

# ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «ЦЕНТР ОХРАНЫ ТРУДА»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

ООО «Центр охраны труда»



А.А. Мирохин  
«28» января 2025 г.

## РАБОЧИЙ ПЛАН

Программа обучения

«Оказание первой помощи пострадавшим»

Нормативный срок обучения – 16 часов

Форма обучения – очно-заочная

Рязань, 2025

## Пояснительная записка

Учебный курс направлен на обучение Слушателей правилам оказания первой помощи пострадавшим. Учебный план разработан в соответствии с требованиями Приказа Минздрава от 03.05.2024 № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи», Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 08.08.2024), Приказа Минобрнауки России от 01.07.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

Целью данной дисциплины является формирование у обучающихся ключевой компетенции по оказанию первой помощи пострадавшим. Содержание учебного плана отвечает основной цели и раскрывает рекомендуемую последовательность тем, а также распределение часов по темам. Последовательность изучения и время, отведенное на освоение материала, определяется организацией, осуществляющей образовательную деятельность (ООО «Центр охраны труда»).

Учебный план предусматривает различные формы организации обучения (лекции, практические занятия, самостоятельную работу) в объеме, необходимом для формирования навыков и компетенций по оказанию первой помощи пострадавшим.

Учебный план предназначен для слушателей следующих категорий: работники, на которых приказом возложены обязанности по проведению инструктажа по охране труда, включающего вопросы оказания первой помощи пострадавшим; работники, к трудовым функциям которых отнесено управление автотранспортным средством; председатель (зам.) и члены комиссий по проверке знания требований охраны труда по вопросам оказания первой помощи пострадавшим, лица, проводящие обучение по

оказанию первой помощи пострадавшим; специалисты по охране труда; педагогические работники.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименования тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	в том числе		
			Л.	П.З.	
1.	Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи.	2 ч.	2 ч.	–	–
2.	Оказание первой помощи при отсутствии сознания	2 ч.	1 ч.	1 ч.	Текущий контроль в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ.
3.	Оказание первой помощи при нарушении проходимости дыхательных путей инородным телом и иные угрожающие жизни и здоровью нарушения дыхания	2 ч.	1 ч.	1 ч.	Текущий контроль в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ.
4.	Оказание первой помощи при остановке дыхания и (или) остановке кровообращения	1 ч.	1 ч.	–	Текущий контроль (тестирование)
5.	Оказание первой помощи при наружных кровотечениях	1 ч.	1 ч.	–	Текущий контроль (тестирование)

6.	Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения	2 ч.	1 ч.	1 ч.	Текущий контроль в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ.
7.	Оказание первой помощи при отравлении	1 ч.	1 ч.	–	Текущий контроль (тестирование)
8.	Оказание первой помощи при укусах или ужаливаниях ядовитых животных	1 ч.	1 ч.	–	Текущий контроль (тестирование)
9.	Оказание первой помощи при судорожных приступах, сопровождающийся потерей сознания	1 ч.	1 ч.	–	Текущий контроль (тестирование)
10.	Оказание первой помощи при острых психологических реакциях на стресс	1 ч.	1 ч.	–	Текущий контроль (тестирование)
11.	Итоговый контроль.	2 ч.	–	2 ч.	Экзамен
	Итого:	16 ч.	11 ч.	5 ч.	

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

### **Тема 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи.**

*Теоретическое занятие по теме 1.*

Организация оказания первой помощи в Российской Федерации. Нормативно-правовая база, определяющая права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи.

Понятие «первая помощь». Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, перечень мероприятий по ее оказанию.

Современные наборы средств и устройств, используемые для оказания первой помощи (аптечка первой помощи (автомобильная), аптечка для оказания первой помощи работникам и др.) Основные компоненты, их назначение.

Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших. Соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (возможные факторы риска, их устранение). Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся при непосредственном контакте с человеком, его кровью и другими биологическими жидкостями.

Основные правила вызова скорой медицинской помощи и других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь.

### **Тема 2. Оказание первой помощи при отсутствии сознания.**

*Теоретическое занятие по теме 2.*

Основные признаки жизни у пострадавшего. Способы проверки сознания. Современный алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации (СЛР). Ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий. Показания к прекращению СЛР. Мероприятия, выполняемые после прекращения СЛР.

Особенности СЛР у детей.

*Практическое занятие по теме 2.*

Оценка обстановки на месте происшествия.

Отработка навыков определения сознания у пострадавшего.

Выполнение алгоритма сердечно-легочной реанимации.

### **Тема 3. Оказание первой помощи при нарушении проходимости дыхательных путей инородным телом и иные угрожающие жизни и здоровью нарушения дыхания.**

*Теоретическое занятие по теме 3.*

Причины нарушения дыхания у пострадавшего. Порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом у пострадавших в

сознании, без сознания. Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему, беременной женщине и ребёнку.

*Практическое занятие по теме 3.*

Отработка приёмов восстановления проходимости верхних дыхательных путей. Оценка признаков жизни у пострадавшего.

Отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.

Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб.

#### **Тема 4. Оказание первой помощи при остановке дыхания и (или) остановке кровообращения.**

*Теоретическое занятие по теме 4.*

Причины нарушения дыхания и кровообращения. Признаки остановки кровообращения. Приемы СЛР.

Рассмотрение приемов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств искусственного дыхания. Рассмотрение приемов СЛР. Рассмотрение приёмов давления руками на грудину пострадавшего. Рассмотрение приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение.

#### **Тема 5. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях.**

*Теоретическое занятие по теме 5.*

Цель и порядок выполнения обзорного осмотра пострадавшего.

Понятия «кровотечение», «острая кровопотеря». Признаки различных видов наружного кровотечения (артериального, венозного, капиллярного, смешанного). Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки.

Оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Понятие о травматическом шоке, причины и признаки. Мероприятия, предупреждающие развитие травматического шока.

#### **Тема 6. Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения.**

*Теоретическое занятие по теме 6.*

Цель и последовательность подробного осмотра пострадавшего. Основные состояния, с которыми может столкнуться участник оказания первой помощи.

Травмы головы. Оказание первой помощи. Особенности ранений волосистой части головы. Особенности оказания первой помощи при травмах глаза и носа.

Травмы шеи, оказание первой помощи. Временная остановка наружного кровотечения при травмах шеи. Фиксация шейного отдела позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием медицинских изделий).

Травмы груди, оказание первой помощи. Основные проявления травмы груди, особенности наложения повязок при травме груди, наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки. Особенности наложения повязки на рану груди с инородным телом.

Травмы живота и таза, основные проявления. Оказание первой помощи.

Закрытая травма живота с признаками внутреннего кровотечения. Оказание первой помощи. Особенности наложения повязок на рану при выпадении органов брюшной полости, при наличии инородного тела в ране.

Травмы конечностей, оказание первой помощи. Понятие «иммобилизация». Способы иммобилизации при травме конечностей.

Травмы позвоночника. Оказание первой помощи.

Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация, с использованием медицинских изделий).

Виды ожогов, их признаки. Понятие о поверхностных и глубоких ожогах. Ожог верхних дыхательных путей, основные проявления. Оказание первой помощи.

Перегревание, факторы, способствующие его развитию. Основные проявления, оказание первой помощи.

Холодовая травма, ее виды. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), отморожения, оказание первой помощи.

Отравления, пути попадания ядов в организм. Признаки острого отравления. Оказание первой помощи при попадании отравляющих веществ в организм через дыхательные пути, пищеварительный тракт, через кожу.

Способы контроля состояния пострадавшего, находящегося в сознании, без сознания.

Принципы передачи пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь.

Термоизолирующая повязка при отморожениях.

*Практическое занятие по теме 6.*

Экстренное извлечение пострадавшего из труднодоступного места, обработка основных приёмов (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).

Приемы перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи. Отработка приемов переноски пострадавших с травмами головы, шеи, груди, живота, таза, конечностей и позвоночника.

Отработка приемов фиксации шейного отдела позвоночника.

Приемы наложения повязок при ожогах различных областей тела. Применение местного охлаждения.

### **Тема 7. Оказание первой помощи при отравлении.**

*Теоретическое занятие по теме 7.*

Признаки острого отравления. Основные проявления отравлений. Общие принципы оказания первой помощи при отравлении. Пути попадания ядов в организм. Первая помощь при отравлении через рот, через дыхательные пути, через кожу. Первая помощь при отсутствии сознания.

### **Тема 8. Укусы или ужаливания ядовитых животных.**

*Теоретическое занятие по теме 8.*

Цель и порядок выполнения обзорного осмотра пострадавшего.

Определение типа животного. Понятия «бешенство», «анафилактический шок».

Оказание первой помощи в зависимости от типа животного: насекомые (пчелы, осы, шмели, шершни), змеи, клещи, медузы, звери (кошки, собаки и т.д.).

### **Тема 9. Оказание первой помощи при судорожных приступах, сопровождающийся потерей сознания.**

*Теоретическое занятие по теме 9.*

Виды судорог. Физиологические и патологические причины судорог. Первая помощь при судорожном приступе. Понятие эпилепсии. Оказание первой помощи при эпилептическом приступе.

### **Тема 10. Оказание первой помощи при острых психологических реакциях на стресс.**

*Теоретическое занятие по теме 10.*

Психологическая поддержка. Цели оказания психологической поддержки. Общие принципы общения с пострадавшими, простые приемы их психологической поддержки. Отработка приемов оказания психологической поддержки пострадавшим при различных острых стрессовых реакциях. Способы самопомощи в экстремальных ситуациях.

### **Тема 11. Итоговый контроль. Проверка знаний. Консультирование, тестирование, экзамен.**

Экзамен в форме решения ситуационных задач с использованием наглядных пособий и условных пострадавших.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Справочник специалиста по охране труда: режим доступа: <https://e.otruda.ru/>
2. Чеботарева А.С. Инструкция по охране труда по оказанию первой помощи при возникновении несчастных случаев. – Tobольск: «Тобольский медицинский колледж имени В. Солдатова», 2023. – 39 с.
3. Федерального закона от 25.12.2023 N 625-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
4. Постановление Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда» (ред. от 12.06.2024).
5. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 26.04.2024 № 207н «Об утверждении требований к комплектации аптечек и упаковок для оказания первой помощи с применением медицинских изделий сотрудниками полиции» (Зарегистрирован 29.05.2024 № 78308).