



RATOWNIK MEDYCZNY Maciej Marszałek

SZKOLENIA Z ZAKRESU UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY

99-200 Poddębice ul. Krasickiego 13A/13 - tel.500200585 - e-mail: maciej.marszalek1@wp.pl.

KURS BLS – AED

Basic Life Support & Automated External Defibrillation

(Podstawowe Zabiegi Resuscytacyjne i Automatyczna Defibrylacja Zewnętrzna - kurs rozszerzony)

Kurs ten kierujemy do osób nieposiadających wykształcenia medycznego. Dla pracowników niezależnie od wykonywanego zawodu. Nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie w ratownictwie lub inne szkolenia.

Materiał teoretyczny omawiany na szkoleniu jest szerszy od poruszanego na Podstawowym Kursie Pierwszej Pomocy.

Ćwiczenia praktyczne obejmują więcej zagadnień oraz trwają dłużej. Celem kursu jest przekazanie wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności udzielania pierwszej pomocy w różnych stanach zagrożenia życia. Sprzyjająca atmosfera kursu pozwala oswoić się z sytuacją wymagającą szybkiej i właściwej pomocy oraz daje możliwość nauczania się właściwego postępowania z osobą wymagającą pomocy przedmedycznej.

Schematy zawarte w programie odpowiadają obowiązującym normom Europejskiej, a tym samym i Polskiej Rady Resuscytacji z 2010 r. Standardy postępowania oraz program nauczania są zgodne z wytycznymi Ministra Zdrowia.

Data rozpoczęcia kursu:

Czas trwania: 4 -8 godzin

Liczba uczestników: 12 osób

Miejsce szkolenia:

Instruktor: Specjalista Ratownictwa Medycznego z tyt. mgr - (uprawnienia zgodne z art. 8 ust. 2 ustawy z dnia 8 września 2006r. o Państwowym Ratownictwie Medycznym)

Po ukończeniu kursu BLS-AED ratownik potrafi:

- Prawidłowo i samodzielnie ocenić i postępować z osobą nieprzytomną, bez oddechu i krążenia;
- Poprawnie, samodzielnie prowadzić podstawowe zabiegi ratownicze (resuscytacja bezprzyrządowa) w pozorowanym zdarzeniu na fantomie resuscytacyjnym, zgodnie z aktualnymi wytycznymi ERC;
- Bezpieczniej i właściwie używać AED w połączeniu z podstawowymi zabiegami resuscytacyjnymi w różnych sytuacjach.

Po szkoleniu uczestnicy dokonują jego pisemnej oceny, otrzymują zaświadczenie ukończenia wg wzoru MEN.

Warunkiem otrzymania zaświadczenia jest zdanie na pozytywną ocenę egzaminu teoretycznego i praktycznego.

Zaświadczenie ważne jest na okres 3 lat. Po tym okresie wskazane jest odbyć szkolenie recertyfikacyjne.

PLAN SZKOLENIA:

WYKŁADY: (4 godziny)

ORGANIZACJA WSPÓŁCZESNEGO RATOWNICTWA ZINTEGROWANEGO:

- zapoznanie z Krajowym Systemem Ratowniczo – Gaśniczym;
- zapoznanie z Systemem Ratownictwa Medycznego;
- zapoznanie z Systemem Obrony Cywilnej;
- co to jest Krajowy System Ratowniczy?;
- miejsce osób szkolących się w systemie ratowniczym.

BEZPIECZEŃSTWO WŁASNE, POSZKODOWANEGO, MIEJSCA ZDARZENIA:

- bezpieczeństwo higieniczno – sanitarne (zasady aseptyki i antyseptyki);
- zabezpieczenie osobiste;
- bezpieczeństwo na miejscu zdarzenia;
- postępowanie ze zużytymi materiałami opatrunkowymi;
- postępowanie poekspozycyjne na krew i inny, potencjalnie infekcyjny materiał;
- dezynfekcja skóry (mycie i dezynfekcja rąk).

METODYKA NAUCZANIA PIERWSZEJ POMOCY WEDŁUG WYTYCZNYCH ERC:

- motywacja do udzielania pomocy;
- omówienie ustawy o państwowym ratownictwie medycznym;
- kto powinien nauczać pierwszej pomocy?;
- dlaczego należy nauczać pierwszej pomocy w sposób permanentny i w jak najmłodszym wieku?;

ZAKRES DZIAŁAŃ RATUNKOWYCH W NAGŁYM ZAGROŻENIU ZDROWIA LUB ŻYCIA:

- prawne podstawy udzielania pierwszej pomocy ;
- czy sanitariusz, opiekun apteczki może podać lek? (np: przeciwbólowy);
- podstawowe pojęcia w ratownictwie;
- własne bezpieczeństwo podczas udzielania pierwszej pomocy;
- skład apteczki pierwszej pomocy;
- definicja złotej godziny;
- definicja łańcucha przeżycia.

WYPADEK KOMUNIKACYJNY:

- zabezpieczenie miejsca wypadku;
- wstępna ocena stanu poszkodowanego;
- wydobywanie poszkodowanego z pojazdu;
- ocena podstawowych funkcji życiowych;
- utrata przytomności, omdlenia, zaburzenia świadomości;
- zasady wzywania służb ratunkowych (telefony alarmowe, rozmowa z dyspozytorem Pogotowia Ratunkowego);
- nagła utrata przytomności, a nagłe zatrzymanie krążenia.

RESUSCYTACJA KRAŻENIOWO - ODDECHOWA:

- resuscytacja krążeniowo-oddechowa (postępowanie ABC);
- sposoby udrażniania górnych dróg oddechowych;
- pozycja boczna ustalona (bezpieczna);
- sztuczna wentylacja płuc poszkodowanego;

- pośredni masaż serca;
- odmienności w resuscytacji;
- reanimacja niemowlęcia;
- reanimacja dzieci powyżej 1 roku życia;
- defibrylacja elektryczna za pomocą automatycznego defibrylatora zewnętrznego AED.

CIAŁO OBCE W DROGACH ODDECHOWYCH:

- postępowanie w zachłyśnięciu u dorosłego;
- postępowanie w zachłyśnięciu u niemowląt.

RANY I ZAOPATRYWANIE RAN:

- krwotoki – podział;
- sposoby opanowania krwawienia zewnętrznego;
- opatrunek uciskowy;
- podstawowe rodzaje ran;
- postępowanie przeciwwstrząsowe;
- opaska zaciskająca;
- rany penetrujące klatki piersiowej;
- rany z wbitym przedmiotem;
- wytrzewienie;
- amputacja urazowa;
- krwotoki wewnętrzne.

ZŁAMANIA I URAZY:

- rodzaje złamań;
- postępowanie przy złamaniach;
- uraz czaszkowo-mózgowe;
- urazy jamy brzusznej;
- urazy miednicy;
- uraz oka;
- uraz ucha;
- uraz zębów (postępowanie w przypadku wybicia zębów);
- zmiżdżenia;
- oparzenia termiczne, chemiczne i elektryczne;
- porażenie prądem elektrycznym.

URAZY KRĘGOSŁUPA:

- postępowanie z poszkodowanym po urazie kręgosłupa;
- przekładanie poszkodowanego z urazem kręgosłupa w 5,4,3 osoby;
- stabilizacja poszkodowanego siedzącego w samochodzie;
- stabilizacja odcinka szyjnego kręgosłupa.

NAGLE ZACHOROWANIA:

- zawał serca;
- astma;
- padaczka;
- cukrzyca;
- udar mózgu.

UTONIĘCIA, WYZIĘBIENIE I PRZEGRZANIE:

- postępowanie z utopionym;
- postępowanie z podtopionym;
- hipotermia;

- hipertermia.

ZATRUCIA:

- zatrucia pożywieniem;
- zatrucia środkami chemicznymi (detergentami);
- zatrucia lekami;
- ukąszenia, użądlenia, pogryzienia.

POSTĘPOWANIE Z PRZESYŁKĄ NIEWIADOMEGO POCHODZENIA.

ZACHOWANIE SIĘ PODCZAS ATAKU TERRORYSTYCZNEGO.

PROBLEMY PSYCHOLOGICZNE I PSYCHOPATOLOGICZNE OFIAR NAGŁYCH ZDARZEŃ I KATASTROF:

- objawy ostrej reakcji na stres;
- ogólne mechanizmy reakcji na stres;
- zasady postępowania wobec ofiar stresujących wydarzeń (wsparcie).

ĆWICZENIA: (4 godziny)

Ćwiczenia praktyczne obejmują, co najmniej 50% czasu całego szkolenia. Instruktorzy wykonują 2 pokazy instruktażowe każdego ćwiczenia, a następnie **wszyscy** szkolący się po kolei wielokrotnie powtarzają ćwiczenie, aż do pełnego opanowania danej czynności. Wykłady prowadzone są na przemian z ćwiczeniami. Grupy ćwiczące są nie większe niż 6 osób, dzięki czemu instruktorzy mogą przekazać wiedzę i doświadczenia każdemu uczestnikowi szkolenia.

Plan ćwiczeń:

- resuscytacja krążeniowo-oddechowa;
- układanie pacjenta (pozycja bezpieczna, pozycja półsiedząca-półleżąca, pozycja przeciwwstrząsowa, pozycja w urazach brzucha);
- przekładanie poszkodowanego na deskę (drzwi) z urazem kręgosłupa;
- sposoby ewakuacji rannych na szybko (przez 1 i 2 ratowników, ze sprzętem i bez sprzętu);
- wykonywanie opatrunków;
- unieruchomienie złamań kości i stawów;
- zdejmowanie kasku motocyklisty;
- wydobywanie ofiar z samochodu;
- zakładanie kołnierza ortopedycznego;
- pozorowanie sytuacji najczęściej występujących w życiu codziennym;
- zakładanie i zdejmowanie rękawiczek jednorazowych.

Do ćwiczeń wykorzystywane rekwizyty takie jak:

- manekin w formie torsu do nauki udrażniania dróg oddechowych dorosłego metodami bezprzyrządowymi i oddechu sztucznego, a także masażu pośredniego serca i badania tętna na tętnicach szyjnych z elektronicznym monitorowaniem i oceną wykonywanych czynności wraz z możliwością wydruku danych;
- manekin w formie torsu do nauki udrażniania dróg oddechowych dorosłego metodami bezprzyrządowymi i oddechu sztucznego, a także masażu pośredniego serca bez elektronicznego monitorowania czynności resuscytacyjnych;
- manekin do nauki udrażniania dróg oddechowych noworodka metodami

- bezprzyrządowymi i oddechu sztucznego oraz masażu pośredniego serca;
- automatyczny defibrylator szkoleniowy;
 - deska ortopedyczna;
 - szyny Kramera i szyny SAM-SPLINT;
 - zestaw ratownictwa medycznego R-1.

Inne pomoce dydaktyczne:

- instrukcja pierwszej pomocy i kwalifikowanej pierwszej pomocy jako standardowe wyposażenie apteczek” autorstwa Macieja Marszałka, (została napisana w Zakładzie Medycyny Ratunkowej i Medycyny Katastrof pod kierunkiem dr n med. Krzysztofa Ulbricha).
- <http://www.ratownik1.bloog.pl>. (hasło: ratownik1);
- <http://www.pierwszapotoc.cal.pl>
- prezentacje multimedialne;
- rzutnik multimedialny;
- laptop;
- sprzęt dydaktyczny zgodny z rozporządzeniem ministra zdrowia z dnia 19 marca 2007r. (Dz. U. z 2007r. Nr 60, poz.408)



Program szkolenia rozszerzonego z zakresu udzielania pierwszej pomocy dla osób nieposiadających wykształcenia medycznego - pracowników niezależnie od wykonywanego zawodu.

Na podstawie Ustawy z dnia 21 listopada 2008 r. o zmianie ustawy - Kodeks pracy (Dz. U. z dnia 18 grudnia 2008 r. Nr 223, poz. 1460).

Kurs ten kierujemy do osób nieposiadających wykształcenia medycznego, zarówno do młodzieży, jak i dorosłych. Materiał teoretyczny omawiany na szkoleniu jest szerszy od poruszanego na Podstawowym Kursie Pierwszej Pomocy. Ćwiczenia praktyczne obejmują więcej zagadnień oraz trwają dłużej. Celem kursu jest przekazanie wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności udzielania pierwszej pomocy w różnych stanach zagrożenia życia. Sprzyjająca atmosfera kursu pozwala oswoić się z sytuacją wymagającą szybkiej i właściwej pomocy oraz daje możliwość nauczenia się właściwego postępowania z osobą wymagającą pomocy przedmedycznej.

Czas trwania: 8 godzin

Liczba uczestników: 6 – 20 osób

Cena: 250 zł od osoby

Termin i miejsce szkolenia: do ustalenia

PLAN SZKOLENIA:

WYKŁADY: (4 godziny)

ORGANIZACJA WSPÓŁCZESNEGO RATOWNICTWA ZINTEGROWANEGO:

- zapoznanie z Krajowym Systemem Ratowniczo – Gaśniczym;
- zapoznanie z Systemem Ratownictwa Medycznego;
- zapoznanie z Systemem Obrony Cywilnej;
- co to jest Krajowy System Ratowniczy?;
- miejsce osób szkolących się w systemie ratowniczym.

BEZPIECZEŃSTWO WŁASNE, POSZKODOWANEGO, MIEJSCA ZDARZENIA:

- bezpieczeństwo higieniczno – sanitarne (zasady aseptyki i antyseptyki);
- zabezpieczenie osobiste;
- bezpieczeństwo na miejscu zdarzenia;
- postępowanie ze zużytymi materiałami opatrunkowymi;
- postępowanie poekspozycyjne na krew i inny, potencjalnie infekcyjny materiał;
- dezynfekcja skóry (mycie i dezynfekcja rąk).

METODYKA NAUCZANIA PIERWSZEJ POMOCY WEDŁUG WYTYCZNYCH ERC:

- motywacja do udzielania pomocy;
- omówienie ustawy o państwowym ratownictwie medycznym;
- kto powinien nauczać pierwszej pomocy?;
- dlaczego należy nauczać pierwszej pomocy w sposób permanentny i w jak

najmłodszym wieku?;

ZAKRES DZIAŁAŃ RATUNKOWYCH W NAGŁYM ZAGROŻENIU ZDROWIA LUB ŻYCIA:

- prawne podstawy udzielania pierwszej pomocy ;
- czy sanitariusz, opiekun apteczki może podać lek? (np: przeciwbólowy);
- podstawowe pojęcia w ratownictwie;
- własne bezpieczeństwo podczas udzielania pierwszej pomocy;
- skład apteczki pierwszej pomocy;
- definicja złotej godziny;
- definicja łańcucha przeżycia.

WYPADEK KOMUNIKACYJNY:

- zabezpieczenie miejsca wypadku;
- wstępna ocena stanu poszkodowanego;
- wydobywanie poszkodowanego z pojazdu;
- ocena podstawowych funkcji życiowych;
- utrata przytomności, omdlenia, zaburzenia świadomości;
- zasady wzywania służb ratunkowych (telefony alarmowe, rozmowa z dyspozytorem Pogotowia Ratunkowego);
- nagła utrata przytomności, a nagłe zatrzymanie krążenia.

RESUSCYTACJA KRĄŻENIOWO - ODDECHOWA:

- resuscytacja krążeniowo-oddechowa (postępowanie ABC);
- sposoby udrażniania górnych dróg oddechowych;
- pozycja boczna ustalona (bezpieczna);
- sztuczna wentylacja płuc poszkodowanego;
- pośredni masaż serca;
- odmienności w resuscytacji;
- reanimacja niemowlęcia;
- reanimacja dzieci powyżej 1 roku życia;
- defibrylacja elektryczna za pomocą automatycznego defibrylatora zewnętrznego AED.

CIAŁO OBCE W DROGACH ODDECHOWYCH:

- postępowanie w zachłyśnięciu u dorosłego;
- postępowanie w zachłyśnięciu u niemowląt.

RANY I ZAOPATRYWANIE RAN:

- krwotoki – podział;
- sposoby opanowania krwawienia zewnętrznego;
- opatrunek uciskowy;
- podstawowe rodzaje ran;
- postępowanie przeciwwstrząsowe;
- opaska zaciskająca;
- rany penetrujące klatki piersiowej;
- rany z wbitym przedmiotem;
- wytrzewienie;
- amputacja urazowa;
- krwotoki wewnętrzne.

ZŁAMANIA I URAZY:

- rodzaje złamań;
- postępowanie przy złamaniach;

- uraz czaszkowo-mózgowe;
- urazy jamy brzusznej;
- urazy miednicy;
- uraz oka;
- uraz ucha;
- uraz zębów (postępowanie w przypadku wybicia zębów);
- zmiążdżenia;
- oparzenia termiczne, chemiczne i elektryczne;
- porażenie prądem elektrycznym.

URAZY KRĘGOSŁUPA:

- postępowanie z poszkodowanym po urazie kręgosłupa;
- przekładanie poszkodowanego z urazem kręgosłupa w 5,4,3 osoby;
- stabilizacja poszkodowanego siedzącego w samochodzie;
- stabilizacja odcinka szyjnego kręgosłupa.

NAGŁE ZACHOROWANIA:

- zawał serca;
- astma;
- padaczka;
- cukrzyca;
- udar mózgu.

UTONIĘCIA, WYZIĘBIENIE I PRZEGRZANIE:

- postępowanie z utopionym;
- postępowanie z podtopionym;
- hipotermia;
- hipertermia.

ZATRUCIA:

- zatrucia pożywieniem;
- zatrucia środkami chemicznymi (detergentami);
- zatrucia lekami;
- ukąszenia, użądlenia, pogryzienia.

POSTĘPOWANIE Z PRZESYŁKĄ NIEWIADOMEGO POCHODZENIA.

ZACHOWANIE SIĘ PODCZAS ATAKU TERRORYSTYCZNEGO.

PROBLEMY PSYCHOLOGICZNE I PSYCHOPATOLOGICZNE OFIAR NAGŁYCH ZDARZEŃ I KATASTROF:

- objawy ostrej reakcji na stres;
- ogólne mechanizmy reakcji na stres;
- zasady postępowania wobec ofiar stresujących wydarzeń (wsparcie).

ĆWICZENIA: (4 godziny)

Ćwiczenia praktyczne obejmują, co najmniej 50% czasu całego szkolenia. Instruktorzy wykonują 2 pokazy instruktażowe każdego ćwiczenia, a następnie **wszyscy** szkolący się po kolei wielokrotnie powtarzają ćwiczenie, aż do pełnego opanowania danej czynności. Wykłady prowadzone są na przemian z ćwiczeniami. Grupy ćwiczące są nie większe niż 8 osób, dzięki czemu instruktorzy mogą przekazać wiedzę i doświadczenia każdemu uczestnikowi szkolenia.

Plan ćwiczeń:

- resuscytacja krążeniowo-oddechowa;
- układanie pacjenta (pozycja bezpieczna, pozycja półsiedząca-półleżąca, pozycja przeciwwstrząsowa, pozycja w urazach brzucha);
- przekładanie poszkodowanego na deskę (drzwi) z urazem kręgosłupa;
- sposoby ewakuacji rannych na szybko (przez 1 i 2 ratowników, ze sprzętem i bez sprzętu);
- wykonywanie opatrunków;
- unieruchomienie złamań kości i stawów;
- zdejmowanie kasku motocyklisty;
- wydobywanie ofiar z samochodu;
- zakładanie kołnierza ortopedycznego;
- pozorowanie sytuacji najczęściej występujących w życiu codziennym;
- zakładanie i zdejmowanie rękawiczek jednorazowych.

Do ćwiczeń wykorzystywane rekwizyty takie jak:

- manekin w formie torsu do nauki udrażniania dróg oddechowych dorosłego metodami bezprzyrządowymi i oddechu sztucznego, a także masażu pośredniego serca i badania tętna na tętnicach szyjnych z elektronicznym monitorowaniem i oceną wykonywanych czynności wraz z możliwością wydruku danych;
- manekin w formie torsu do nauki udrażniania dróg oddechowych dorosłego metodami bezprzyrządowymi i oddechu sztucznego, a także masażu pośredniego serca bez elektronicznego monitorowania czynności resuscytacyjnych;
- manekin do nauki udrażniania dróg oddechowych noworodka metodami bezprzyrządowymi i oddechu sztucznego oraz masażu pośredniego serca;
- automatyczny defibrylator szkoleniowy;
- deska ortopedyczna;
- szyny Kramera i szyny SAM-SPLINT;
- zestaw ratownictwa medycznego R-1.

Inne pomoce dydaktyczne:

- instrukcja pierwszej pomocy i kwalifikowanej pierwszej pomocy jako standardowe wyposażenie apteczek” mojego autorstwa, (została napisana w Zakładzie Medycyny Ratunkowej i Medycyny Katastrof pod kierunkiem dr n med. Krzysztofa Ulbricha).
- <http://www.ratownik1.blog.pl>. (hasło: ratownik1);
- <http://www.pierwszapotoc.cal.pl>
- prezentacje multimedialne;
- rzutnik multimedialny;
- laptop;
- sprzęt dydaktyczny zgodny z rozporządzeniem ministra zdrowia z dnia 19 marca 2007r. (Dz. U. z 2007r. Nr 60, poz.408)

OPRACOWAŁ:

mgr Maciej Marszałek
SPECJALISTA RATOWNICTWA MEDYCZNEGO