

1. Õppekava nimetus	“Esmaabi väljaõpe “
2. Õppevorm	Kontaktõpe
3. Õppeasutus	Tervishoiu Akadeemia OÜ
4. Õppekava maht	16 akadeemilist tundi auditoorset õppetööd, sealhulgas praktiline tegevus.
5. Õppeasutuses õppekava versiooni kinnitamise kuupäev	Detsember 2018
6. Sihtgrupp ja õppe alustamise tingimused	Koolituse sihtrühmaks on tööealised inimesed, õppe alustamiseks ei ole eelnev väljaõpe vajalik.
8. Õppekava kirjeldus ja õpimeetodid	<p>Õppekava hõlmab teemad, mis on välja toodud Sotsiaalministeeriumi määruses “Töökeskkonnavoliniku, töökeskkonnanõukogu liikme ja esmaabiandja koolituse ja täienduskoolituse kord täienduskoolitusasutuses”, 01.01.2019. Õppekava koosneb teoreetilisest ning praktilisest osast, praktiline töö moodustab 40% õppekavaga määratud õppe mahust.</p> <p>Õppekavas kasutatakse peale klassikalise loenguvormi veel konstruktivistlikule õpikäsitusele omaseid meetodeid, simulatsioone ning rühmatöid. Õppekava elluviimisel tuginetakse kogemuslikule, transformatiivsele, kollaboratiivsele, sotsiaalsele, situatiivsele ning probleemipõhisele õppimisele.</p>

1. Õppekava nimetus	“Esmaabi väljaõpe “
10. Õppekava eesmärgid	<p>Tagada esmaabiandjatele vajalik ettevalmistus, mis võimaldab edukalt täita esmaabi eest vastutava isiku ülasandeid vastavalt Töötervishoiu ja tööohutuse korraldamise seadusele. Pärast õppekava läbimist suudab õppija osutada abivajajale esmaabi.</p> <p>Õppekava aitab inimestel jõuda selge arusaamiseni esmaabi andmise taktikast ja vajalikkusest, treenida käelisi oskusi esmaabi tegevusteks, lisada julgust tegutseda kriitilistes situatsioonides kiiresti ja adekvaatselt.</p>
11. Õppekava õpiväljundid	<p>Õpilane:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Omab üldisi teadmisi eelarstliku abi võimalustest; - Oskab rakendada esmaabi võtteid; - Oskab analüüsida oma tegevust ja suudab anda tegutsemisjuhiseid teistele esmaabiandjatele; - Suudab organiseerida kannatanu transpordi haiglasse; - Oskab väljendada oma arutuskäiku suudab põhjendada oma tegevust erinevates kriisiolukordades; - Teadvustab ja põhjendab individuaalseid õppimisvajadusi ja arenguvõimalusi.
12. Lõpetamisel väljastav dokument	Esmaabiandja tunnistus

1. Õppekava nimetus	“Esmaabi väljaõpe “
<p>13. Õppekavas käsitletavat teemat:</p>	<p>Õppekavas käsitletakse järgmisi teemasid:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) õnnetusolukorra hindamine, õnnetusolukorras tegutsemine (sealhulgas paanikaga toimetulek) ja hädaabi kutsumine, kannatanu seisundi hindamine (sealhulgas kannatanu asendi muutmisega seotud ohud), esmaabi olemus ja üldpõhimõtted, abiandmise iseärasused välistingimustes, edasise tervisekahju ennetamine; 2) eluohtlikud seisundid, nende äratundmine ja hädavajalikud tegevused (sealhulgas infarkti, insuldi ja kopsuvigastuse korral); 3) esmaabi teadvusetuse korral – vabade hingamisteede tagamine, hapnikupuudusest põhjustatud ajukahjustuse ennetamine, võõrkeha eemaldamine hingamisteedest, uppumine, elustamine (sealhulgas elustamisaparaadi AED kasutamine); 4) esmaabi äkkhaigestumise (epilepsiahoog, diabeetiline kooma, anafülaktiline šokk, minestus, astmahoog, kõhuvalu) korral; 5) 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; 6) meditsiinilise šoki olemus ja šokiseisundis kannatanu abistamine; 7) esmaabi mürgistuse, söövituse, põletuse, külmakahjustuse ja elektrilöögi korral; 8) esmaabivahendite valik ja kasutamine töökohal. <p>Iga teemavaldkond moodustab õpiväljunditest lähtuva sisulise ja eesmärgipärase terviku nii enda sees, teiste teemade suhtes kui ka õppekava osana. Teemad paiknevad õppekavas loogilises järjekorras ning seostuvad omavahel.</p>

1. Õppekava nimetus	“Esmaabi väljaõpe “
14. Õppekava lõpetamise tingimused	Õppekava lõpetamiseks sooritab õppija teooria- ja praktikaeksami. Teoreetilisi teadmisi hinnatakse testiga, praktilisi oskusi elustamis- ja traumasituatsioonide lahendamise, nendes oma tegevuse analüüsimise ja reflekteerimisega. Edukalt läbinule väljastatakse tunnistus.
15. Täiendav informatsioon	Õppekava koostaja ja kuraator: Jaana Palusaar RN MA jaana.palusaar@gmail.com