

**Zespół Szkół Technicznych
w Mielcu**



mgr Andrzej Wyzga

***Ferie w ZST –
Zimowa Szkoła Pierwszej Pomocy 2011/2012***

**Program szkolenia młodzieży -
*PIERWSZA POMOC W NAGŁYCH
WYPADKACH***

Mielec, 30-31.01 - 01.02. 2012 r.

Spis treści

1. POSTANOWIENIA OGÓLNE	3
2. CELE WYCHOWAWCZE	3
3. CELE DYDAKTYCZNE	3
4. TERMIN REALIZACJI	4
5. HARMONOGRAM CZASOWY SZKOLENIA	4
6. CZAS ZWIĄZANY Z REALIZACJĄ CAŁOŚCI SZKOLENIA	4
7. FORMY PRACY UCZNIOWSKIEJ	5
8. METODY PRACY	5
9. ŚRODKI DYDAKTYCZNE	5
10. GŁÓWNA WSKAZANIE METODYCZNE	6
11. SZCZEGÓŁOWY PRZEBIEG SZKOLENIA	6
12. ZESTAW ĆWICZEŃ DO REALIZACJI W RAMACH SZKOLENIA	9
13. WZÓR ZAŚWIADCZENIA UKOŃCZONEGO SZKOLENIA	21

1. Postanowienia ogólne:

- *Ferie w ZST – Zimowa Szkoła Pierwszej Pomocy 2011/2012 (ZSPP)*, to forma szkolenia młodzieży ZST w zakresie podstaw udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.
- Szkolenie zawiera tematykę Podstaw Podtrzymywania Życia (Basic Life Support – BLS).
- Zakres nauki BLS dotyczy poszkodowanych osób dorosłych.
- Program szkolenia wzbogacono dodatkowo o naukę badania systemowego, którego celem jest wyszukiwanie obrażeń.
- Zajęcia w ramach *Zimowej Szkoły Pierwszej Pomocy* stanowią dobrowolną, nieobowiązkową formę aktywności uczniowskiej, realizowaną podczas ferii zimowych.
- Młodzież uczestniczy w szkoleniu celem pogłębienia i rozwoju zainteresowań związanych z tematyką pierwszej pomocy.
- Zajęcia w ramach ZSPP są również formą pracy zarówno z uczniami uzdolnionymi (wykazującymi szczególne zainteresowanie tematyką udzielania pierwszej pomocy), jak również słabszymi, a niniejsze opracowanie stanowi także program pracy ze wspomnianymi uczniami.

2. Cele wychowawcze:

- Kształtowanie wśród młodzieży postawy odpowiedzialności za życie i zdrowie własne oraz innych ludzi.
- Kształtowanie świadomości w zakresie aktywnego niesienia pierwszej pomocy osobom poszkodowanym w wyniku różnych wypadków i zdarzeń.
- Podniesienie rangi i znaczenia treści dotyczących *Ratownictwa i Pierwszej Pomocy*, realizowanych w ramach przedmiotu Przynależność Obronne.
- Propagowanie i popularyzacja wiedzy i umiejętności z zakresu udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.

3. Cele dydaktyczne:

- Nabycie przez młodzież wiadomości i umiejętności w zakresie postępowania w głównych stanach zagrożenia zdrowia i życia określonych w niniejszym programie.
- Zdobycie przez młodzież wiadomości i umiejętności dotyczących podstaw podtrzymywania życia (BLS).
- Doskonalenie umiejętności praktycznych poprzez różnorodne formy ćwiczeniowe.
- Kreowanie wśród młodzieży umiejętności współpracy w grupie, wzajemnej pomocy i życzliwości.
- Upowszechnianie standardów nauczania pierwszej pomocy według wytycznych Europejskiej i Polskiej Rady Resuscytacji.

4. Termin realizacji:

30-31.01 - 01.02. 2012 r.

5. Harmonogram czasowy szkolenia:

DZIEŃ SZKOLENIA: PONIEDZIAŁEK (30.01), WTOREK (30.01), ŚRODA (01.02)		
Godzina szkolenia w danym dniu	GRUPA I	GRUPA II
1	8.00-8.45	11.30-12.15
2	8.45-9.30	12.15-13.00
Przerwa	9.30-9.45	13.00-13.15
3	9.45-10.30	13.15-14.00
4	10.30-11.15	14.00-14.45

6. Czas związany z realizacją całości szkolenia:

Lp.	RODZAJ CZYNNOŚCI	CZAS REALIZACJI (GODZINY LEKCYJNE)
1.	Dokumentacja szkolenia: program, materiały dla uczniów, dziennik zajęć, dyplomy, publikacje na temat przeprowadzonego szkolenia (prasa, Internet)	9
2.	Przygotowanie merytoryczne, metodyczne i organizacyjne nauczyciela oraz przeszkolenie uczniów-instruktorów	2
3.	Przygotowanie pomocy dydaktycznych	1
4.	Przygotowanie sali	2
5.	Szkolenie (grupa I, grupa II)	24
6.	Czynności porządkowe po zakończeniu szkolenia	2
RAZEM		40

7. Formy pracy uczniowskiej:

1. zbiorowa (praca w parach, praca w grupie)
2. indywidualna

8. Metody pracy:

1. pokaz
2. ćwiczenia praktyczne
3. symulacje
4. projekcja filmu
5. dyskusja
6. pogadanka
7. opis

9. Środki dydaktyczne:

1. apteczki pierwszej pomocy
2. mini pakiety ratownicze
3. gaziki dezynfekcyjne
4. materiały opatrunkowe (gaza, bandaż, codofix, chusty trójkątne, plastry opatrunkowe)
5. agrafki
6. maseczki do sztucznego oddychania
7. maseczki do nauki sztucznego oddychania
8. nożyczki
9. folia (jako środek zastępczy do tamowania krwotoków zewnętrznych)
10. fantomy osoby dorosłej
11. karimaty (duże, małe)
12. koce ratunkowe (folia NRC)
13. sztuczna krew
14. sztuczne rany
15. imitacja amputacji urazowej ręki
16. imitacje ciała obcego tkwiącego w ranie
17. rękawiczki ochronne
18. elementy odzieży, ubrania (do wykorzystania w trakcie udzielania pierwszej pomocy, jako środki zastępcze)
19. laptop
20. projektor multimedialny
21. prezentacje multimedialne
22. odtwarzacz DVD, telewizor, filmy szkoleniowe
23. rzutnik pisma
24. foliogramy
25. tablice pogładowe
26. *Materiały szkoleniowe dla młodzieży uczestniczącej w akcji Ferie w ZST – Zimowa Szkoła Pierwszej Pomocy 2011/2012. Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach – opracowanie autora.*

10. Główne wskazanie metodyczne:

Zajęcia realizowane są w 4 grupach liczących 5-6 osób. Każdej grupie prowadzi instruktor stanowiskowy (asystent nauczyciela - uczeń zaawansowany w zakresie nauki udzielania pierwszej pomocy). Każde ćwiczenie poprzedza pokaz instruktora prowadzącego (nauczyciela) wraz z wyjaśnieniem techniki i znaczenia danej czynności. Następnie nauczyciel odpowiada na ewentualne pytania uczestników szkolenia. Kolejnym etapem jest przydział danej grupie odpowiedniego zadania (ćwiczenia), za którego realizację i poprawność wykonania odpowiada dany instruktor stanowiskowy. Podczas, gdy wszystkie grupy prowadzą ćwiczenia, instruktor prowadzący koordynuje działanie ogółu.

11. Szczegółowy przebieg szkolenia:

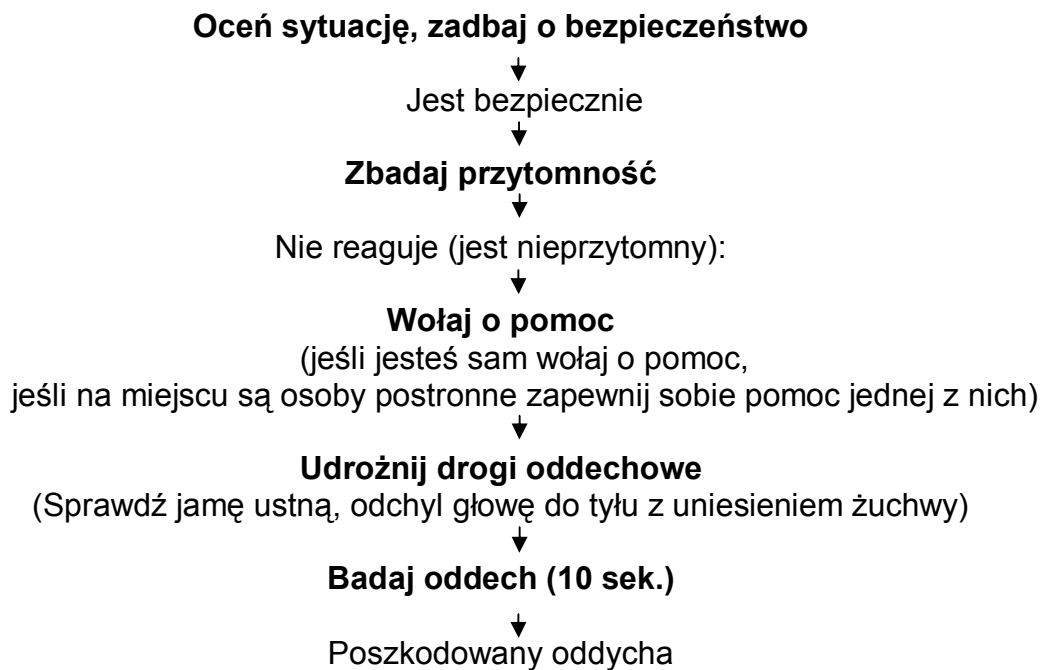
Lp.	Przebieg zajęć/tematyka	Wskazówki organizacyjne	Czas (jednostki lekcyjne)
1.	Wstępne czynności organizacyjne związane ze szkoleniem.	<ul style="list-style-type: none"> • Powitanie • Autoprezentacja prowadzących i kursantów • Charakterystyka programu szkolenia • Omówienie sposobu realizacji szkolenia • Podział na grupy (codziennie inny) 	1
2.	Prawny aspekt udzielania pierwszej pomocy: <ul style="list-style-type: none"> • Czym jest pierwsza pomoc? • Podstawy prawne obowiązku udzielania pierwszej pomocy. 	Materiały szkoleniowe ... str. 6	
3.	Bezpieczeństwo ratownika na miejscu zdarzenia: <ul style="list-style-type: none"> • Ocena sytuacji na miejscu zdarzenia • Środki ochrony osobistej • Zabezpieczenie miejsca zdarzenia. 	Materiały szkoleniowe ... str. 9	
4.	Telefoniczne powiadomienie służb ratowniczych: <ul style="list-style-type: none"> • Numery służb ratowniczych • Schemat wezwania pomocy • Wezwanie pomocy w górach. 	Materiały szkoleniowe ... str. 10	
5.	Zastosowanie skrótu ICE (<i>In Case of Emergency</i>).	Materiały szkoleniowe ... str. 11	

6.	<p>Postępowanie ratownicze w przypadku osoby nieprzytomnej z zachowanym oddechem:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ocena sytuacji i zapewnienie bezpieczeństwa na miejscu zdarzenia • Badanie podstawowych funkcji życiowych poszkodowanego • Wyszukiwanie obrażeń u poszkodowanego (badanie systemowe) • Zastosowanie pozycji bezpiecznej • Komfort termiczny poszkodowanego • Nieprzytomny urazowy (pozycja zastana) • Poszkodowany wychłodzony • Nieprzytomna kobieta w ciąży • Postępowanie przy nietypowych ułożeniach. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ćwiczenie nr 1 • Ćwiczenie nr 2 • Ćwiczenie nr 3 • Ćwiczenie nr 4 • Ćwiczenie nr 5 <p><i>Materiały szkoleniowe ... str. 15-19</i></p>	2
7.	<p>Postępowanie w przypadku ataku epilepsji:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Istota zjawiska • Przyczyny epilepsji • Objawy • Nieprawidłowości w udzielaniu pomocy • Postępowanie ratownicze. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ćwiczenie nr 6 <p><i>Materiały szkoleniowe ... str. 20</i></p>	1
8.	<p>Zawał serca – pierwsza pomoc:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Istota zjawiska • Objawy - rozpoznanie • Osoba przytomna lub splątana (zastosowanie pozycji półsiedzącej) • Osoba nieprzytomna z zachowanym oddechem • Poszkodowany z zatrzymanym krążeniem. 	<ul style="list-style-type: none"> • Projekcja filmu • Omówienie materiału filmowego • Ćwiczenie nr 7 <p><i>Materiały szkoleniowe ... str. 21</i></p>	1
9.	<p>Resuscytacja krążeniowo-oddechowa osoby dorosłej (Basic Life Support – BLS):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ocena bezpieczeństwa • Badanie przytomności • Udrożnienie dróg oddechowych • Badanie oddechu • Telefoniczne wezwanie pomocy • Resuscytacja: technika ucisku klatki piersiowej i sztucznego oddychania • Specyfika resuscytacji kobiety w ciąży. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ćwiczenie nr 8 <p><i>Materiały szkoleniowe ... str. 22</i></p>	2
10.	<p>Tamowanie krwotoków zewnętrznych, opatrywanie ran powierzchniowych, postępowanie przeciwwstrząsowe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Podstawowe zasady opatrywania ran • Rodzaje i charakterystyka krwotoków • Niebezpieczeństwa związane z krwotokami • <u>Tamowania krwotoków, opatrywanie ran:</u> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Bezpośredni docisk w miejscu krwotoku ➤ Opatrunek uciskowy 	<ul style="list-style-type: none"> • Ćwiczenie nr 9 <p><i>Materiały szkoleniowe ... str. 24</i></p>	2

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Stabilizacja ciała obcego w ranie ➤ Opatrunek trójstronny ➤ Opatrunki za pomocą chusty trójkątnej ➤ Wytrzewienie ➤ Opatrunek trójstronny z ciałem obcym ➤ Opatrunek osłaniający (otwarte zranienia czaszkowo-mózgowe) ➤ Opatrunek kolana, łokcia, kostki ➤ Amputacja urazowa ➤ Opatrunek oczu ➤ Opatrunek przy złamaniu podstawy czaszki <ul style="list-style-type: none"> • Zapobieganie wstrząsowi. 		
11.	<p>Złamania kości, uszkodzenia stawów, urazy kręgosłupa – pierwsza pomoc:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Charakterystyka złamań i urazów stawów • Urazy kończyn górnych, obojczyka: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Temblak zwykły, temblak z ręcznika ➤ Temblak ze środków zastępczych • Urazy żeber • Urazy miednicy: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pozycja zastana, unieruchomienie obłożeniowe • Urazy kończyn dolnych: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Unieruchomienie obłożeniowe ➤ Unieruchomienie poprzez związanie kończyn ➤ Postępowanie przy złamaniu otwartym • Urazy kręgosłupa - charakterystyka; <ul style="list-style-type: none"> ➤ Techniki stabilizacji kręgosłupa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ćwiczenie nr 10 • Ćwiczenie nr 11 <p><i>Materiały szkoleniowe ... str. 25-26</i></p>	2
12.	<p>Udar mózgu – postępowanie ratownicze:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Charakterystyka zjawiska, rodzaje udaru • Objawy udaru mózgu - rozpoznanie • Osoba przytomna lub splątana (zastosowanie pozycji półsiedzącej) • Poszkodowany z zatrzymanym krążeniem • Osoba nieprzytomna z zachowanym oddechem. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ćwiczenie nr 12 <p><i>Materiały szkoleniowe ... str. 27</i></p>	1
13.	<p>Zakończenie szkolenia – podsumowanie wnioski.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Podsumowanie i wnioski • Informacje odnośnie formalnej strony zakońzonego szkolenia • Pożegnanie 	

12. Zestaw ćwiczeń do realizacji w ramach szkolenia

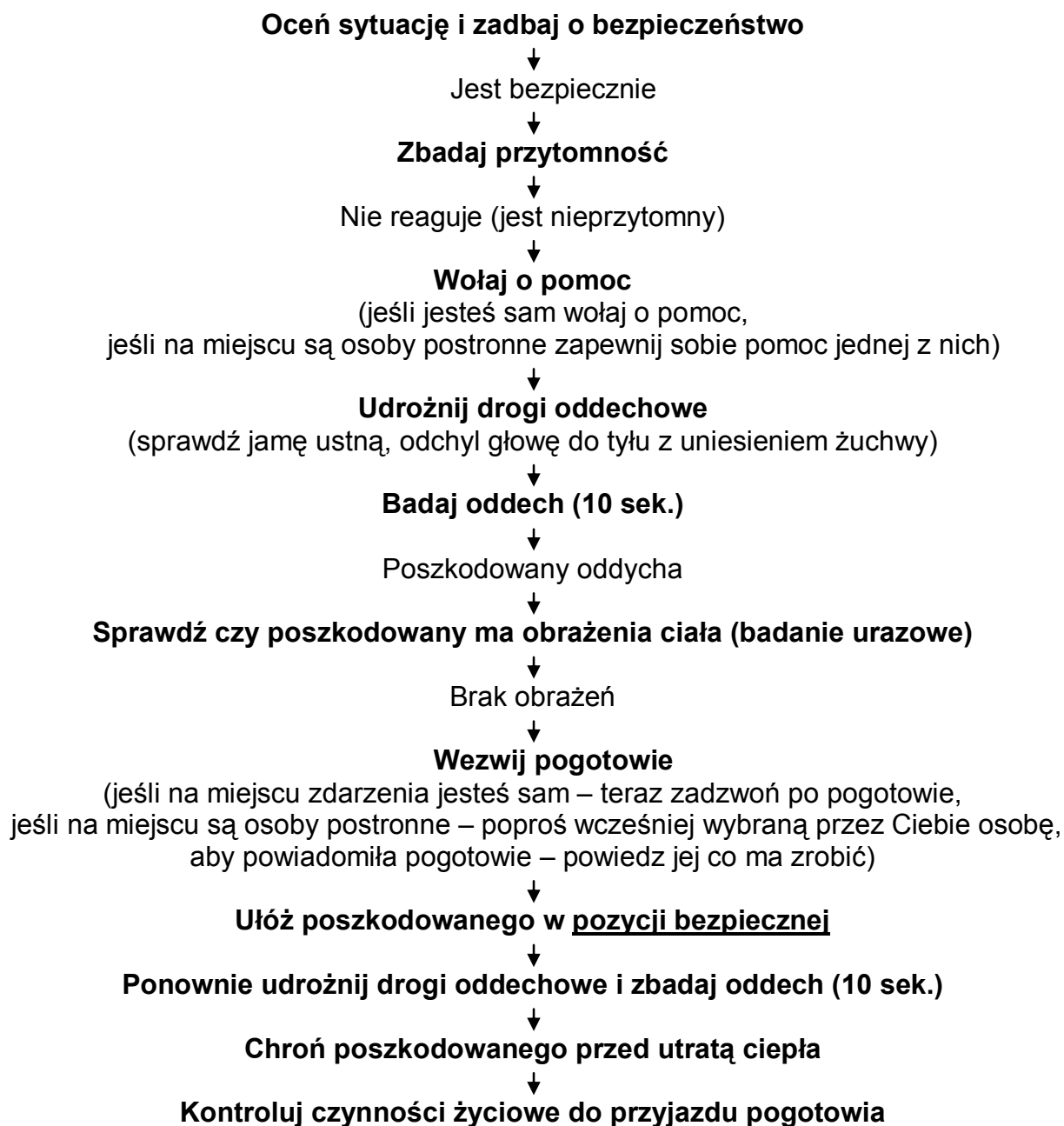
Ćwiczenie 1: Ocena bezpieczeństwa oraz badanie podstawowych funkcji życiowych (poszkodowany leży na plecach)



Ćwiczenie 2: Algorytm postępowania w przypadku osoby nieprzytomnej z zachowanym oddechem, bez obrażeń (poszkodowany leży na plecach)

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych

Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne



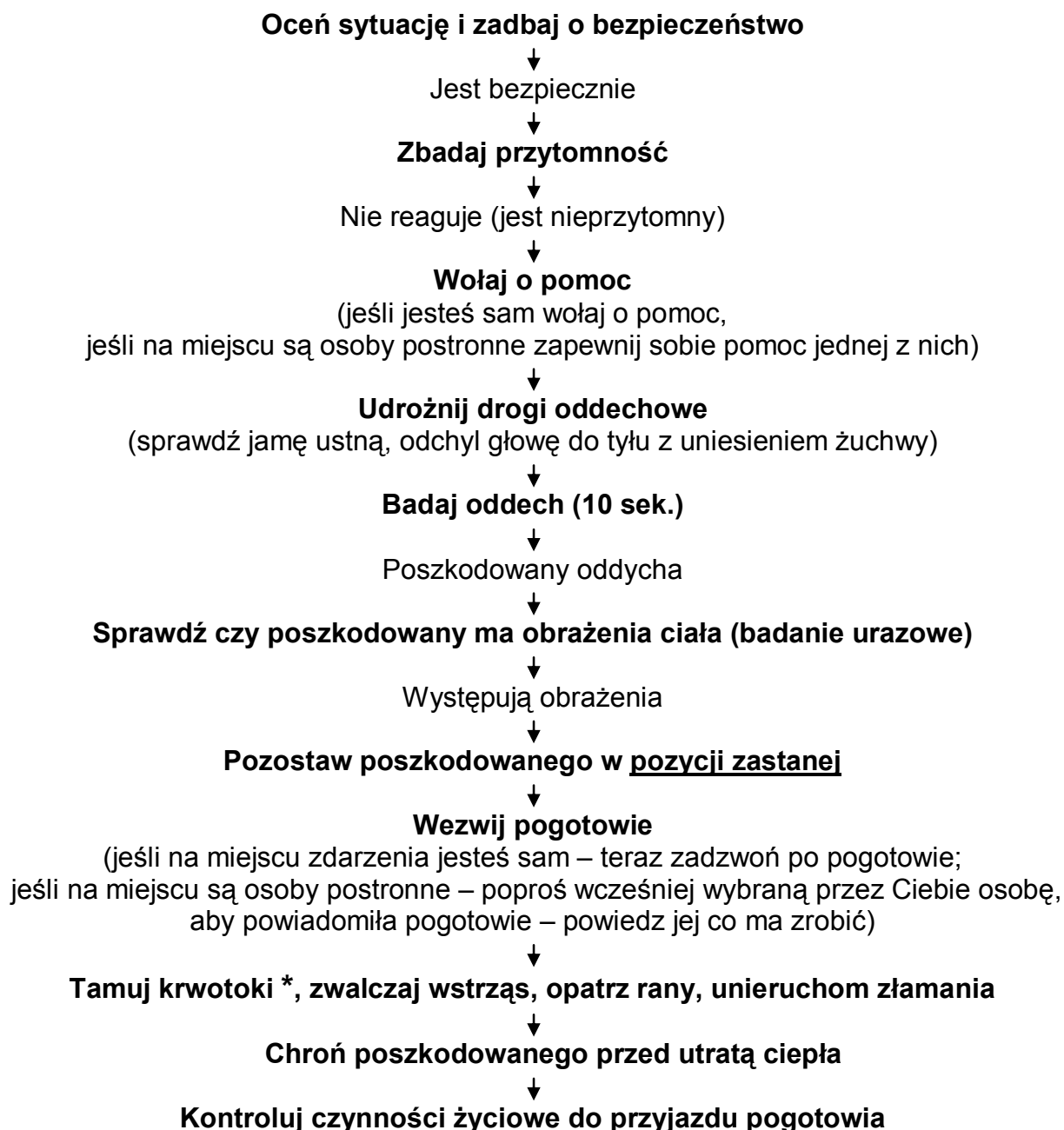
Pamiętaj:

- U osoby nieprzytomnej badaj oddech, co około 1 minutę
- W przypadku osoby nieprzytomnej wychłodzonej (w stanie hipotermii) badaj oddech przez około 1 minutę
- Jeśli pogotowie nie przyjechało w ciągu 20-30 minut, po upływie tego czasu obróć i ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej na drugiej stronie
- Nieprzytomną kobietę w zaawansowanej ciąży, bez obrażeń, ułóż w pozycji bezpiecznej na jej lewym boku
- W przypadku zatrzymania krążenia (brak oddechu, oddech agonalny) przystąp do resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO)

Ćwiczenie 3: Algorytm postępowania w przypadku osoby nieprzytomnej z zachowanym oddechem, z obrażeniami ciała (poszkodowany leży na plecach)

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych

Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne



Pamiętaj:

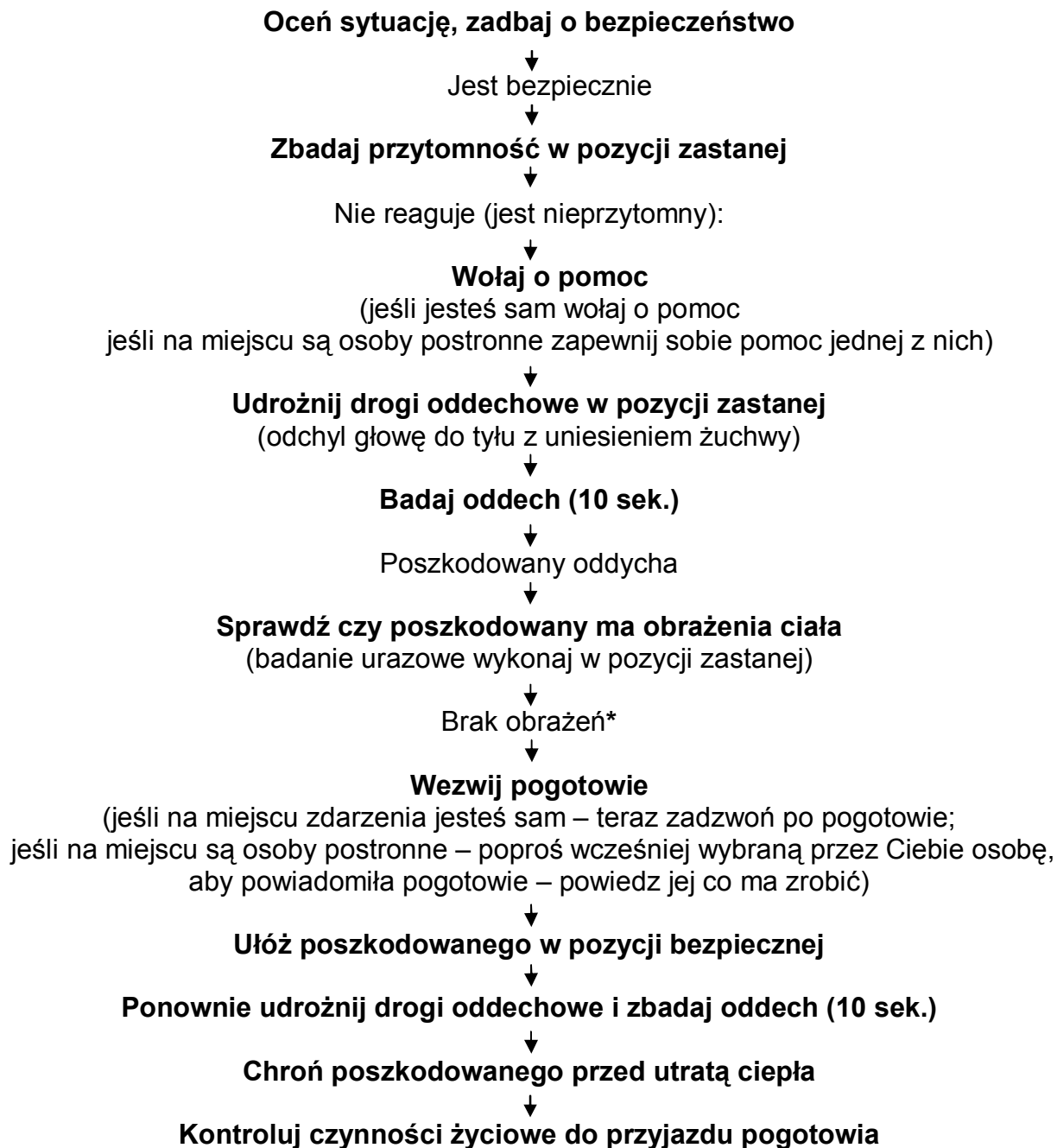
- U osoby nieprzytomnej badaj oddech, co około 1 minutę
- W przypadku osoby nieprzytomnej wychłodzonej (w stanie hipotermii) badaj oddech przez około 1 minutę
- W przypadku zatrzymania krążenia (brak oddechu, oddech agonalny) przystąp do resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO)

* Rozpoznane krwotoki tamuj natychmiast po zbadaniu funkcji życiowych

Ćwiczenie 4: Algorytm postępowania w przypadku osoby nieprzytomnej, z zachowanym oddechem, którą znaleziono leżącą na boku

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych

Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne



Pamiętaj:

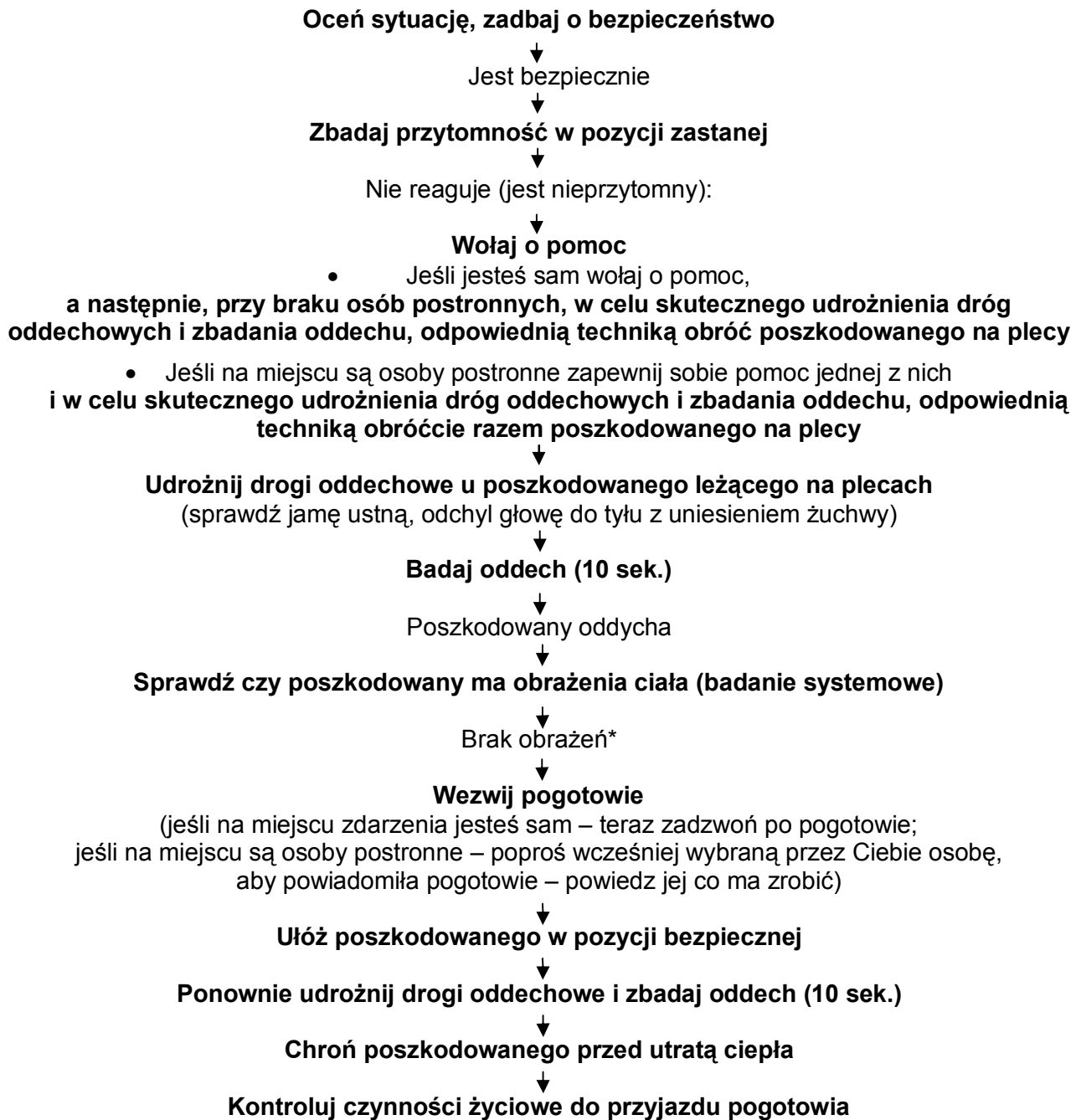
- U osoby nieprzytomnej badaj oddech, co około 1 minutę
- Jeśli pogotowie nie przyjechało w ciągu 20-30 minut, po upływie tego czasu obróć i ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej na drugiej stronie
- W przypadku osoby nieprzytomnej wychłodzonej (w stanie hipotermii) badaj oddech przez około 1 minutę
- W przypadku zatrzymania krążenia (brak oddechu, oddech agonalny) przystąp do resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO)

*** W przypadku stwierdzenia obrażeń pozostaw poszkodowanego w pozycji zastanej, wezwij pogotowie i dalej postępuj jak w przypadku osoby urazowej (patrz: ćw. nr 3)**

Ćwiczenie 5: Algorytm postępowania w przypadku osoby nieprzytomnej, leżącej w pozycji uniemożliwiającej skuteczne udrożnienie dróg oddechowych i zbadanie oddechu

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych

Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne

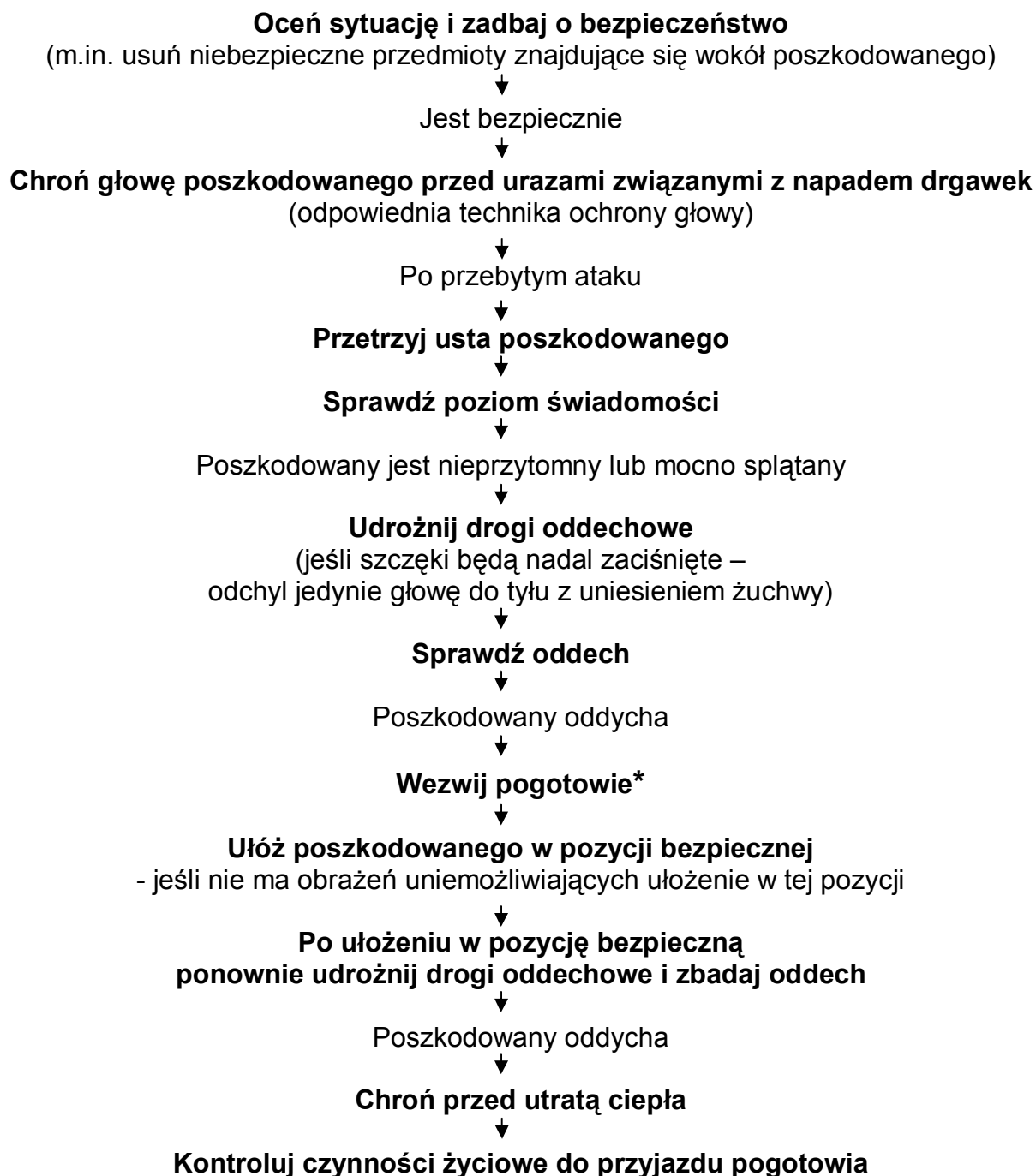


Pamiętaj:

- U osoby nieprzytomnej badaj oddech, co około 1 minutę
- Jeśli pogotowie nie przyjechało w ciągu 20-30 minut, po upływie tego czasu obróć i ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej na drugiej stronie
- W przypadku osoby nieprzytomnej wychłodzonej (w stanie hipotermii) badaj oddech przez około 1 minutę
- W przypadku zatrzymania krążenia (brak oddechu, oddech agonalny) przystąp do resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO)

* W przypadku stwierdzenia obrażeń pozostaw poszkodowanego w pozycji zastanej, wezwij pogotowie i dalej postępuj jak w przypadku osoby urazowej (patrz: ćw. nr 3)

Ćwiczenie 6: Atak epilepsji – algorytm postępowania

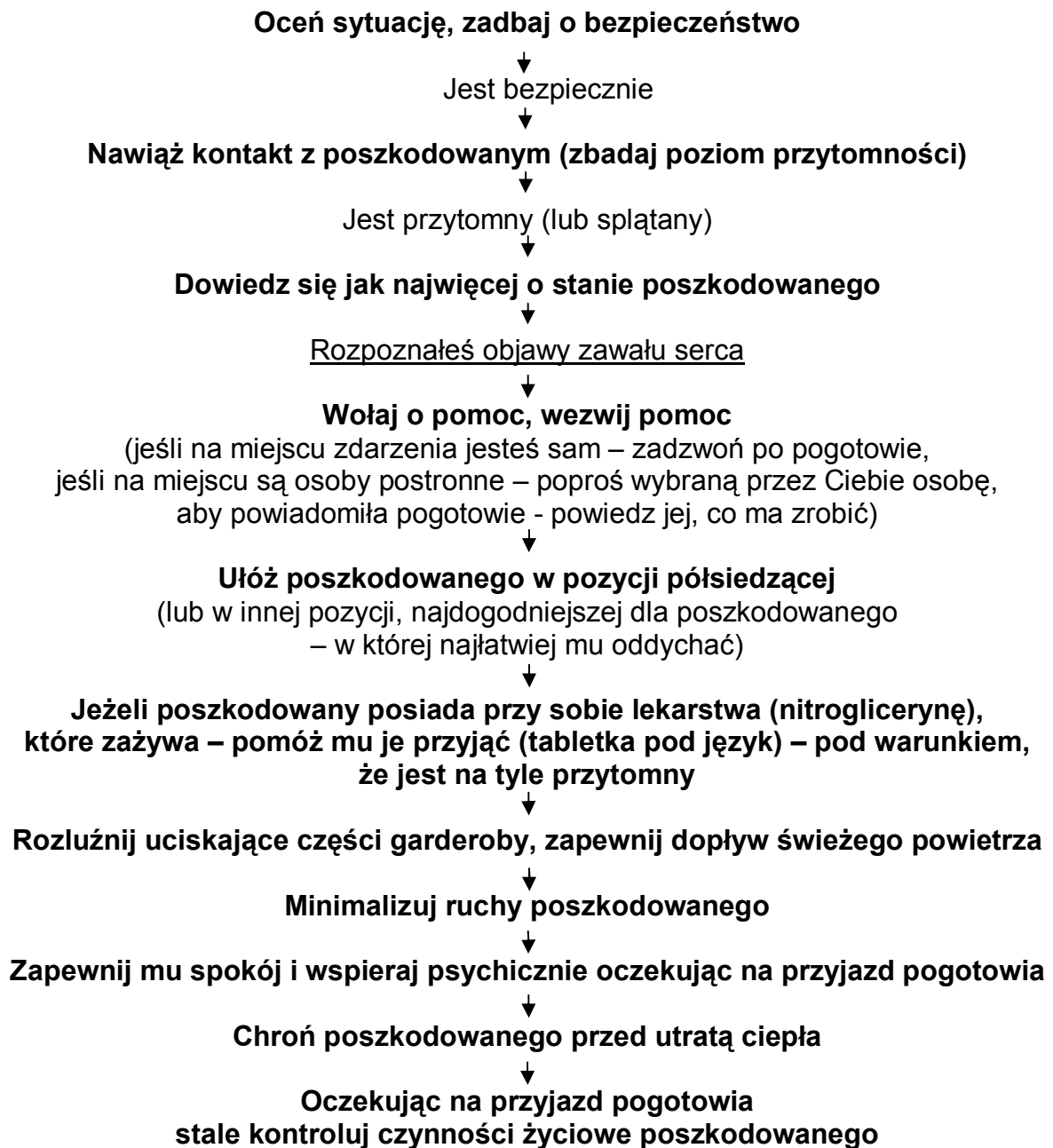


Pamiętaj:

- Do przybycia pogotowia stale kontroluj funkcje życiowe poszkodowanego (oceniaj stan przytomności, badaj oddech, co około 1 minutę)
- Jeśli pogotowie nie przyjechało w ciągu 20-30 minut, po upływie tego czasu obróć i ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej na drugiej stronie

* Wezwanie pogotowia można również wykonać wcześniej – np. gdy osoba udzielająca pomocy chroni głowę poszkodowanego w trakcie drgawek, może w tym czasie poprosić osobę postronną będącą na miejscu, aby powiadomiła pogotowie

Ćwiczenie 7: Algorytm postępowania w przypadku osoby przytomnej lub splątanej z objawami zawału serca



Pamiętaj:

Gdy poszkodowany z objawami zawału serca straci przytomność - sprawdź podstawowe funkcje życiowe:

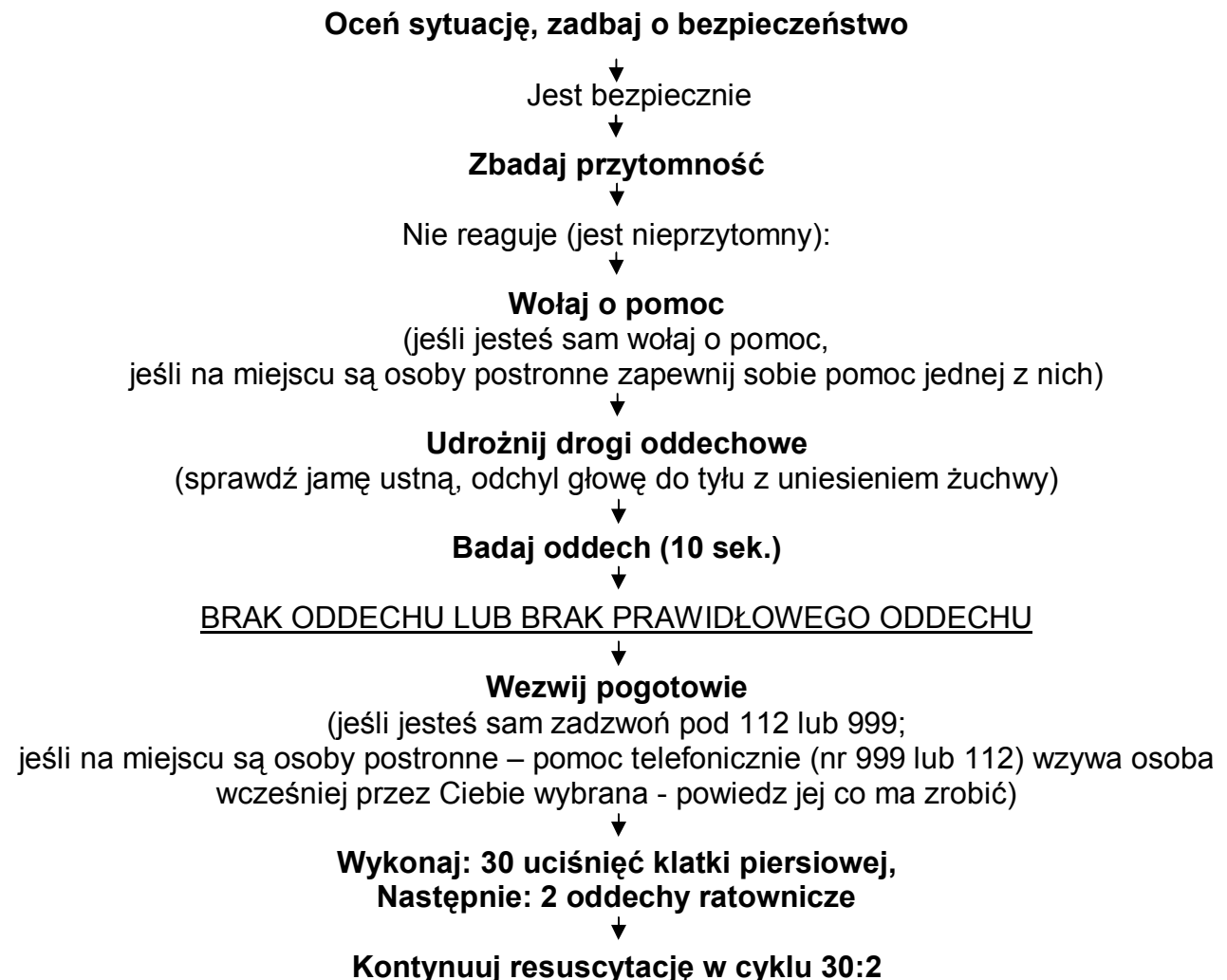
- Jeżeli oddech jest zachowany – ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej, co około 1 minutę badaj oddech
- Jeżeli wystąpi brak oddechu (lub oddech agonalny) przystąp niezwłocznie do resuscytacji krążeniowo-oddechowej

Ćwiczenie 8: Resuscytacja krążeniowo oddechowa osób dorosłych

RKO U DOROSŁYCH – ALGORYTM

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych

Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne



RKO wykonuj nieprzerwanie do:

- Przyjazdu pogotowia
- Wyczerpania sił własnych
- Powrotu samoistnego oddechu (jeśli oddech powróci - sprawdź, czy poszkodowany posiada obrażenia, jeśli nie – ułóż go w pozycji bezpiecznej i chroń przed utratą ciepła)
- Momentu wystąpienia nagłego, nieprzewidzianego zagrożenia, które wcześniej nie występowało

W przypadku resuscytacji kobiety w zaawansowanej ciąży:

- podłóż pod jej prawe biodro klin (kurtka, plecak, bluza itp.)
- celu wykonania ucisków klatki piersiowej - ręce ułóż na mostku nieco wyżej niż w przypadku typowej resuscytacji (uwaga na brzuch!)

Ćwiczenie 9: Algorytm postępowania w przypadku krwotoków i ran

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych

Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne



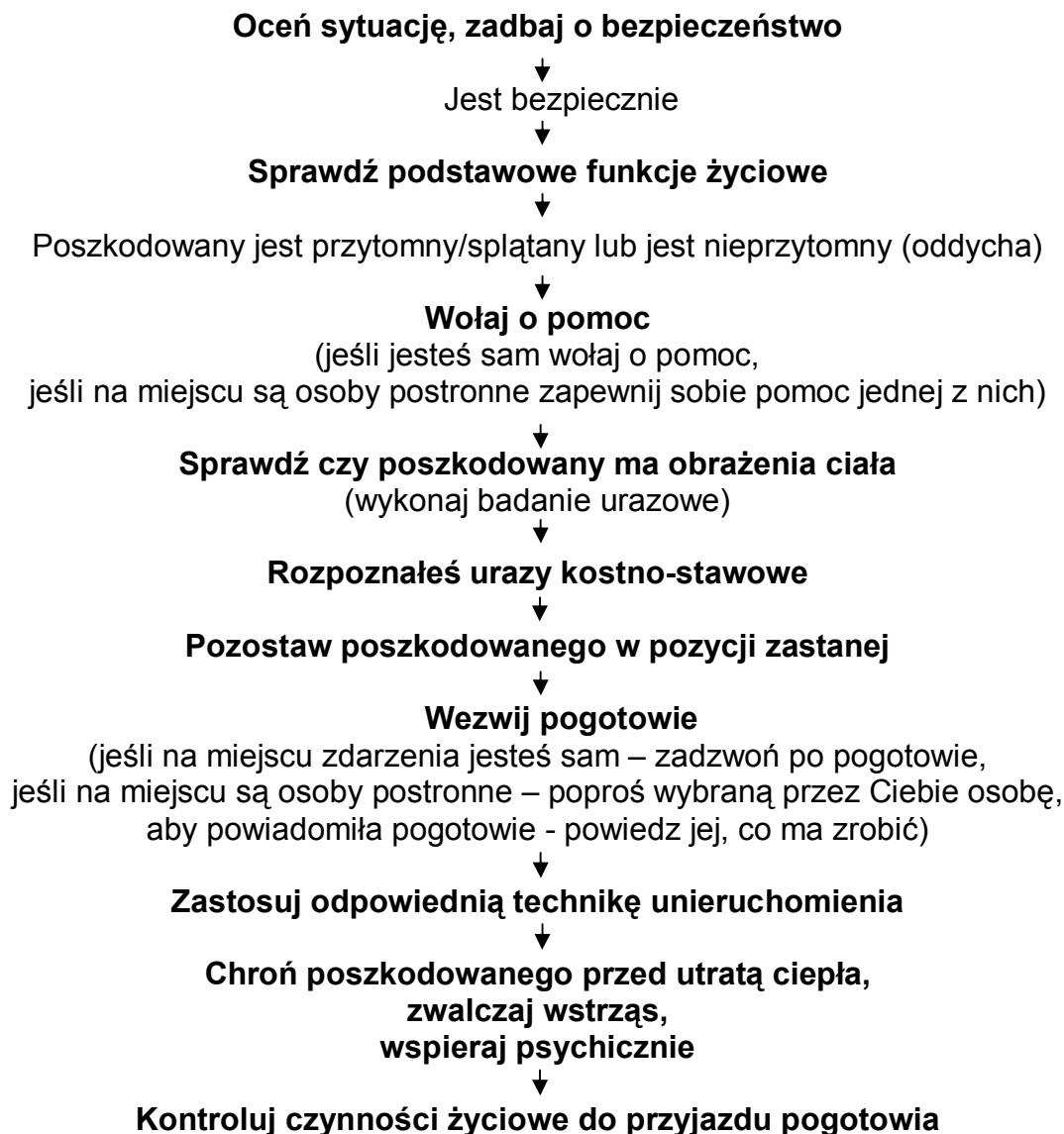
Pamiętaj:

- Gdy po wykonaniu oceny bezpieczeństwa na miejscu zdarzenia od razu, wzrokowo stwierdzisz u poszkodowanego krwawienie – najpierw sprawdź podstawowe funkcje życiowe, a dopiero potem przystąp do tamowania krwotoku
- Do przybycia pogotowia stale kontroluj funkcje życiowe poszkodowanego (oceniaj stan przytomności, a u nieprzytomnego badaj oddech, co około 1 minutę)
- W przypadku zatrzymania krążenia (brak oddechu, oddech agonalny) przystąp do resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO)
- Po zatamowaniu krwotoków i opatrzeniu dużych ran – sprawdź, czy poszkodowany nie ma innych obrażeń (złamania, zwichnięcia, uraz kręgosłupa itp.), jeśli występują - eliminuj ich skutki (unieruchom, stabilizuj itp.)

Ćwiczenie 10: Algorytm postępowania przy urazach kostno-stawowych

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych

Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne



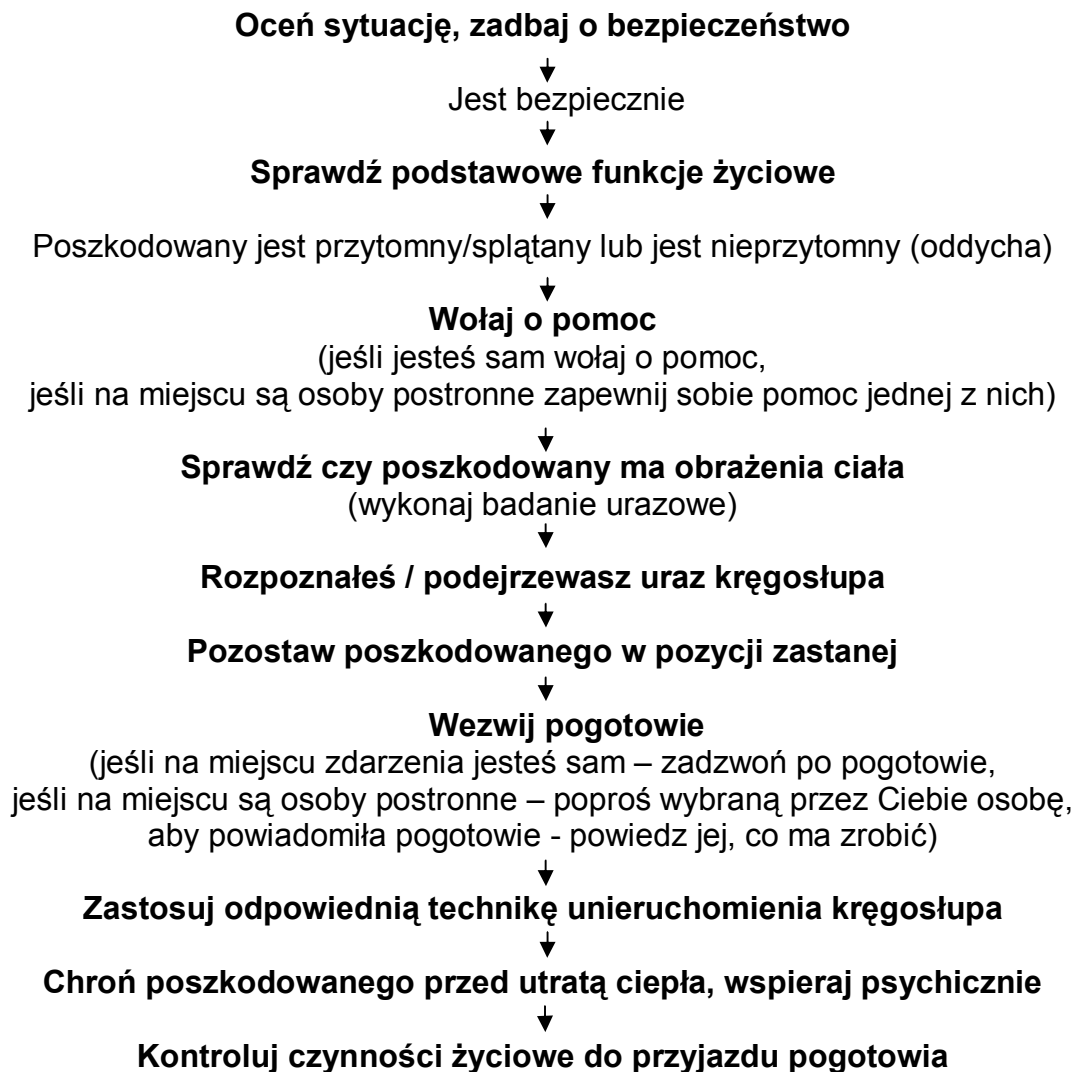
Pamiętaj:

- Jeżeli oprócz urazów kostno-stawowych występuje krwotok lub osoba posiada rozległe rany – najpierw tamuj krwawienia i opatrz rany, a następnie zajmij się pozostałymi urazami (unieruchomienie złamań, zwichnięć, skręceń itp.)
- W przypadku złamania otwartego, najpierw opatrz ranę, następnie wykonaj unieruchomienie

Ćwiczenie 11: Algorytm postępowania w przypadku urazu kręgosłupa

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych

Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne



Pamiętaj:

- Jeżeli poszkodowany leży w pozycji uniemożliwiającej skuteczne udrożnienie dróg oddechowych i zbadania oddechu, odpowiednią techniką obróć poszkodowanego na plecy bez względu na posiadane czy domniemane obrażenia
- Gdy stwierdzisz lub podejrzewasz uraz kręgosłupa, a na miejscu jest druga osoba – zleć jej ręczną stabilizację kręgosłupa szyjnego, a Ty przystąp do pozostałych czynności ratunkowych zgodnie ze schematem
- Do przybycia pogotowia stale kontroluj funkcje życiowe poszkodowanego (oceniaj stan przytomności, badaj oddech, co około 1 minutę)
- W przypadku zatrzymania krążenia u osoby z urazem kręgosłupa (brak oddechu, oddech agonalny) natychmiast przystąp do resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO)

Ćwiczenie 12: Algorytm postępowania w przypadku osoby przytomnej lub splątanej z objawami udaru mózgu

Wariant A: Na miejscu zdarzenia nie ma osób postronnych

Wariant B: Na miejscu zdarzenia znajdują się osoby postronne



Pamiętaj:

Gdy poszkodowany z objawami udaru mózgu straci przytomność - sprawdź podstawowe funkcje życiowe:

- Jeżeli oddech jest zachowany – ułóż poszkodowanego w pozycji bezpiecznej, co około 1 minutę badaj oddech
- Jeżeli wystąpi brak oddechu (lub oddech agonalny) niezwłocznie przystąp do resuscytacji krążeniowo-oddechowej

13. Wzór zaświadczenia ukończonego szkolenia (strona główna).



ZAŚWIADCZENIE

.....
/ur. /
- uczeń

ukończył 12-godzinne szkolenie:

PIERWSZA POMOC W NAGŁYCH WYPADKACH

zorganizowane w Zespole Szkół Technicznych w Mielcu
dla młodzieży szkolnej w ramach akcji:
FERIE W ZST – ZIMOWA SZKOŁA PIERWSZEJ POMOCY
2011/2012

PROWADZĄCY ZAJĘCIA DYREKTOR SZKOŁY

Mielec, 30-31.01 - 01.02. 2012 r.

Wzór zaświadczenia ukończonego szkolenia (str. 2).

Lp.	Wykaz tematów objętych szkoleniem	Czas realizacji (jednostki lekcyjne)
1.	Prawny aspekt udzielania pierwszej pomocy.	1/3
2.	Bezpieczeństwo ratownika na miejscu zdarzenia.	1/3
3.	Telefoniczne powiadomienie służb ratowniczych.	1/3
4.	Zastosowanie skrótu ICE (In Case of Emergency).	
5.	Postępowanie ratownicze w przypadku osoby nieprzytomnej z zachowanym oddechem.	2
6.	Postępowanie w przypadku ataku epilepsji.	1
7.	Zawał serca – pierwsza pomoc.	1
8.	Resuscytacja krążeniowo-oddechowa osoby dorosłej (Basic Life Support – BLS).	2
9.	Tamowanie krwotoków zewnętrznych, opatrywanie ran powierzchniowych, postępowanie przeciwwstrząsowe	2
10.	Złamania kości, uszkodzenia stawów, urazy kręgosłupa – pierwsza pomoc	2
11.	Udar mózgu – postępowanie ratownicze.	1

Opracował:
Nauczyciel
pierwszej pomocy przedmedycznej
mgr Andrzej Wyzga

Program zatwierdził: