

ZESPÓŁ SZKÓŁ TECHNICZNYCH
W MIELCU



mgr Andrzej Wyzga

2008/2009

ZAJĘCIA POZALEKCYJNE:

RATOWNICTWO I PIERWSZA POMOC

(PROGRAM PRACY)

Postanowienia ogólne:

1. Zajęcia pozalekcyjne w zakresie udzielania pierwszej pomocy są nieobowiązkową, dobrowolną formą aktywności uczniowskiej.
2. Młodzież uczestniczy w zajęciach celem pogłębienia i rozwoju zainteresowań związanych z tematyką pierwszej pomocy.
3. Zajęcia pozalekcyjne z zakresu ratownictwa i pierwszej pomocy są również formę pracy z uczniami uzdolnionymi, wykazującymi szczególne zainteresowanie tą tematyką, a niniejsze opracowanie stanowi także program pracy z tymi uczniami.

Cele wychowawcze:

1. Kształtowanie wśród młodzieży postawy odpowiedzialności za życie i zdrowie własne oraz innych ludzi.
2. Kształtowanie świadomości w zakresie aktywnego niesienia pierwszej pomocy osobom poszkodowanym w wyniku różnych wypadków i zdarzeń.

Cele dydaktyczne:

1. Zdobywanie przez młodzież wiadomości i umiejętności w zakresie udzielania pierwszej pomocy.
2. Doskonalenie umiejętności praktycznych poprzez różnorodne formy ćwiczeniowe.
3. Kreowanie wśród młodzieży umiejętności współpracy w grupie, wzajemnej pomocy i życzliwości.

Formy pracy uczniowskiej:

1. zbiorowa (praca w parach, praca w grupie)
2. indywidualna

Metody pracy:

1. pokaz
2. ćwiczenia praktyczne
3. projekcja filmu
4. metoda sytuacyjna
5. metoda symulacyjna
6. dyskusja
7. pogadanka
8. opis

Tematyka zajęć:

- 1. Organizacja pierwszej pomocy na miejscu wypadku:**
 - Prawny obowiązek udzielania pierwszej pomocy
 - Postępowanie wg łańcucha ratunkowego
 - Podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy
- 2. Materiały i środki do udzielania pierwszej pomocy:**
 - Podstawowe wyposażenie apteczki pierwszej pomocy
 - Rozszerzone wyposażenie apteczki pierwszej pomocy
 - Środki zastępcze
 - Mini pakiety ratownicze
- 3. Badanie podstawowych czynności życiowych:**
 - Ocena sytuacji i bezpieczeństwo na miejscu zdarzenia
 - Badanie stanu świadomości poszkodowanego
 - Udrożnienie dróg oddechowych
 - Badanie oddechu
- 4. Badanie urazowe poszkodowanego:**
 - Badanie systemowe (urazowe) osoby nieprzytomnej
 - Wyszukiwanie urazów w przypadku osoby przytomnej
- 5. Utrata przytomności – postępowanie ratownicze:**
 - Schemat postępowania ratowniczego w przypadku utraty przytomności
 - Postępowanie przy nietypowym ułożeniu ciała poszkodowanego
 - Sposoby obracania ciała poszkodowanego na plecy
- 6. Omdlenie – pierwsza pomoc:**
 - Przyczyny i objawy omdlenia
 - Niebezpieczeństwa związane z omdleniem
 - Postępowanie ratownicze w zależności od miejsca zdarzenia (poszkodowany leżący, siedzący, stojący)
- 7. Postępowanie ratownicze w przypadku epilepsji:**
 - Przyczyny epilepsji
 - Zagrożenia związane z napadem drgawek
 - Pierwsza pomoc przy padaczce – techniki ochrony głowy przed uderzeniami związanymi z napadem drgawek
 - Postępowanie po ataku epilepsji
- 8. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa:**
 - Przyczyny zaburzeń oddychania i krążenia
 - Metody sztucznego oddychania i masażu serca
 - Zasady i specyfika resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RK-O) w zależności od wieku poszkodowanego
 - Objawy śmierci klinicznej i biologicznej
- 9. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa osoby dorosłej**
- 10. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa dziecka**
- 11. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa niemowlęcia**
- 12. Automatyczna defibrylacja zewnętrzna (AED)**
 - Charakterystyka AED
 - Zasady bezpieczeństwa podczas zastosowania defibrylatora
 - Tok postępowania użyciem AED
- 13. Skaleczenia i rany – postępowanie ratownicze:**
 - Rodzaje ran
 - Podstawowe zasady opatrywania ran
 - Gojenie się ran
 - Zakażenia ran i sposoby zapobiegania zakażeniom
 - Postępowanie z ranami kończyn, głowy, szyi i tułowia
- 14. Krwotoki i sposoby ich tamowania:**
 - Rodzaje krwotoków
 - Niebezpieczeństwa związane z krwotokami
 - Tamowanie krwotoków na kończynach, szyi, głowie i tułowiu
 - Amputacja urazowa
 - Postępowanie przy krwotokach wewnętrznych
 - Zapobieganie wstrząsowi
 - Mierzenie ciśnienia krwi

15. Złamania kości i uszkodzenia stawów:

- Charakterystyka złamań
- Urazy stawów
- Złamania kończyn, obojczyka, żeber i miednicy – pierwsza pomoc
- Skręcenia, zwichnięcia i złamania śródstawowe – pierwsza pomoc

16. Urazy głowy i kręgosłupa:

- Urazy głowy, przyczyny, objawy, pierwsza pomoc
- Urazy kręgosłupa, przyczyny, objawy, pierwsza pomoc

17. Oparzenia i inne urazy termiczne ciała:

- Przyczyny oparzeń
- Ocena głębokości oparzeń na podstawie objawów
- Ocena rozległości oparzeń
- Zagrożenia towarzyszące oparzeniom
- Sposoby udzielania pierwszej pomocy
- Inne urazy termiczne

18. Wychłodzenie organizmu i odmrożenia

- Przechłodzenie (wychłodzenie),
- Odmrożenia - przyczyny, objawy i pierwsza pomoc

19. Oparzenia chemiczne:

- Rodzaje oparzeń chemicznych i ich charakterystyka.
- Pierwsza pomoc, środki ostrożności
- Oparzenia szczególne - oczu i przewodu pokarmowego

20. Zatrucia środkami chemicznymi, jadami roślinnymi i środkami spożywczymi:

- Przyczyny i rodzaje zatruc
- Ogólne zasady postępowania w przypadku zatruc
- Zatrucia doustne, sposoby udzielania pierwszej pomocy w zależności od rodzaju spożytej substancji
- Zatrucia przez drogi oddechowe - rozpoznanie i zakres pierwszej pomocy
- Objawy i zakres pierwszej pomocy w przypadku zatruc przez skórę i błony śluzowe

21. Ukąszenia, pogryzienia i użądlenia:

- Ugryzienia przez zwierzęta - zasady udzielania pierwszej pomocy
- Zabezpieczenie przed wścieklizną
- Ukąszenia przez węże, objawy i postępowanie ratownicze
- Użądlenia przez owady i pierwsza pomoc
- Zasady postępowania w przypadku wystąpienia wstrząsu uczuleniowego

22. Ciała obce w organizmie:

- Ciała obce tkwiące w skórze (drzazgi, haczyki, szkło) - postępowanie
- Usuwanie ciał obcych tkwiących w oku, uchu i nosie
- Postępowanie w przypadku ciał obcych w drogach pokarmowych i oddechowych
- Skutki nieprawidłowego działania ratowniczego

23. Bandażowanie (desmurgia):

- Cele bandażowania
- Środki opatrunkowe i zasady bandażowania
- Rodzaje opatrunków i zasady ich wykonywania
- Opatrywanie kończyn, głowy i tułowia za pomocą bandaża i chusty trójkątnej

24. Sposoby ewakuacji poszkodowanych:

- Zasady przemieszczania poszkodowanych
- Techniki podnoszenia, wynoszenia i odciągania poszkodowanych z miejsca niebezpiecznego
- Zasady przenoszenia poszkodowanego na noszach
- Przygotowanie noszy improwizowanych

25. Ratowanie poszkodowanych w różnych sytuacjach zagrożenia życia:

- Zadzierzgnięcia (powieszenia)
- Zawał serca
- Napad astmy oskrzelowej
- Porażenie prądem elektrycznym i uderzeniem pioruna
- Niedocukrzenie krwi
- Udar mózgu

26. Pierwsza pomoc w wypadkach komunikacyjnych:

- Rodzaje zagrożeń w wypadkach komunikacyjnych
- Kolejność czynności ratunkowych
- Ratowanie osób pozostających w pojazdach
- Ratowanie motocyklistów
- Sposoby ewakuacji poszkodowanych z pojazdów, zagrożonego terenu

27. Postępowanie w wypadkach masowych:

- Specyfika wypadku masowego
- Zasady postępowania ratowniczego w trakcie wypadków masowych

**Opracował:
mgr Andrzej Wyzga**