

Osnova kurzu Základ – 3 hodiny

Tento kurz je zaměřen na to nejzákladnější, co v první pomoci najdete, a to hlavně na resuscitaci a zástavu krvácení. Mimo to se také naučíme, co dělat, když se někdo dusí, nebo jak rozpoznat mrtvici či infarkt. Školení je plné nácviků a simulací, což poskytuje lepší procvičení a zafixování nově naučených postupů.

Úvod školení – 15 minut

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

Přednáškové bloky s ukázkami - 50 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. Nácvik na resuscitačních modelech
3. Specifika v resuscitaci – gasping, použití AED

Přednáškové bloky s nácvikem – 60 minut

1. Masivní krvácení – nácvik, simulace rizika
2. Dušení – trénink vypuzovacích manévrů
3. Mrtvice
4. Infarkt

Ukončení školení – 10 minut

1. dotazy, zpětná vazba
2. ukončení kurzu

