

## **Program Szkolenia z pierwszej pomocy w ramach akcji UMIEM POMÓC**

Program zajęć obejmuje podstawowe zagadnienia, niezbędne do skutecznego i bezpiecznego udzielania pierwszej pomocy przedlekarskiej. Schematy postępowania prezentowane na szkoleniach są zgodne z najnowszymi wytycznymi Europejskiej Rady Resuscytacji i Polskiej Rady Resuscytacji z 2010 r. Program uwzględnia wyniki badania przeprowadzonego na docelowej grupie uczestników dotyczącego wiedzy i umiejętności udzielania pomocy.

### **Wstęp**

---

- Powitanie, przedstawienie uczestników, przedstawienie celu Szkolenia

### **Aspekty prawne i psychologiczne udzielania pierwszej pomocy**

---

- Czy udzielanie pomocy jest obowiązkiem?
- Czy mogę zaszkodzić poszkodowanemu?
- Decyzja o podjęciu działań ratowniczych

### **Zasady bezpieczeństwa przy udzielaniu pierwszej pomocy**

---

- Bezpieczeństwo własne
- Bezpieczeństwo ratowanego

### **Podstawy udzielania pierwszej pomocy**

---

- Łańcuch ratowniczy
- Skuteczne wezwanie pomocy
- Wykorzystanie świadków Zdarzenia

### **Uniwersalny algorytm postępowania z chorym (nieprzytomny/zatrzymanie oddechu)**

---

- Zbadanie reakcji poszkodowanego
- Rozpoznanie zatrzymania oddechu
- Uciskanie klatki piersiowej
- Prowadzenie wentylacji zastępczej
- Pozycja boczna bezpieczna

### **Wykorzystanie dostępnych do powszechnego użycia urządzeń medycznych ratujących życie**

---

- Zasady użycia i obsługi defibrylatora automatycznego

### **Sytuacje szczególne**

---

- Ciało obce w drogach oddechowych

- Drgawki (padaczka)