

Õppekava nimetus	Esmaabi täiendõppe koolitus
Õppevorm	Kontaktõpe
Õppeasutus	Pro Edu-Cat OÜ
Õppekava maht	6 akadeemilist tundi (3 tundi auditoorset teoreetilist õpet ja 3 tundi praktilisi tegevusi). 1 õppepäev
Õppekavarühm	Töötervishoid ja -kaitse
Õppekava koostamise alus	Eesti Vabariigi Sotsiaalministeeriumi määrus nr 50
Õppeasutuses õppekava versiooni kinnitamise kuupäev	September 2023
Õppekeel	Eesti keel
Koolitajad	Tormi Kool, RN (N15310), Esmaabikoolitaja tõend 1/964-22
Toimumiskoht ja -aeg	Kokkuleppel
Õpingute alustamise tingimused	Registreerimine kodulehel www.edu-cat.ee , telefoni +372 5678 9990 või e-kirja teel info@edu-cat.ee
Sihtgrupp ja õppe eesmärk	Ettevõttes esmaabi eest vastutavad isikud, kes peavad läbima 3 aasta järel täiendkoolituse (eelduseks on viimase 3 aasta jooksul läbitud esmaabiandja väljaõpe 16-tunnises või täiendkoolitus 6-8 tunnises mahus). Õppe eesmärk on anda õppijatele põhiteadmised kannatanu abistamiseks õnnetusjuhtumite ja eluohtlike haigusseisundite puhul. Õppekava läbimisel oskavad õppijad esmaabi andmise taktikat, saavad aru selle vajalikkusest ja tegutseda kriitilistes olukordades adekvaatselt.
Õpiväljundid	Koolituse lõpuks õppija: <ul style="list-style-type: none"> • teab esmaabi peamisi reegleid ja põhimõtteid • omab üldteadmisi arstiabile eelneva abi võimalustest • oskab hinnata õnnetusolukorda ja oma ohutust • oskab kutsuda abi • oskab rakendada esmaabi võtteid ning kasutada taaselustamisvõtteid nii lastel kui täiskasvanutel • oskab analüüsida oma tegevust ning anda juhiseid teistele esmaabiandjatele

	<ul style="list-style-type: none"> • oskab anda esmaabi nii abivahenditega (mootorsõiduki esmaabikomplekt, sidumisvahendid jmt) kui ka abivahenditeta • oskab anda esmaabi traumade korral (verejooksude sulgemine, haavade sidumine, sh sideme ja kolmnurkrätiku kasutamine, luumurdude ja liigesetraumade käsitus, põrutused, peatraumad); on võimeline ära tunda mürgistuse ja teab selle enamlevinud põhjusi ning sümptomeid ja selle ennetamise võimalusi • oskab anda esmaabi termiliste traumade korral (külmakahjustused, põletused) • oskab anda esmaabi hingamisteede probleemide korral (võõrkeha hingamisteedes, allergia, astma) • oskab ära tunda ja kirjeldada eluohtlikuid äkkhaigestumisi (insult, infarkt, diabeet, epilepsia) • teab, kuidas kasutada AED-aparaati
<p>Õppe sisu</p>	<p>Koolitusel käsitletavad teemad (lühike ja kokkuvõtlik ülevaade):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Eneseohutus mitmesugustes õnnetusolukordades. Abi korraldamine 2. Kannatanu esmane ja teisene ülevaatus. Ohuolukorrad 3. Elupäästva esmaabi andmine uppumise, südameinfarkti, insuldi, elektriga seotud õnnetuste puhul. AED aparadi kasutamine. 4. Traumahaige käsitlemine. Esmaabi erinevate traumade puhul. Verejooksud. Haavad. Luumurrud. 5. Erakorralised haigusseisundid nagu epilepsia hoog, diabeetiline kooma, astmahoog, anafülaktiline šokk, minestus, mürgistus, kõhuvalu, šokk – esmaabi nende puhul 6. Esmaabivahendite valik ja kasutamine töökohal. Seadusandlus

	7. Praktiline harjutamine elustamisnukkudel, erinevad sidumisviisid, püsiv külili asend.
Õppevahendid	Koolitaja poolt õppematerjalid paberkandjal või elektroonselt; mannekeenid; praktiliste harjutuste töövahendid (kolmnurkrätik, rullside, turvalõikur, termotekk, plaastrid)
Õppemeetodid	Auditoorne õpe 6 akadeemilist tundi: loeng, õppevideote vaatamine, diskussioon, praktilised harjutused
Õppekava lõpetamise tingimused ja väljastatav dokument	Koolituse lõpetamise ja sellekohase tunnistuse saamise tingimusteks on osalemine koolituspäeval täies mahus ning enesekontrollitesti sooritamine. Koolituse edukalt läbinutele väljastatakse esmaabiandja tunnistus, kehtivusega 3 aastat.