

**1. Täienduskoolitusasutuse nimi**

Järvamaa Kutsehariduskeskus

**2. Õppekava nimetus**

Esmaabiandja täienduskoolitus

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

Tervis

**4. Õppekeel**

Eesti keel

**5. Õppekava koostamise alus**

Tervise- ja töoministri 22.novembri 2018. määrus nr 50 „[Töökeskkonnavoliniku, töökeskkonnanõukogu liikme ja esmaabiandja koolituse ja täienduskoolituse kord täienduskoolitusasutuses](#)“. Määrus jõustus 1. jaanuaril 2019. a.

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

Maht 8 tundi, millest 3 on auditoorset tööd ja 5 praktika koolikeskkonnas

**7. Õppekeskkond**

Õppetöö toimub klassiruumis või koolituse tellija ruumides.

Praktika koolikeskkonnas läbiviimisel kasutatakse

- Esmaabitarvikud
- Sidumismaterjal
- Haavade ja luumurdude mulaažid, CAT – arterižgutt
- Elustamismannekeenid (ANNE, BABY), mille peal on võimalik harjutada kaudset südame massaaži, hingamisteid avada ja teostada kunstlikku hingamist
- Nina - neelu kõrimulaaž
- Videokaamera
- Abivahendid: desinfitseerimisvahendid, põrandatekid jms.

**8. Sihtgrupp**

Ettevõtete esmaabiandjad, juhiloa ja relvaloa taotlejad, lapsehoidjad, treenerid jm elukutsete esindajad, kellel on esmaabi koolitus kohustuslik ja kes vajavad iga 3 aasta järel esmaabiandja täienduskoolitust. Teised huvilised, kellel on vajadus esmaabi osutada.

Igas töökohas peab olema väljaõppe läbinud esmaabiandja. Tööandja peab esmaabi andmiseks määrama töötajate hulgast vähemalt ühe esmaabiandja. Alus: [Töötervishoiu ja tööohutuse seadus](#), § 13<sup>2</sup>.

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

Esmaabiandjale ei pea koolitust korraldama, kui esmaabiandja igapäevane töö eeldab erakorralise meditsiini, anestesioloogia, intensiivravi või kiirabi teenuse osutamist.

**9. Õppe alustamise tingimused**

Osalemise eelduseks on varasem esmaabiandja koolituse (16 t) läbimine.

**10. Eesmärk**

Koolituse tulemusel õppija kordab ja täiendab varasemalt läbitud esmaabiandja koolitusel omandatud teadmisi ja oskusi

## 11. Õpiväljundid

Koolituse läbinu:

- Arvestab esmaabiandmisel enda ja teiste turvalisusega;
- Valdab kaasaegseid esmaabi põhivõtteid;
- Hindab situatsioone ja valdab tegutsemise algoritme äkkhaigestumiste ja traumade korral s.h. suurõnnetuste korral;
- Kaasab teisi inimesi esmaabiandmisse õnnetuste ja äkkhaigestumiste.

## 12. Õppe sisu

Käsitletavad teemad	Auditoorne töö /ak/h	Praktika koolikeskkonnas (ak/h)
Kannatanu seisundi hindamine. Põhifunktsioonide häired. Mürgistuste käsitlemise kaasaegsed aspektid. Allajahtumine. Tegutsemise algoritmid	1,5	
Äkksurm üle vereringe seiskuse s. h. elektriga seotud. Äkksurm üle hingamisseiskuse (sh.lapsed). Uppumine, lämbus, poomine. Taaselustamise algoritmid:	0,5	
Taaselustamise praktilised harjutused		2,0
Traumadega kannatanu käsitlemine: Verejooksude peatamine (CAT žguti kasutus) Lülisamba vigastusega kannatanu, silmatraumad, rindkere-; kõhuõõneelundite vigastused. Hulgitraumadega kannatanu käsitlemine.	0,5	2,0
Test + praktilise situatsioonülesande lahendamine	0,5	1,0

## 13. Õppemeetodid

Loeng, arutelu, harjutused, õppevideo analüüs, situatsioonülesannete lahendamine

## 14. Õppematerjalid

- Igale osalejale õppematerjali slaidid
- Pildimaterjal
- Skemaatilised plakatid (traumad, taaselustamine)

## 15. Nõuded õpingute lõpetamiseks sh hindamismeetodid ja –kriteeriumid

Õpingud loetakse lõppenuks, kui õpilane on osalenud õppetöös 100 % ning lahendanud teoreetiliste testi ja praktilise tegevuse situatsioonülesande. Mitmeeristav hindamine.

Hindamismeetod	Hindamiskriteeriumid
Teoreetiliste teadmiste test	Positiivseks soorituseks on vaja vähemalt 80% õigeid vastuseid
Praktilise tegevuse situatsiooniülesanne	Teostab algoritmipõhiselt praktilise situatsioonülesande. Ülesanne loetakse sooritatuks kui on antud algoritmi järgides elupäästev esmaabi. Õppija analüüsib ja reflekteerib oma tegevust.

## 16. Koolituse läbimisel väljastatav dokument

Õppijale väljastatakse tunnistus, kui õpingute lõpetamise nõuded on täidetud.

## 17. Koolitaja kompetentsust tagava kvalifikatsiooni või õpi- või töökogemuse kirjeldus

Lektoriks võib olla meditsiinitöötaja, kes on läbinud Eesti Punase Risti või muu pädeva asutuse esmaabiõpetajate koolituskursuse ning omab sellekohast tunnistust.

Mootorsõidukijuhi esmaabiõpetaja peab olema registreeritud tervishoiutöötajana tervishoiutöötajate riiklikus registris. Omab täiskasvanute koolitamise kogemust vähemalt aasta.

**Heli Luhtmaa** Järvamaa Kutsehariduskeskuse koolitaja. Lõpetanud Tartu Meditsiini kooli velskri eriala 1985.a; Tallinna Ülikooli bakalaauruse õppe, kutsepedagoogika 2007.a; Tallinna Ülikooli sotsiaalteaduste (tervishoiuorganisatsioonid) magister 2016.

Kiirabibrigaadis brigaadi juht alates 1994. Tervishoiuameti registris erakorralise meditsiini õenduse erialal aastast 2002. Täiskasvanute koolitaja aastast 2000.

2011 SA Põhja-Eesti Regionaalhaigla esmaabiõpetajate täiendkoolitus

Läbitud täiendkoolitused: 2017/2018 PERH Koolituskeskuses:

Taaselustamise praktilised harjutused haiglaeelses etapis

Hulgitraumaga kannatanu käsitus haiglaeelses etapis

Avarii tagajärgede likvideerimine koos päästeteenistusega

Ressursi juhtimine suurõnnetustel. Triaaž.

Mürgistuste käsitluse kaasaaegsed aspektid.

### **Reili Randlo**

Tartu Tervishoiu Kõrgkool 2006.a medõe eriala. Tartu Tervishoiu Kõrgkool 2009.a

intensiivõendus. Eesti Punase Risti väljastatud esmaabiõpetaja koolitusluba kuni

22.06.2021.a (koolitusluba 6101HTM, litsentsi nr.80/1084 ). SA PERH intensiivõede

alates sept 2018.a. Väätša Eakate Kodu medõde alates aug 2015.a. Tervishoiu ja

sotsiaaltöö valdkonnas (medõde) töötamise kogemus alates 1995.a. Esmaabiandjate koolituste läbiviimise kogemus nii tervishoiu valdkonna töötajatele kui autokoolidele alates 2010.a. Järvamaa Kutsehariduskeskuse täienduskoolituse koolitaja alates 2019.a.



Järvamaa  
Kutsehariduskeskus  
ÕPPIMINE ON SÜDAMEASI