

Osnova kurzu Standard – 4 hodiny

V tomto kurzu se naučíte využít systém 3 kroků (rozhlédni se, reaguj, rozmýšlej) a uplatnit ho v praxi. Probrána budou nejdůležitější témata záchrany života a zdraví (krvácení, poranění páteře, infarkt, aj.). Je zde kladen velký důraz zejména na simulace a nácvik.

Úvod školení – 15 minut

1. Seznámení a zkušenosti s první pomocí
2. Praktické informace
3. Pravidla simulací

Přednáškové bloky s ukázkami - 55 minut

1. Seznámení se systémem 3 kroků (rozhlédni se, reaguj, rozmýšlej)
2. 1. krok - obecné seznámení a zásady bezpečnosti při poskytování první pomoci
3. 2. krok – obecný úvod k tématu
4. Přístup k člověku v bezvědomí - ukázka a nácvik
5. Mikrosimulace
6. Volání na ZOS (zdravotnické operační středisko)

Přednáškové bloky s nácvikem – 45 minut

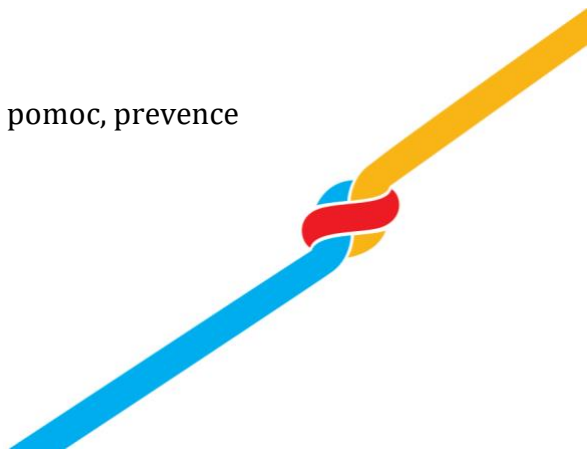
1. Kardiopulmonální resuscitace – teorie, ukázka TANR (telefonicky asistovaná neodkladná resuscitace)
2. Specifika v resuscitaci – gasping, použití AED
3. První pomoc při poranění páteře – mechanismy úrazu, specifika v přístupu, nácvik
4. Vnitřní krvácení – mechanismy úrazu, zásady manipulace

Simulace – 20 minut

1. Opakování a praktické použití nově nabitých znalostí a dovedností
2. Vedený rozbor s reflexí

Přednáškové bloky s nácvikem – 70 minut

1. Masivní krvácení – nácvik, simulace rizika
2. Dušení – trénink vypuzovacích manévrů
3. Mrtvice
4. Infarkt
5. Popáleniny – rozpoznání kdy vyhledat odbornou pomoc, prevence



Simulace – 20 minut

1. Opakování a praktické použití nově nabitých znalostí a dovedností
2. Vedený rozbor s reflexí

Ukončení školení – 15 minut

1. Dotazy, témata na přání, zpětná vazba
2. Ukončení kurzu

