

ÕPPEKAVA	„KINNITAN“ MEELIS RATTAS JUHATAJA E-KATEDRAAL KOOLITUSKESKUS OÜ
KOOLITAJA: E-KATEDRAAL KOOLITUSKESKUS OÜ	
ÕPPEKAVA NIMETUS: ESMAABIANDJA KOOLITUS	
ÕPPEVALDKOND: TERVIS JA HEAOLU	
ÕPPEKAVARÜHM: MEDITSIIN	
ÕPPEKAVA KOOSTAMISE ALUS: Tervise ja tööministri määrus nr 50, 22.11.2018 „Töökeskkonnavoliniku, töökeskkonnanõukogu liikme ja esmaabiandja koolituse ja täienduskoolituse kord täienduskoolitusasutuses“, § 3.	
ÕPPEKAVA EESMÄRK: Anda teadmised ja oskused esmaabi andmiseks erinevate õnnetusjuhtumite või tervisekahjustuste korral.	
SIHTGRUPP: Koolitus on mõeldud eelkõige isikutele, kes on ettevõttes määratud esmaabiandjaks. Koolitusel võivad osaleda ka inimesed, kes soovivad muul põhjusel omandada esmaabialaseid teadmisi ja oskusi.	
TEOORIAÕPPE KÄIGUS LÄBITAVAD TEEMAD:	ÕPIVÄLJUNDID:
Õnnetusolukorra hindamine	Oskab hinnata õnnetusolukorra olustikku ja tõsidust.
Õnnetusolukorras tegutsemine	Tunneb õnnetusolukorras tegutsemise võtteid.
Paanikaga toimetulek ja hädaabi kutsumine	Oskab olukorda rahustada ja kutsuda abi.
Kannatanu seisundi hindamine	Oskab hinnata kannatanu tervislikku seisundit.
Kannatanu asendi muutmisega seotud ohud	Oskab ohutult muuta kannatanu asendit.
Esmaabi olemus ja üldpõhimõtted	Teab esmaabi andmise olemust ja põhimõtteid.
Välistingimustes abiandmise iseärasused	Oskab abistamisel arvestada välistegurite mõjuga.
Edasise tervisekahju ennetamine	Tunneb tervisekahju ennetamise võtteid.
Eluohtlikud seisundid	Oskab tegutseda eluohtlike seisundite korral (sealhulgas infarkt, insult ja kopsuvigastused).

Esmaabi teadvusetuse korral	Oskab teadvusetuse korral tagada vabad hingamisteed, eemaldada võõrkehad hingamisteedest ja ennetada hapnikupuudusest tingitud ajukahjustusi.
Elustamisvõtete harjutamine	Oskab kasutada elustamisvõtteid.
Esmaabi vigastuste korral	Oskab anda esmaabi erinevate vigastuste ja verejooksude korral.
Verejooksu peatamise võtted	Tunneb verejooksu peatamise võtteid.
Haavade sidumise võtted ja reeglid	Oskab haavu siduda.
Luumurrud	Oskab lahastada murdunud liigeseid.
Liigesetraumad	Oskab abistada liigesetraumade korral.
Silmakahjustused	Oskab kasutada silmakahjustuste esmaabivõtteid.
Elustamisaparaadi AED kasutamine	Oskab kasutada elustamisaparaati.
Uppumine	Oskab anda esmaabi uppumise korral.
Mürgistus	Teab mürgistuse esmaabivõtteid.
Söövitus	Oskab anda esmaabi söövituste korral.
Põletus	Tunneb põletuste esmaabivõtteid.
Külmakahjustus	Oskab abistada külmakahjustuste korral.
Elektrilöök	Oskab abistada elektrilöögi korral.
Meditsiiniline šokk	Oskab abistada šokis kannatanut.
Äkohaigestumine	Oskab kannatanut abistada epilepsiahoo, diabeetilise kooma, anafülaktilise šoki, minestuse, astmahoo ja kõhuvalu korral.
Esmaabivahendite valik ja kasutamine töökohal	Oskab valida ja kasutada esmaabivahendeid.
ÕPINGUTE ALUSTAMISE TINGIMUSED:	Vanus vähemalt 18 aastat.
ÕPPE KOGUMAHT AKADEEMILISTES TUNDIDES:	16 akadeemilist tundi, millest 12 tundi auditoorset loengut ja 4 tundi praktilisi harjutusi.
<p>ÕPPEKESKKONNA KIRJELDUS: Koolituskeskusel on kolm õppeklassi. mahutavusega 50, 25 ja 10 õppekohta. Aadress: Tallinn, Mustamäe tee 5.</p> <p>Klassid on varustatud istumiskohtadega, esitlusvahenditega (arvutid, tahvlid, projektorid jms) ja näitlike õppevahenditega.</p> <p>Õpilaste kasutuses on avalik internet. Plaanilistel koolitustel on lõunasöök, kohvipausid ja õppematerjalid õpilastele tasuta.</p> <p>Koolitust korraldatakse ka veebikoolitusena ZOOM vms keskkonnas.</p>	
ÕPPEMATERJALIDE LOEND:	Töötervishoiu ja tööohutuse seadus; Koolitajate koostatud esitlusprogrammid; Näitlikud õppevahendid.
LÕPETAMISE TINGIMUSED:	Osalemine teooriakoolitusel vähemalt 75% mahust; Hindamise läbimine.
HINDAMISMEETOD:	Eksamiharjutus: esmaabisituatsioonide praktiline lahendamine (elustamine, šokiasend, erinevad sidumistehnikad)

HINDAMISKRITEERIUM:	Eksamiharjutus on lahendatud nõuetekohaselt.
KOOLITUSE LÕPUS VÄLJASTATAVAD DOKUMENDID:	<p>Koolitusel osalemise või selle läbimise kohta väljastatakse tunnistus või tõend.</p> <p>Tunnistus väljastatakse juhul, kui õpilane osaleb koolitusel lõpetamise tingimustes ettenähtud mahus, saavutab kõik õppekavas nõutud õpiväljundid ja läbib hindamise positiivselt.</p> <p>Tõend väljastatakse juhul, kui õpilane ei osale koolitusel lõpetamise tingimustes kirjeldatud mahus ja/või ei läbi positiivselt hindamist. Tõendile märgitakse läbitud tundide maht ja teemad. Tõend annab õiguse jätkata koolitust pooleli jäänud kohast ühe aasta jooksul. Tõend ei anna töötamisõigust.</p>
KOOLITUSE LÄBIVIIMISEKS VAJALIKU KVALIFIKATSIOONI, ÕPI- VÕI TÖÖKOGEMUSE KIRJELDUS:	Tervishoiutöötajate riiklikus registris registreeritud tervishoiutöötaja, kes on läbinud esmaabiõpetaja koolituse ning omab sellekohast tunnistust. Oskus ja soov koolitada.
ÕPPEKAVA KINNITAMISE AEG:	02. aprill 2022

ÕPPEKAVA	<p>„KINNITAN“</p> <p>MEELIS RATTAS JUHATAJA E-KATEDRAAL KOOLITUSKESKUS OÜ</p>
KOOLITAJA: E-KATEDRAAL KOOLITUSKESKUS OÜ	
ÕPPEKAVA NIMETUS: ESMAABIANDJA TÄIENDUSKOOLITUS	
ÕPPEVALDKOND: TERVIS JA HEALU	
ÕPPEKAVARÜHM: MEDITSiin	
ÕPPEKAVA KOOSTAMISE ALUS: Tervise ja tööministri määrus nr 50, 22.11.2018 „Töökeskonnavoliniku, töökeskkonnanõukogu liikme ja esmaabiandja koolituse ja täienduskoolituse kord täienduskoolitusasutuses“ § 3.	
ÕPPEKAVA EESMÄRK: Tuletada meelde ja täiendada teadmiseid ja oskuseid esmaabi andmiseks erinevate õnnetusjuhtumite või tervisekahjustuste korral.	

SIHTGRUPP: Koolitus on mõeldud eelkõige ettevõtete esmaabiandjatele, kelle esmaõppest on möödunud kolm aastat. Koolitusel võivad osaleda ka isikud, kes soovivad muul põhjusel omandada esmaabialaseid teadmisi ja oskuseid.	
TEORIAÕPPE KÄIGUS LÄBITAVAD TEEMAD:	ÕPIVÄLJUNDID:
Kannatanu seisundi hindamine	Oskab hinnata kannatanu tervislikku seisundit.
Edasise tervisekahju ennetamine	Tunneb tervisekahju ennetamise võtteid.
Eluohtlikud seisundid	Oskab tegutseda eluohtlike seisundite korral (sealhulgas infarkt, insult ja kopsuvigastused).
Esmaabi teadvusetuse korral	Oskab teadvusetuse korral tagada vabad hingamisteed, eemaldada võõrkehad hingamisteedest ja ennetada hapnikupuudusest tingitud ajukahjustusi.
Elustamine	Oskab kasutada elustamisvõtteid.
Esmaabi vigastuste korral	Oskab anda esmaabi erinevate vigastuste ja verejooksude korral.
Šokk	Oskab osutada esmaabi šoki korral.
Verejooksu peatamise võtted	Tunneb verejooksu peatamise võtteid.
Haavade sidumise võtted ja reeglid	Oskab haavu siduda.
Luumurrud	Oskab lahastada murdunud liigeseid.
Liigesetraumad	Oskab abistada liigesetraumade korral.
Elustamisaparaadi AED kasutamine	Oskab kasutada elustamisaparaati.
ÕPINGUTE ALUSTAMISE TINGIMUSED:	Vanus vähemalt 18 aastat. Esmaabiandja esmaõppe läbimine mitte rohkem kui kolm aastat tagasi.
ÕPPE KOGUMAHT AKADEEMILISTES TUNDIDES:	8 akadeemilist tundi, millest 4 tundi auditoorset loengut ja 4 tundi praktilisi harjutusi.
ÕPPEKESKKONNA KIRJELDUS: Koolituskeskusel on kolm õppeklassi. mahutavusega 50, 25 ja 10 õppekohta. Aadress: Tallinn, Mustamäe tee 5. Klassid on varustatud istumiskohtadega, esitlusvahenditega (arvutid, tahvlid, projektorid jms) ja näitlike õppevahenditega. Õpilaste kasutuses on avalik internet. Plaanilistel koolitustel on lõunasöök, kohvipausid ja õppematerjalid õpilastele tasuta. Koolitust korraldatakse ka veebikoolitusena ZOOM vms keskkonnas.	
ÕPPEMATERJALIDE LOEND:	Koolitajate koostatud esitlusprogrammid; Esmaabiplakatid; Näitlikud õppevahendid.
LÕPETAMISE TINGIMUSED:	Osalemine teooriakoolitusel vähemalt 75% mahust; Hindamise läbimine.

HINDAMISMEETOD:	Eksamiharjutus: esmaabisituatsioonide praktiline lahendamine (elustamine, šokiasend, erinevad sidumistehnikad)
HINDAMISKRITEERIUM:	Eksamiharjutus on lahendatud nõuetekohaselt.
KOOLITUSE LÕPUS VÄLJASTATAVAD DOKUMENDID:	<p>Koolitusel osalemise või selle läbimise kohta väljastatakse tunnistus või tõend.</p> <p>Tunnistus väljastatakse juhul, kui õpilane osaleb koolitusel lõpetamise tingimustes ettenähtud mahus, saavutab kõik õppekavas nõutud õpiväljundid ja läbib hindamise positiivselt.</p> <p>Tõend väljastatakse juhul, kui õpilane ei osale koolitusel lõpetamise tingimustes kirjeldatud mahus ja/või ei läbi positiivselt hindamist. Tõendile märgitakse läbitud tundide maht ja teemad. Tõend annab õiguse jätkata koolitust pooleli jäänud kohast ühe aasta jooksul. Tõend ei anna töötamisõigust.</p>
KOOLITUSE LÄBIVIIMISEKS VAJALIKU KVALIFIKATSIOONI, ÕPI- VÕI TÖÖKOGEMUSE KIRJELDUS:	Tervishoiutöötajate riiklikus registris registreeritud tervishoiutöötaja, kes on läbinud esmaabiõpetaja koolituse ning omab sellekohast tunnistust. Oskus ja soov koolitada.
ÕPPEKAVA KINNITAMISE AEG:	02. aprill 2022