

## **ESMAABIANDJA KOOLITUS**

Tervise ja heaolu interdistsiplinaarne õppekavarühm (MTT nr 242648)

**1. Koolituse maht:** 16 akadeemilist tundi

**2. Eesmärk ja õpiväljundid**

Koolitusel käsitletakse eelkõige järgnevaid teemasid:

- ✓ õnnetusolukorra hindamine, õnnetusolukorras tegutsemine (sh paanikaga toimetulek) ja hädaabi kutsumine, kannatanu seisundi hindamine (sh kannatanu asendi muutmisega seotud ohud); esmaabi olemus ja üldpõhimõtted, välistingimustes abiandmise iseärasused, edasise tervisekahju ennetamine;
- ✓ eluohtlikud seisundid, nende äratundmine ja hädavajalikud tegevused (sealhulgas müokardiinfarkti, insuldi ja kopsuvigastuse korral);
- ✓ esmaabi teadvusetuse korral – vabade hingamisteede tagamine, hapnikupuudusest põhjustatud ajukahjustuse ennetamine, võrkeha eemaldamine hingamisteedest, elustamine (sh elustamisaparaadi AED kasutamine);
- ✓ esmaabi vigastuste korral – keha pindmised ja sügavad vigastused, sisemised ja välised verejooksud, verejooksu peatamise võtted, haavade sidumise võtted ja reeglid, luumurdudega kaasnevad ohud, lahastamise reeglid ja lahastamisega seotud ohud, liigesetraumad (sh nihestused ja nikastused), erinevate kehaosade põrutused ja muljumised, silmakahjustused;
- ✓ esmaabi uppumise, mürgistuse, söövituse, põletuse, külmakahjustuse ja elektrilöögi korral;
- ✓ meditsiinilise šoki olemus ja šokiseisundis kannatanu abistamine;
- ✓ esmaabi äkkaigestumise (nt epilepsiahoog, diabeetiline kooma, anafülaktiline šokk, minestus, astmahoog, kõhuvalu) korral;
- ✓ esmaabivahendite valik ja kasutamine töökohal / sündmuskohal.

**3. Sihtgrupp / õppe alustamise tingimused**

Esmaabiandja koolitus on põhikursus, mis on mõeldud nt tööandja määratud esmaabiandjale, relvaloa taotlejale, mootorsõiduki juhtimisõiguse taotlejale või esmaabioskuste üldiseks arendamiseks.

\* Õppegrupi maksimaalne suurus: 20 inimest

#### **4. Õppeprotsessi kirjeldus**

1. Iseseisev õpe: teoreetiliste teadmiste omandamine koolitusasutuse väljastatud õppematerjalide põhjal (8 ak tundi).
2. Auditoorne õpe: eelnevalt omandatud teadmiste kontroll ja täiendamine arutelu vormis; praktiline demonstratsioon, situatsioonülesannete lahendamine ja kirjalik test väljundite hindamiseks (8 ak tundi).

**5. Õppekeskkond:** osalejate arvule vastav klassiruum, sh videoprojektor ja valge markertahvel.

#### **6. Koolitajad:**

##### **Priit Kirss (N14818) – vastutav koolitaja**

Lõpetanud Tartu Tervishoiu Kõrgkooli õe põhiõppe. Töökogemus SA Tartu Kiirabis 6 aastat.

Juhan Aia (Viking Security AS) – abikoolitaja

Tartu Tervishoiu Kõrgkool (õe põhiõpe, 4. kursus). Töökogemus SA Tartu Kiirabis ja Lõuna-Eesti Haigla AS kiirabis kokku 4 aastat.

#### **7. Täiendusõppe läbimise tingimused ja väljastatav dokument**

Õppe läbimise kriteeriumiks on teoreetilise osa iseseisev omandamine, praktiliste situatsioonülesannete korrektne lahendamine ja kirjaliku kontrolltesti edukas sooritamine. Koolitusel osalemisel ja väljundite saavutamisel omistatakse väljaõpet tõendav tunnistus.