

## ПРОГРАМ ОСПОСОБЉАВАЊА ИЗ ПРВЕ ПОМОЋИ

## 1. основно осposобљавање за запослене у трајању од шест школских часова

Уводни део	– Евидентирање полазника осposобљавања, – Упознавање са садржајем осposобљавања и начином рада, – Улазни тест за полазнике осposобљавања (претходно стечена знања и ставови).	20 мин
Тема 1	Прва помоћ – појам и значај	15 мин
	Полазник ће се упознати са: – појмом, основним циљевима и принципима прве помоћи, – законским и етичким основама за пружање прве помоћи.	
Тема 2	Поступак на месту несреће	15 мин
	Полазник ће се упознати са: – пет основних корака које је потребно предузети на месту несреће, – начином упућивања и садржајем позива хитним службама.	
Тема 3	Упознавање са садржајем зидног ормарића или преносиве торбе	15 мин
	Полазник ће се упознати са: – материјалом и средствима за пружање прве помоћи који чине садржај зидног ормарића или преносиве торбе и са сврхом њихове примене.	
Тема 4	Процена стања повређеног и утврђивање животне угрожености	30 мин
	Полазник ће бити осposобљен да: - изврши елементарну процену стања свести и дисања повређеног, - узме основне податке о начину повређивања и главним тегобама повређеног.	
Тема 5	Поступак са особом без свести	45 мин
	Полазник ће бити осposобљен да: - изведе основне кораке у процени стања свести, - обезбеди проходност дисајних путева особи без свести, одговарајућим мерама и поступцима, - опише опште мере у оквиру неге особе у бесвесном стању, које се примењују до доласка хитне медицинске помоћи.	
Тема 6	Поступак са особом без свести и дисања - основне мере кардиопулмоналне реанимације	45 мин
	Полазник ће се упознати са: - најчешћим разлозима наглог срчаног застоја и мерама прве помоћи који се примењују у том случају. Полазник ће бити осposобљен да: - установи одсуство свести и дисања и изведе основни поступак оживљавања код одрасле особе.	
Тема 7	Прва помоћ код крварења	45 мин
	Полазник ће се упознати са: - основном поделом крварења према месту истицања, - главним ризицима и последицама крварења. Полазник ће бити осposобљен да изведе: - поступак привременог заустављања јаког спољашњег крварења (нпр. посекотина на руци или ноzi, рана на челу; крварење из носа), - поступак са особом која има унутрашње крварење.	
Тема 8	Нагло настале здравствене тегобе и прва помоћ	15 мин
	Полазник ће се упознати са: - мерама прве помоћи код особе са срчаним тегобама (бол у грудима), - мерама прве помоћи код особе са дисајним тегобама, - мерама прве помоћи код особе са несвестицом и краткотрајним губитком свести.	
Завршни део	Завршни тест за полазнике осposобљавања. Евалуација осposобљавања кроз дискусију са полазницима и путем анкете.	25 мин

## 2. Наредно оспособљавање за запослене у трајању од 12 школских часова

ОПШТИ ДЕО (9 часова)		
Тема 1	Прва помоћ – основни принципи	15 мин
	Одговорности и понашање особе која пружа прву помоћ. Законски основ за пружање прве помоћи приликом повреда на раду. Ланац спасавања повређених – хијерархија поступака и надлежности.	
Тема 2	Поступак на месту несреће	30 мин
	Врсте опасности на радном месту. Механизам настанка повреда на раду. Безбедносне мере које је потребно предузети на месту несреће. Начин сарадње са надлежним хитним службама.	
Тема 3	Средства за пружање прве помоћи	45 мин
	Употреба стандардних средстава за пружање прве помоћи из зидног ормарића или преносиве торбе и употреба одговарајућих импровизација.	
Тема 4	Процена стања повређеног и утврђивање врсте повреде	45 мин
	Примарни преглед повређеног у оквиру прве помоћи. Секундарни преглед повређеног у оквиру прве помоћи.	
Тема 5	Мере основне животне потпоре (подршке)	90 мин
	Поступак прве помоћи код особе без свести. Поступак прве помоћи код загушења страним телом у дисајним путевима. Основни поступак кардиопулмоналне реанимације. Употреба аутоматског спољашњег дефибрилатора.	
Тема 6	Прва помоћ код крварења и рана	45 мин
	Поступак заустављања крварења постављањем компресивног завоја. Поступак прве помоћи код крварења из уха, носа и уста. Врсте рана. Збрињавање ране са страним телом. Посебне врсте повреда: рана главе, повреда ока.	
Тема 7	Прва помоћ код опекотина	45 мин
	Врсте опекотина према степену и начину настанка. Процена величине опекотина. Поступак прве помоћи код опекотина.	
Тема 8	Прва помоћ код повреда коштаног зглобног система	45 мин
	Принципи прве помоћи код затворених повреда мишића и меких ткива. Принципи прве помоћи код повреда костију и зглобова. Прва помоћ код повреда екстремитета. Прва помоћ код повреда кичменог стуба.	
Тема 9	Померање и транспорт повређеног	45 мин
	Мере за хитну евакуацију повређене особе. Помоћ повређеном при ходу. Преношење повређеног у седећем положају. Пребивање повређене особе на носила.	
	Завршни тест Евалуација оспособљавања	45 мин

СПЕЦИЈАЛНИ ДЕО (3 часа) МОДУЛ 1: МЕХАНИЧКЕ ОПАСНОСТИ НА РАДНОМ МЕСТУ		
Тема 1	Крварења и ране	45 мин
	Поступак прве помоћи код ампутације. Прва помоћ код отворене ране грудног коша. Пра помоћ код отворене ране трбуха. Поступак прве помоћи код краш повреде.	
Тема 2	Прва помоћ код повреда коштаног зглобног система	90 мин
	Поступак прве помоћи код: – повреде горњих екстремитета, – повреде доњих екстремитета, – повреде коштаног структура грудног коша, – повреда карлице, – повреде кичменог стуба.	

СПЕЦИЈАЛНИ ДЕО (3 часа) МОДУЛ 2: ХЕМИЈСКЕ ШТЕТНОСТИ НА РАДНОМ МЕСТУ		
Тема 1	Прва помоћ код опекотина	45 мин
	Прва помоћ код термалних опекотина. Прва помоћ код хемијских опекотина. Прва помоћ код опекотина насталих електричном струјом.	
Тема 2	Прва помоћ код тровања	90 мин
	Принципи прве помоћи код тровања. Поступци за елиминацију отрова из организма. Неутрализација отрова. Врсте индустријских отрова и поступак прве помоћи код тровања индустријским отровима.	

СПЕЦИЈАЛНИ ДЕО (3 часа)		
МОДУЛ 3: РАД НА ОТВОРЕНОМ И ИЗЛОЖЕНОСТ ШТЕТНИМ КЛИМАТСКИМ УСЛОВИМА		
Тема 1	Повреде и стања настала излагањем екстремним температурама	45 мин
	Прва помоћ код исцрпљености топлотом и топлотног удара. Прва помоћ код смрзотина. Прва помоћ код општег смрзавања.	
Тема 2	Прва помоћ код уједа животиња и убода инсеката	45 мин
Тема 3	Прва помоћ код повреда коштаног зглобног система	45 мин
	Поступак прве помоћи код: – повреде горњих екстремитета, – повреде доњих екстремитета, – повреде коштаног структура грудног коша, – повреда карлице, – повреде кичменог стуба.	

СПЕЦИЈАЛНИ ДЕО (3 часа)		
МОДУЛ 4: РАД СА ДЕЦОМ, РАД У ОБЛАСТИ СПОРТА, АДМИНИСТРАТИВНИ ПОСЛОВИ (насиље према лицима која раде на шалтерима, рад са странкама и новцем, и сл.)		
Тема 1	Прва помоћ код нагло насталих болести и стања	60 мин
	Поремећаји система за циркулацију: – Срчане тегобе, – Шок. Поремећаји система за дисање: – Асмагични напад, – Хипервентилација, – Напад панике. Поремећаји система за варење: – Дијареја, – Бол у трбуху. Компликације шећерне болести: – Хипергликемија, – Хипогликемија. Поремећаји нервног система: – Несвестица и колапс, – Мождани удар, – Епи напад.	
Тема 2	Прва помоћ код тровања	45 мин
	Принципи прве помоћи код тровања. Поступци за елиминацију отрова из организма. Неутрализација отрова. Евентуално хитно давање ињекција.	
Тема 3	Прва помоћ код уједа животиња и убода инсеката	30 мин