



ESMAABI LÜHIKOOLITUS

(6-8 akadeemilist tundi)

Koolituse eesmärk on osalejatele anda inimestele põhilisi esmaabialaseid teadmisi ja praktilisi oskusi kannatanu seisundi hindamise ning elupäästvate esmaabivõtete kasutamise osas.

Koolitus keskendub elupäästva esmaabi põhivõtete teoreetiliste teadmiste meeldetuletamisele ja praktiliste harjutuste läbiviimisele. Esmaabi praktilised harjutused viiakse läbi vähemalt 50% kogu koolituse mahust.

Õpperühma suurus kuni 20 inimest. Soovitatav vanusest alates 12 eluaastat.

Koolitusel käsitletavad teemad:

- Tegutsemine õnnetuskohal, abikutse edastamine.
- Abivajaja äratundmine, kannatanu seisundi hindamine.
- Verejooksu peatamine, esmaabi erinevate haavade ning liigesevigastuste ja luumurdude korral.
- Šoki tunnused ja šokis kannatanu abistamine.
- Vabade hingamisteede tagamine.
- Elustamine.