

**1. Täienduskoolitusasutuse nimi**

Järvamaa Rakenduslik Kolledž

**2. Õppekava nimetus**

Esmaabiandja koolitus

**3. Õppekavarühm** (*vastavalt rahvusvahelisele haridus- ja koolitusvaldkondade klassifitseerimise süsteemile ISCED-F 2013*)

Tervis

**4. Õppekeel**

Eesti keel

**5. Õppekava koostamise alus**

Tervise- ja tööministri 22. novembri 2018.a määrus nr 50 „Töokeskkonnavoliniku, töökeskkonnanõukogu liikme ja esmaabiandja koolituse ja täienduskoolituse kord täienduskoolitusasutuses“. Määrus jõustus 1. jaanuaril 2019. a.

“Mootorsõidukijuhi esmaabikoolituse ja teadmiste kontrolli ning õppevahendite ja -kava nõuded” (vastu võetud 14.12.2010 nr 80).

**6. Õppe kogumaht** (akadeemilistes tundides) **ja õppe ülesehitus**

Õppe kogumaht on 16 tundi, millest kõik on kontaktõpe sh praktiline õpe.

**7. Õppekeskkond**

Õppetöö toimub Järvamaa Rakendusliku Kolledži või koolituse tellija ruumides.

**8. Sihtgrupp**

Ettevõtete esmaabiandjad, mootorsõiduki juhiloa ja relvaloatootjad, lasteaia-, lastehoiu-, noorsootöötajad, laagrikasvatajad, treenerid jm elukutsete esindajad, kellel on esmaabi koolitus kohustuslik. Teised huvilised, kellel on vajadus esmaabi osutada. Igas töökohas peab olema väljaõppe läbinud esmaabiandja. Tööandja peab esmaabi andmise määrama töötajate hulgast vähemalt ühe esmaabiandja. Alus: Töötervishoiu ja tööohutuse seadus, § 13<sup>2</sup>.

Tööandja korraldab ettevõttes esmaabi andvale töötajale väljaõppe hiljemalt ühe kuu jooksul alates tema määramisest. Tööandja suunab esmaabiandja täienduskoolitusele iga kolme aasta järel.

**9. Õppe alustamise tingimused**

Puuduvad.

**10. Eesmärk**

Koolituse tulemusel õppija osutab kannatanule esmaabi õnnetusjuhtumite ja eluohtlike haigestusseisundite korral.

**11. Õpiväljundid**

Koolituse läbinu:

- Hindab sündmuskoha ohutust ja valib esmaabi andmise taktika;
- Rakendab õigeid elustamisvõtteid;
- Peatab verejooksu ja abistab šokis kannatanut;
- Teab luumurdudega kaasnevaid ohtusid ja fikseerib kannatanu liigese;
- Annab esmaabi mürgistuste, põletuste ja külmakahjustuste korral;
- Tagab esmaabi andmisel enda ja teiste turvalisuse.

**12. Õppe sisu**

### **Kontaktõpe 16 tundi, sh praktiline õpe**

- õnnetusolukorra hindamine, õnnetusolukorras tegutsemine (sealhulgas paanikaga toimetulek) ja hädaabi kutsumine, kannatanu seisundi hindamine (sealhulgas kannatanu asendi muutmise seotud ohud), esmaabi olemus ja üldpõhimõtted, välistingimustes abiandmise iseärasused, edasise tervisekahju ennetamine;
  - eluohtlikud seisundid, nende äratundmine ja hädavajalikud tegevused (sealhulgas infarkti, insuldi ja kopsuvigastuse korral);
  - esmaabi teadvusetuse korral – vabade hingamisteede tagamine, hapnikupuudusest põhjustatud ajukahjustuse ennetamine, võõrkeha eemaldamine hingamisteedest, elustamine (sealhulgas elustamisaparaadi AED kasutamine);
  - esmaabi vigastuste korral – keha pindmised ja sügavad vigastused, sisemised ja välised verejooksud, verejooksu peatamise võtted, haavade sidumise võtted ja reeglid, luumurdudega kaasnevad ohud, lahastamise reeglid ja lahastamisega seotud ohud, liigesetraumad (sealhulgas nihestused ja nikastused), erinevate kehaosade põrutused ja muljumised, silmakahjustused;
  - esmaabi uppumise, mürgistuse, söövituse, põletuse, külmakahjustuse ja elektrilöögi korral;
  - meditsiinilise šoki olemus ja šokiseisundis kannatanu abistamine;
  - esmaabi äkkhaigestumise (näiteks epilepsiahoog, diabeetiline kooma, anafülaktiline šokk, minestus, astmahoog, kõhuvalu) korral;
  - esmaabivahendite valik ja kasutamine töökohal.
- Test + praktilise õppe situatsioonülesande lahendamine

### **13. Õppemeetodid**

Loeng, arutelu, harjutused, õppevideo analüüs, situatsioonülesannete lahendamine

### **14. Iseseisev õpe**

Puudub

### **15. Õppematerjalid**

Koolitaja jaotusmaterjal

### **16. Nõuded õpingute lõpetamiseks sh hindamismeetodid ja –kriteeriumid**

Õpingud loetakse lõppenuks, kui õppija on osalenud kontaktõppes 100 % ning lahendanud testi ja sooritanud praktilise õppe situatsioonülesande. Mitteeristav hindamine.

<b>Hindamismeetod</b>	<b>Hindamiskriteeriumid</b>
Test	Positiivseks soorituseks on vaja vähemalt 80% õigeid vastuseid.
Praktilise õppe situatsiooniülesanne	Teostab algoritmipõhiselt praktilise situatsioonülesande (taaselustamine; trauma) Ülesanne loetakse sooritatuks kui on antud algoritmi järgides elupäästev esmaabi. Õppija analüüsib ja reflekteerib oma tegevust.

### **17. Koolituse läbimisel väljastatav dokument**

Õppijale väljastatakse tunnistus, kui õpingute lõpetamise nõuded on täidetud.

**18. Koolitaja kompetentsust tagava kvalifikatsiooni või õpi- või töökogemuse kirjeldus**

Tervishoiutöötajate riiklikusse registrisse kantud tervishoiutöötaja, kes on läbinud esmaabiandjate koolituse ja omab sellekohast tunnistust või meditsiinitöötaja, kes on läbinud Eesti Punase Risti või muu pädeva asutuse esmaabiõpetajate koolituskursuse ning omab sellekohast tunnistust.



Järvamaa  
Rakenduslik Kolledž  
ÕPPIMINE ON SÜDAMEASI