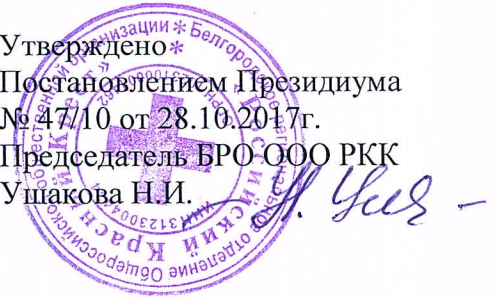


Утверждено*
Постановлением Президиума
№ 47/10 от 28.10.2017г.
Председатель БРО ООО РКК
Ушакова Н.И.



ПРОГРАММА

курса «Основы ухода в домашних условиях, Первая помощь»

Продолжительность курса – 72 часа

Теоретические занятия - 43 часа 35 мин.

Очная форма – 28 часов 35 мин.

Заочная форма – 15 часов

Практические занятия - 28 часов 25 мин.

ВВЕДЕНИЕ

Российский Красный Крест на протяжении всего своего существования является социально значимой общественной организацией в России, занимающейся гуманитарной деятельностью. Все это время миссией Российского Красного Креста является стремление облегчить страдания людей в различных жизненных ситуациях. Следуя международным принципам Краснокрестовского движения милосердия и гуманизма, она всегда стояла на позициях охраны здоровья населения, защищая честь и достоинство человека.

Обучение волонтеров, социальных работников и населения основам ухода в домашних условиях, оказания первой помощи – одна из основных задач, которую выполняет наша организация.

Цель курса состоит:

- в обучении навыкам квалифицированного ухода за престарелыми и инвалидами в домашних условиях, в домах по уходу за престарелыми и инвалидами;
- в распространении необходимых знаний и навыков по оказанию первой помощи в случае возникновения неотложной ситуации.

Большое внимание уделяется профилактике заболеваний и травматизма, а так же мерам обеспечения личной безопасности. Программа БРО ООО РКК «Основы ухода в домашних условиях, Первая помощь» рассчитана на широкий круг людей, не имеющих медицинского образования.

Программа БРО ООО РКК «Основы ухода в домашних условиях, Первая помощь» решает проблему отработки и надежного закрепления навыков. Изучение каждой темы предполагает обретение не только теоретических знаний и практических навыков, но и умений, что достигается включением в курс обучения имитации различных ситуационных задач, в которых слушатели учатся применять полученные знания, испытывая влияние различных факторов, возникающих при осуществлении ухода в домашних условиях, оказании первой помощи в реальной ситуации.

Тематический план курса

«Основы ухода в домашних условиях. Первая помощь» - 72 часа

Вступление.

Знакомство участников. Правила проведения курса. Обзор курса.

Введение. Искусство ухода за подопечными.

Специалист по уходу. Уход в особой обстановке.

Защита прав пациента.

Законное и нравственное обращение с подопечным. Защита прав ваших подопечных.

Понимание людей.

Почему люди ведут себя тем или иным образом. Биологические /анатомические и физиологические/ причины поведения. Понимание пожилых людей.

Общение с людьми.

Использование общения для взаимодействия с другими людьми. Использование общения для взаимодействия на поведение. Особые ситуации. Использование общения на рабочем месте.

Как уберечь подопечного от опасности.

Обеспечение личной безопасности и безопасности подопечного. Создание безопасной обстановки. Подготовка к стихийным бедствиям. Оказание первой доврачебной помощи в чрезвычайных обстоятельствах.

Практическое занятие.

Удаление инородного тела/ взрослый, младенец/.

Инфекционный контроль.

Основные методы инфекционного контроля. Специальные меры инфекционного контроля.

Измерение жизненных показателей.

Подготовка и завершение. Что такое «жизненные показатели». Измерение жизненных показателей.

Выбор удобного положения тела подопечного и его перемещение.

Недостаток движения и неправильные положения тела. Изменение положения и перемещение подопечных.

Практическое занятие по перемещению подопечного.

Перемещение подопечного к головному концу кровати, к краю кровати. Перемещение подопечного в постели:
- положение лежа на спине

- положение на боку
- положение на животе.

Перемещение подопечного с кровати к стулу или кресло-каталке.

Индивидуальный уход за подопечным.

Значение личного ухода. Уход за полостью рта. Купание. Смена нательного белья. Уход за внешним видом. Обеспечение личного ухода за младенцами и детьми. Оказание помощи в приеме лекарственных средств.

Практическое занятие по уходу за подопечным.

Мытье рук, снятие одноразовых перчаток. Смена нательного белья. Мытье подопечного в постели.

Уход за жилым помещением подопечного.

Основные принципы. Смена постельного белья и подготовка постели. Уборка.

Практическое занятие.

Смена постельного белья в «занимаемой постели» и «незанимаемой».

Здоровое питание.

Питание и здоровье. Оказание человеку помощи в приеме пищи. Измерение количества питательных веществ. Питание при уходе за подопечным на дому.

Выделение продуктов жизнедеятельности.

Ежедневное выделение продуктов жизнедеятельности. Специфические проблемы потребности в мочеиспускании. Особые проблемы опорожнения кишечника. Проблемы дефекации и мочеиспускания у младенцев и детей.

Уход во время восстановительного периода.

Поощрение самообслуживания.

Физические упражнения. Самообслуживание и протезы.

Практическое занятие

Пассивные физические упражнения.

Уход за людьми с хроническими заболеваниями.

Уход за подопечными, страдающими СПИДом.

Уход за людьми страдающими болезнью Альцгеймера.

Уход за умирающими.

Столкновение со смертью и умиранием. Посмертный уход.

Принципы оказания первой помощи.

Что такое первая помощь. Юридические аспекты оказания первой помощи. Защита от инфекции. Основы психологической поддержки.

Шаги оказания первой помощи.

Обзор четырех шагов оказания первой помощи. Осмотр места происшествия. Цели проведения осмотра места происшествия. Проведение первичного осмотра и оказание помощи при состояниях угрожающих жизни. Вызов скорой медицинской помощи. Проведение вторичного осмотра и оказание первой помощи. Экстренное перемещение пострадавшего. Извлечение пострадавшего из труднодоступных мест.

Практическое занятие по перемещению пострадавшего.

Экстренное перемещение пострадавшего – прием Раутека. Перемещение пострадавшего на одеяле. Извлечение пострадавшего из автомобиля.

Практическое занятие по подробному осмотру и опросу пострадавшего.

Опрос пострадавшего и окружающих, оценка дыхания, оценка пульса, подробный осмотр пострадавшего.

Базовая сердечно-легочная реанимация.

Оценка пострадавшего. Восстановление проходимости дыхательных путей. Запрокидывание головы и подъем подбородка. Выдвижение нижней челюсти. Оценка дыхания пострадавшего. Оценка кровообращения у пострадавшего. Действия при отсутствии дыхания и кровообращения у пострадавшего. Понятие сердечно-легочной реанимации. Компрессии грудной клетки. Искусственное дыхание. Использование защитных устройств при проведении сердечно-легочной реанимации. Реанимация с участием двух и более человек. Реанимация без искусственного дыхания. Особенности проведения сердечно-легочной реанимации у детей. Особенности проведения сердечно-легочной реанимации при утоплении. Действия при отсутствии сознания у пострадавшего. Устойчивое боковое (восстановительное) положение.

Практическое занятие по сердечно-легочной реанимации.

Компрессии грудной клетки. Искусственное дыхание. Использование защитных устройств для искусственного дыхания.

Выполнение базовой сердечно-легочной реанимации.

Помещение пострадавшего в устойчивое боковое (восстановительное) положение.

Ситуационная задача: отработка выполнения базового реанимационного комплекса в условиях приближенных к реальной обстановке.

Обструкция дыхательных путей инородным телом (подавился).

Порядок оказания первой помощи при нарушении проходимости дыхательных путей инородным телом. Различия полной и частичной

обструкции дыхательных путей. Оказание первой помощи пострадавшему с частичной обструкцией дыхательных путей инородным телом. Оказание первой помощи пострадавшему с полной обструкцией дыхательных путей инородным телом в сознании, без сознания. Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему, беременной женщине. Оказание первой помощи ребенку до 1 года. Самопомощь.

Практическое занятие по оказанию первой помощи пострадавшему с обструкцией дыхательных путей инородным телом.

Оказание первой помощи при полной и частичной обструкции дыхательных путей инородным телом взрослому. Оказание первой помощи при полной обструкции дыхательных путей инородным телом ребенку до 1 года.

Ситуационная задача: отработка оказания первой помощи пострадавшему при обструкции дыхательных путей инородным телом в условиях, приближенных к реальной обстановке.

Кровотечения и шок.

Классификация кровотечений. Опасность кровотечения. Способы остановки наружных кровотечений. Прямое давление на рану. Давящая повязка. Максимальное сгибание в суставе. Пальцевое прижатие артерии. Наложение кровоостанавливающего жгута. Понятие шок. Первая помощь при шоке.

Практическое занятие по остановке кровотечения.

Остановка наружного кровотечения с помощью прямого давления на рану давящей повязки, бинтом/подручными материалами. Максимальное сгибание конечности в суставе. Пальцевое прижатие артерии. Наложение кровоостанавливающего жгута.

Ситуационная задача: отработка оказания первой помощи пострадавшему при кровотечении в условиях приближенных к реальной обстановке.

Раны и ожоги.

Понятие «рана». Некоторые наиболее распространенные типы ран. Ссадина. Резаная рана. Колотая рана. Рваная рана. Оказание первой помощи при ранении в случае наличия/отсутствия воды. Оказание первой помощи при ранении живота. Оказание первой помощи при ранении глаза. Оказание первой помощи при проникающем ранении грудной клетки.

Практическое занятие по оказанию первой помощи при ранении.

Наложение герметичной (окклюзионной) повязки с фиксацией с трех сторон. Фиксация инородного тела в ране.

Ситуационная задача: отработка оказания первой помощи при ранении в условиях приближенных к реальной обстановке.

Травмы головы, позвоночника.

Признаки травмы головы. Оказание первой помощи при травме головы. Признаки травмы позвоночника. Оказание первой помощи при травме позвоночника.

Практическое занятие по оказанию первой помощи при травме позвоночника и головы.

Иммобилизация головы и шеи двумя руками, иммобилизация головы и шеи между ногами. Устойчивое боковое (восстановительное) положение при травме позвоночника.

Травмы конечностей.

Основные виды травм конечностей: перелом, вывих, растяжение/разрыв связок, растяжение/разрыв сухожилий, ушиб. Признаки травмы конечностей. Оказание первой помощи при травме конечностей.

Практическое занятие по оказанию первой помощи при травме конечностей: мягкая иммобилизация верхней и нижней конечности с использованием подручных средств.

Отравления.

Понятие «отравление». Признаки отравления. Оказание первой помощи, если пострадавший проглотил токсическое вещество. Оказание первой помощи в случае попадания кислоты и щелочи на кожу либо в глаза. Оказание первой помощи в случае попадания на кожу сухих химикатов. Оказание первой помощи в случае, если пострадавший вдохнул токсическое вещество. Отравление угарным газом.

Проблемы со здоровьем связанные с воздействием тепла/холода.

Понятие «отморожение». Признаки отморожения. Оказание первой помощи при отморожении. Гипотермия. Признаки гипотермии. Оказание первой помощи при гипотермии. Тепловой удар, тепловое истощение. Признаки теплового удара, теплового истощения. Оказание первой помощи при тепловом ударе, тепловом истощении.

Ситуационные задачи для выработки компетенций по оказанию первой помощи на базе полученных знаний и навыков.

Варианты ситуационных задач: ДТП, удар электрическим током, падение с высоты, несчастный случай на производстве и др.

Ситуационные задачи могут варьироваться в зависимости от специфики деятельности слушателей курса.

Дополнительные рекомендованные темы:

Сердечно-легочная реанимация при наличии автоматического наружного дефибриллятора.

Понятие «дефибрилляция». Автоматический наружный дефибриллятор: устройство, принцип работы. Автоматическая наружная дефибрилляция в алгоритме базовой сердечно-легочной реанимации.

Практическое занятие по автоматической наружной дефибрилляции: использование автоматического наружного дефибриллятора при проведении сердечно-легочной реанимации.

Острые состояния либо обострения хронических заболеваний.

Сердечный приступ. Признаки сердечного приступа. Первая помощь при сердечном приступе. Инсульт. Признаки инсульта. Первая помощь при инсульте.

Практическое занятие по оказанию первой помощи при сердечном приступе:

Ситуационная задача: оказание первой помощи при сердечном приступе в условиях приближенных к реальной обстановке.

Дополнительные темы на выбор:

Острые состояния либо обострения хронических заболеваний.

Аллергические реакции. Первая помощь при острых аллергических реакциях. Астма. Первая помощь при астме. Гипервентиляция. Первая помощь при гипервентиляции. Обезвоживание, желудочно-кишечные расстройства. Первая помощь при обезвоживании, желудочно-кишечных расстройствах. Обострение диабета. Первая помощь при обострении диабета. Обморок. Первая помощь при обмороке. Фебрильные судороги. Первая помощь при фебрильных судорогах. Эпилепсия. Первая помощь при эпилепсии.

Проблемы со здоровьем связанные с воздействием окружающей среды.

Понятие «высотная или горная болезнь». Оказание первой помощи при высотной болезни.

Утопление.

Реанимация при утоплении. Положение пострадавшего после реанимации при утоплении. Травмы шейного отдела позвоночника при утоплении.

Укусы животных.

Укусы млекопитающих. Первая помощь при укусах млекопитающих. Укусы насекомых. Первая помощь при укусах насекомых. Воздействие медуз. Первая помощь при воздействии медуз.

Почасовой план проведения курса ««Основы ухода в домашних условиях. Первая помощь» 72 часа

№п /п	Тема занятия	Теория (мин.) очное/заочное	Практика (мин.)	Всего (мин.)
1	Введение. Красный Крест. Основопологающие принципы Краснокрестовского движения. МФОКК и КП, МККК, Российское общество Красного Креста, Программа деятельности РОКК	60/60		120
2	Ознакомление с курсом, искусство ухода за подопечными.	135		135
3	Защита прав пациента.	90		90
4	Понимание людей.	120		120
5	Общение с людьми.	120	30	150
6	Как уберечь подопечного от опасности.	120/180	60	360
7	Инфекционный контроль.	75/60		135
8	Измерение жизненных показателей.	120	60	150
9	Выбор удобного положения тела подопечного и его перемещение.	90	120	240
10	Индивидуальный уход за подопечным.	120	480	600
11	Уход за жилым помещением подопечного.	60	120	180
12	Здоровое питание.	60/120		180
13	Выделение продуктов жизнедеятельности.	120		120
14	Уход во время восстановительного периода.	90	60	150
15	Уход за людьми с хроническими заболеваниями.	30/180		210
16	Уход за подопечными, страдающими СПИДом.	30/90		120
17	Уход за людьми страдающими болезнью Альцгеймера.	30/30		60
18	Уход за умирающими.	30/120		150

19	Принципы оказания первой помощи.	15	15	30
20	Шаги оказания первой помощи.	25	75	100
21	Базовая сердечно-легочная реанимация.	30	90	120
22	Обструкция дыхательных путей инородным телом	20	40	60
23	Первая помощь при кровотечении и шоке.	0/20	60	80
24	Первая помощь при ранениях и ожогах.	0/30	60	90
25	Первая помощь при травмах головы, позвоночника, конечностей.	0/40	80	120
26	Первая помощь при отравлениях, обморожении и тепловом ударе.	0/20	30	50
27	Первая помощь при острых состояниях и обострении хронических заболеваний.	15	15	30
28	Тема на выбор	0/10	20	30
29	Ситуационные задачи	0	160	160
30	Итоговый экзамен	60	120	180
	ИТОГО	1725/900	1695	4320

Материальное обеспечение:
Группа 14 человек

№ п/п	Наименование	КОЛ-ВО
	специальное оборудование	
	шина «Крамера» нога	2 шт.
	шина «Крамера» рука	2 шт.
	инвалидное кресло-каталка	1 шт.
	функциональная кровать	1 шт.
	ходунки	1 шт.
	манекен –тренажер взрослого человека (торс с головой) для отработки навыков СЛР с электронным индикатором контроля качества навыков искусственной вентиляции легких и закрытого массажа сердца	1 шт.
	манекен –тренажер взрослого человека (торс с головой) для отработки ритмичности циклов СЛР и ИВЛ	2 шт.
	манекен-тренажер, имитирующий младенца (ребенка до 1 года), для отработки навыков СЛР, иммобилизации конечностей, наложения повязок, отработки навыков первой помощи при нарушении проходимости дыхательных путей, вызванных инородным телом	2 шт.
	манекен-тренажер, имитирующий торс взрослого человека, предназначенный для обучения приемам Геймлиха при нарушении проходимости дыхательных путей, вызванном инородным телом	2 шт.
	учебный автоматический наружный дефибриллятор	1 шт.
	набор для имитаций + кровь	1 комп.
	подъемник для перемещения подопечного	1 шт.
	жгут кровоостанавливающий	1 шт.
	кружка Эсмарха с наконечниками	1 шт.
	судно подкладное	1 шт.
	подкладной резиновый круг	1 шт.
	поильник	1 шт.
	таз пластиковый 5л.	1 шт.
	кувшин пластиковый	1 шт.
	простынь скользящая для перемещения	1 шт.
	круг для перемещения	1 шт.
	стол для кормления	1 шт.
	набор посуды твер.	1 шт.
	расходный материал	
	лицевые маски	1 уп.
	пленка с клапаном для ИВЛ	14 шт.
	комплектующие для манекенов «дыхательные пути» (замена после нескольких курсов)	20 шт.
	спиртовые салфетки для дезинфекции	30 шт.
	одеяла	2 шт.
	бумажные салфетки	4 уп.
	косыночные повязки	20 шт.
	бинт 5*10	2 шт.

	бинт 7*14	2 шт.
	перчатки латексные одноразовые	14 пар
	мыло туалетное жидкое	1 шт.
	антисептик «Мега дез» спрей 150,00	2 шт.
	покрывало	1 шт.
	полотенце	2 шт.
	комплект постельного белья	1 шт.
	подушка	1 шт.
	зубная щетка	2 шт.
	зубная паста	2 шт.
	мочеприемник	2 шт.
	калоприемник	2 шт.
	салфетки влажные	2 уп.
	памперсы	1 уп.
	пеленки	1 уп.
	компьютерное и мультимедийное оборудование	
	ноутбук, мышка, колонки, удлинитель	1 комп.
	мультимедийный цифровой проектор	1 шт.
	флэшка или диск для хранения материала	1 шт.
	экран к мультимедийному проектору	1 шт.
	прочее оборудование, мебель	
	доска металлическая (флипчарт)	1 шт.
	губка для маркерной доски	1 шт.
	коврики (1м./1,5м.)	4 шт.
	стол для инструктора	1 шт.
	стол для тренажеров	2 шт.
	стулья	15 шт.
	шкаф для учебного имущества	1 шт.
	канцелярские товары	
	бумага для ксерокса	1 уп.
	ручка шариковая	14 шт.
	тетрадь общая (клетка)	14 шт.
	журнал учета	1 шт.
	скоросшиватель	2 шт.
	ножницы большие	1 шт.
	маркеры (фломастеры)	1 комп.
	ватман или блокнот для флипчарта	3 шт (1уп)
	бейджик	14 шт.
	бумага писчая	1 уп.
	учебные пособия	
	справочники	14 шт.
	административные формы	14 шт.
	удостоверения	14 шт.