läbiviimises

* mürgistused, söövitused, põletused, külmakahjustused

esmaabi ja muutused selle läbiviimises