

**План и програм основног оспособљавања за запослене
у трајању од 6 школских часова**

Уводни део	<ul style="list-style-type: none"> • Евидентирање полазника оспособљавања, • Упознавање са садржајем оспособљавања и начином рада, • Улазни тест за полазнике оспособљавања (претходно стечена знања и ставови). 	20 мин
Тема 1	Прва помоћ – појам и значај	15 мин
	<p>Полазник ће се упознати са:</p> <ul style="list-style-type: none"> • појмом, основним циљевима и принципима прве помоћи, • законским и етичким основама за пружање прве помоћи. 	
Тема 2	Поступак на месту несреће	15 мин
	<p>Полазник ће се упознати са:</p> <ul style="list-style-type: none"> • пет основних корака које је потребно предузети на месту несреће, • начином упућивања и садржајем позива хитним службама. 	
Тема 3	Упознавање са садржајем зидног ормарића или преносиве торбе	15 мин
	<p>Полазник ће се упознати са:</p> <ul style="list-style-type: none"> • материјалом и средствима за пружање прве помоћи који чине садржај зидног ормарића или преносиве торбе и са сврхом њихове примене. 	
Тема 4	Процена стања повређеног и утврђивање животне угрожености	30 мин
	<p>Полазник ће бити оспособљен да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • изврши елементарну процену стања свести и дисања повређеног, • узме основне податке о начину повређивања и главним тегобама повређеног. 	
Тема 5	Поступак са особом без свести	45 мин
	<p>Полазник ће бити оспособљен да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • изведе основне кораке у процени стања свести, • обезбеди проходност дисајних путева особи без свести, одговарајућим мерама и поступцима, • опише опште мере у оквиру неге особе у бесвесном стању, које се примењују до доласка хитне медицинске помоћи. 	
Тема 6	Поступак са особом без свести и дисања - основне мере кардиопулмоналне реанимације	45 мин
	<p>Полазник ће се упознати са:</p> <ul style="list-style-type: none"> • најчешћим разлозима наглог срчаног застоја и мерама прве помоћи који се примењују у том случају. <p>Полазник ће бити оспособљен да:</p> <ul style="list-style-type: none"> • установи одсуство свести и дисања и изведе основни поступак оживљавања код одрасле особе. 	
Тема 7	Прва помоћ код крварења	45 мин
	<p>Полазник ће се упознати са:</p> <ul style="list-style-type: none"> • основном поделом крварења према месту истицања, • главним ризицима и последицама крварења. Полазник ће бити оспособљен да изведе: 	

-
- поступак привременог заустављања јаког спољашњег крварења (нпр. посекотина на руци или нози, рана на челу; крварење из носа),
 - поступак са особом која има унутрашње крварење.
-

Тема 8 Нагло настале здравствене тегобе и прва помоћ 15 мин

Полазник ће се упознати са:

- мерама прве помоћи код особе са срчаним тегобома (бол у грудима),
 - мерама прве помоћи код особе са дисајним тегобама,
 - мерама прве помоћи код особе са несвестицом и краткотрајним губитком свести.
-

Завршни део Завршни тест за полазнике оспособљавања. Евалуација оспособљавања кроз дискусију са полазницима и путем анкете. **25 мин**

**План и програм напредног оспособљавања за запослене
у трајању од 12 школских часова**

ОПШТИ ДЕО – 9 часова		
Тема 1	Прва помоћ – основни принципи	15 мин
	<ul style="list-style-type: none"> Одговорности и понашање особе која пружа прву помоћ. Законски основ за пружање прве помоћи приликом повреда на раду. Ланац спасавања повређених – хијерархија поступака и надлежности 	
Тема 2	Поступак на месту несреће	30 мин
	<ul style="list-style-type: none"> Врсте опасности на радном месту. Механизам настанка повреда на раду. Безбедносне мере које је потребно предузети на месту несреће. Начин сарадње са надлежним хитним службама. 	
Тема 3	Средства за пружање прве помоћи	45 мин
	Употреба стандардних средстава за пружање прве помоћи из зидног ормарића или преносиве торбе и употреба одговарајућих импровизација.	
Тема 4	Процена стања повређеног и утврђивање врсте повреде	45 мин
	<ul style="list-style-type: none"> Примарни преглед повређеног у оквиру прве помоћи. Секундарни преглед повређеног у оквиру прве помоћи. 	
Тема 5	Мере основне животне потпоре (подршке)	90 мин
	<ul style="list-style-type: none"> Поступак прве помоћи код особе без свести. Поступак прве помоћи код загушења страним телом у дисајним путевима. Основни поступак кардиопулмоналне реанимације. Употреба аутоматског спољашњег дефибрилатора. 	
Тема 6	Прва помоћ код крварења и рана	45 мин
	<ul style="list-style-type: none"> Поступак заустављања крварења постављањем компресивног завоја. Поступак прве помоћи код крварења из уха, носа и уста. Врсте рана. Збрињавање ране са страним телом. Посебне врсте повреда: рана главе, повреда ока. 	
Тема 7	Прва помоћ код опекотина	45 мин
	<ul style="list-style-type: none"> Врсте опекотина према степену и начину настанка. Процена величине опекотина. Поступак прве помоћи код опекотина. 	
Тема 8	Прва помоћ код повреда коштано зглобног система	45 мин
	<ul style="list-style-type: none"> Принципи прве помоћи код затворених повреда мишића и меких ткива. Принципи прве помоћи код повреда костију и зглобова. Прва помоћ код повреда екстремитета. Прва помоћ код повреда кичменог стуба 	
Тема 9	Померање и транспорт повређеног	45 мин
	<ul style="list-style-type: none"> Мере за хитну евакуацију повређене особе. Помоћ повређеном при ходу. Преношење повређеног у седећем положају. Пребацавање повређене особе на носила. 	
	Завршни тест Евалуација оспособљавања	45 мин

СПЕЦИЈАЛНИ ДЕО – 3 часа		
МОДУЛ 1: МЕХАНИЧКЕ ОПАСНОСТИ НА РАДНОМ МЕСТУ		
Тема 1	Крварења и ране	45 мин
	<ul style="list-style-type: none"> • Поступак прве помоћи код ампутације. • Прва помоћ код отворене ране грудног коша. • Прва помоћ код отворене ране трбуха. • Поступак прве помоћи код краш повреде. 	
Тема 2	Прва помоћ код повреда коштано зглобног система	90 мин
	Поступак прве помоћи код: <ul style="list-style-type: none"> • повреде горњих екстремитета, • повреде доњих екстремитета, • повреде коштаних структура грудног коша, • повреда карлице, • повреде кичменог стуба. 	

СПЕЦИЈАЛНИ ДЕО – 3 часа		
МОДУЛ 2: ХЕМИЈСКЕ ШТЕТНОСТИ НА РАДНОМ МЕСТУ		
Тема 1	Прва помоћ код опекотина	45 мин
	<ul style="list-style-type: none"> • Прва помоћ код термалних опекотина. • Прва помоћ код хемијских опекотина. • Прва помоћ код опекотина насталих електричном струјом. 	
Тема 2	Прва помоћ код тровања	90 мин
	<ul style="list-style-type: none"> • Принципи прве помоћи код тровања. • Поступци за елиминацију отрова из организма. • Неутрализација отрова. • Врсте индустријских отрова и поступак прве помоћи код тровања индустријским отровима. 	

СПЕЦИЈАЛНИ ДЕО – 3 часа		
МОДУЛ 3: РАД НА ОТВОРЕНОМ И ИЗЛОЖЕНОСТ ШТЕТНИМ КЛИМАТСКИМ УСЛОВИМА		
Тема 1	Повреде и стања настала излагањем екстремним температурама	45 мин
	<ul style="list-style-type: none"> • Прва помоћ код исцрпљености топлотом и топлотног удара. • Прва помоћ код смрзотина. • Прва помоћ код општег смрзавања. 	
Тема 2	Прва помоћ код уједа животиња и убода инсеката	45 мин
Тема 3	Прва помоћ код повреда коштано зглобног система	45 мин
	Поступак прве помоћи код: <ul style="list-style-type: none"> • повреде горњих екстремитета, • повреде доњих екстремитета, • повреде коштаних структура грудног коша, • повреда карлице, • повреде кичменог стуба. 	

СПЕЦИЈАЛНИ ДЕО – 3 часа
МОДУЛ 4: РАД СА ДЕЦОМ, РАД У ОБЛАСТИ СПОРТА, АДМИНИСТРАТИВНИ
ПОСЛОВИ (насилје према лицима која раде на шалтерима, рад са странкама и новцем, и сл.)

Тема 1	Прва помоћ код нагло насталих болести и стања	60 мин
	<p>Поремећаји система за циркулацију:</p> <ul style="list-style-type: none">• Срчане тегобе,• Шок. <p>Поремећаји система за дисање:</p> <ul style="list-style-type: none">• Асматични напад,• Хипервентилација,• Напад панике. <p>Поремећаји система за варење:</p> <ul style="list-style-type: none">• Дијареја,• Бол у трбуху. <p>Компликације шећерне болести:</p> <ul style="list-style-type: none">• Хипергликемија,• Хипогликемија. <p>Поремећаји нервног система:</p> <ul style="list-style-type: none">• Несвестица и колапс,• Мождани удар,• Епи напад.	
Тема 2	Прва помоћ код тровања	45 мин
	<ul style="list-style-type: none">• Принципи прве помоћи код тровања.• Поступци за елиминацију отрова из организма.• Неутрализација отрова.• Евентуално хитно давање ињекција.	
Тема 3	Прва помоћ код уједа животиња и убода инсеката	30 мин