

Osnova kurzu Extra

Kurz Extra nabízí komplexní pohled na problematiku první pomoci. Díky dostatečnému množství času jsou připraveny velké simulace, drill v podobě mikrosimulací a nácvik kardiopulmonální resuscitace. Pracovníci jsou vystaveni situacím, které jsou snadno přehledné, ale jejich rozpoznání může zachránit životy. Součástí školení jsou i témata na přání nebo dle pracovního zaměření účastníků.

Úvod školení – 20 minut

1. seznámení a zkušenosti s první pomocí
2. praktické informace
3. pravidla simulací

Úvodní simulace - 20 minut

1. simulace zaměřená na stávající znalosti a dovednosti

Přednáškové bloky s nácvikem – 40 minut

1. seznámení se systémem 3 kroků (rozhlédni se, reaguj, rozmýšlej)
2. 1. krok - obecné seznámení (bezpečnost, mechanismus úrazu, množství)
3. 2. krok – obecný úvod k tématu, ukázka přístupu k bezvědomému člověku

Přednáškové bloky s nácvikem – 60 minut

1. pravidla volání IZS, použití aplikace
2. krvácení ohrožující život, způsoby záchrany ve městě i mimo něj
3. kardiopulmonální resuscitace - kdy provádět + komentovaná ukázka s vlastní praxí (kvalita a kvantita provádění srdeční masáže)

Opakování – 30 minut

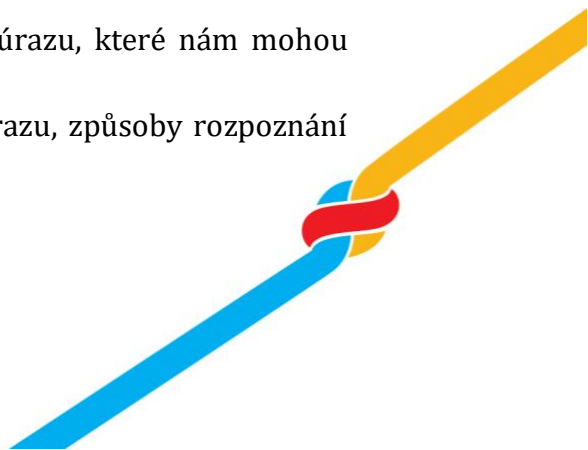
1. opakování a mikrosimulace
2. dotazy k první polovině kurzu

Souběžné simulace – 40 minut

1. jednoduchá simulace pro zopakování předchozích témat

Přednáškové bloky s nácvikem – 60 minut

1. cizí těleso v dýchacích cestách - ukázky a tipy dušení, způsoby první pomoci včetně Heimlichova manévru
2. podezření na poraněnou páteř a mechanismy úrazu, které nám mohou napovědět, manipulace a první pomoc
3. podezření na vnitřní krvácení a mechanismy úrazu, způsoby rozpoznání tohoto stavu, manipulace a první pomoc



Velká simulace autonehody – 60 minut

1. simulace zaměřená na probraná témata: podezření na poraněnou páteř, vnitřní krvácení, aj.; autonehoda je nejčastější příčinou smrtelných pracovních úrazů v ČR

Přednáškové bloky – 50 minut

1. způsoby rozpoznávání vážných úrazů hlavy a jejich příčin, první pomoc
2. infarkt/mrtvice - rozdíly a první pomoc při obou stavech

Ukončení školení – 60 minut

1. mikrosimulace dle přání pracovníků
2. dotazy, zpětná vazba
3. ukončení kurzu

