



جمعیت هلال احمر
معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

دستورالعمل برگزاری
دوره آموزش حضوری
کمک‌های اولیه

معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

دفتر امور آموزش عمومی، پایه و همگانی

گروه مطالعات و برنامه‌ریزی

خرداد ۹۵

تعریف دوره

دوره آموزش حضوری کمک‌های اولیه به دوره‌ای اطلاق می‌شود که فراگیر در کلاسهای نظری و عملی آن حضور می‌یابد. این دوره که ویژگی‌های آن در زیر آمده است، از این پس جایگزین دوره امداد و کمک‌های اولیه (۳۵ ساعته) شده و از کلیه امتیازات آن برخوردار می‌شود.

اهداف کلی

- ۱- ارتقای میزان آگاهی عموم مردم در زمینه کمک‌های اولیه
- ۲- تقویت مهارت‌های عموم مردم در زمینه کمک‌های اولیه

هدف اختصاصی

آموزش حداقل ۱/۰۰۰/۰۰۰ در سراسر کشور در ۱۳۹۵ (براساس سهمیه تعیین شده برای هر استان)

آموزش دهندگان

کلیه افراد واجد شرایط دارای گواهینامه مربیگری معتبر

آموزش گیرندگان

کلیه افراد بالای ۱۵ سال

زمان

برگزاری دوره در طول سال

مکان آموزش

شعب جمعیت هلال احمر سراسر کشور و سایر مراکز آموزشی واجد شرایط

سرفصل‌ها آموزشی

ردیف	سرفصل	ریز سرفصل	ساعات آموزشی		
			نظری	عملی	جمع
۱	کمک‌های اولیه و اهداف آن	<ul style="list-style-type: none"> - تعریف کمک‌های اولیه - اهداف کمک‌های اولیه - بیان مثال 	۳۰ دقیقه	-	۳۰ دقیقه
۲	اصول ایمنی و قانونی در کمک‌های اولیه	<ul style="list-style-type: none"> - ارزیابی صحنه حادثه (در حوادثی مانند تصادفات، سقوط، غرق‌شدگی، انفجار و...) - کسب رضایت - اصول حفاظت فردی 	۶۰ دقیقه	-	۶۰ دقیقه
۳	روش مواجهه با مصدوم	<ul style="list-style-type: none"> - ارزیابی مقدماتی (ارزیابی هوشیاری به روش AVPU، تنفس) - ارزیابی کامل (شرح حال، بررسی مکانیسم آسیب، معاینات بالینی) - وضعیت بهبودی (ریکاوری) 	۴۵ دقیقه	۳۰ دقیقه	۷۵ دقیقه
۴	خفگی‌ها	<ul style="list-style-type: none"> - آشنایی با سیستم تنفس - خفگی با جسم خارجی در بزرگسالان و اقدامات و موارد ممنوعیت - خفگی با جسم خارجی در کودکان و اقدامات - خفگی با جسم خارجی در شیرخواران و اقدامات - تمرین عملی فراگیران 	۳۰ دقیقه	۴۵ دقیقه	۷۵ دقیقه
۵	احیای قلبی-ریوی (CPR)	<ul style="list-style-type: none"> - تعریف ایست قلبی - علائم ایست قلبی - زنجیره حیات - احیاء در بزرگسالان و کودکان و نوزادان - شرایط قطع CPR - تمرین عملی فراگیران - غرق‌شدگی 	۹۰ دقیقه	۹۰ دقیقه	۱۸۰ دقیقه
۶	خونریزی	<ul style="list-style-type: none"> - تعریف خونریزی و انواع آن - نشانه و علائم خونریزی داخلی و تأکید در انتقال - خونریزی‌های شایع (فرق سر، بینی، گوش، دهان، اندام‌ها، زخم‌کننده، جسم فرورفته) - عضو قطع شده - اقدامات اولیه و روش‌های کنترل - خونریزی‌های زیرجلدی - آسیب چشم 	۱۸۰ دقیقه	-	۱۸۰ دقیقه
۷	پانسمان	<ul style="list-style-type: none"> - تعریف پانسمان - خصوصیات پانسمان - شستشوی زخم - روش انجام پانسمان و تثبیت آن 	۱۰ دقیقه	۲۰ دقیقه	۳۰ دقیقه
۸	آسیب‌های استخوانی، مفصلی و عضلانی	<ul style="list-style-type: none"> - تعریف آسیب‌های اسکلتی، مفصلی و عضلانی - علائم، نشانه‌ها و اقدامات اولیه عمومی در آسیب‌های استخوانی - آسیب‌های استخوانی (اندام‌ها، لگن، ستون فقرات) - در رفتگی: علائم، نشانه‌ها و اقدامات اولیه - پیچ خوردگی: علائم، نشانه‌ها و اقدامات اولیه - انواع آسیب‌های عضلانی (کشیدگی، گرفتگی): علائم، نشانه‌ها و اقدامات اولیه 	۶۰ دقیقه	-	۶۰ دقیقه

۹	بانداز	<ul style="list-style-type: none"> - تعریف بانداز - اصول کلی بانداز - بانداز نواری ساده، ساعد، مچ دست، آرنج، انگشت، عضو قطع شده - بانداز سه گوش: آویز گردن، بالابرنده، دست سوخته - تمرین عملی فراگیران 	۳۰ دقیقه	۶۰ دقیقه	۹۰ دقیقه
۱۰	آتل بندی	<ul style="list-style-type: none"> - تعریف آتل، اصول آتل بندی - انواع آتل و نحوه به کارگیری (آتل نرم مچ پا، آتل خودی، آتل اندام‌ها) - تمرین عملی توسط فراگیران 	۳۰ دقیقه	۶۰ دقیقه	۹۰ دقیقه
۱۱	حمل مصدوم	<ul style="list-style-type: none"> - تعریف حمل مصدوم - اقدامات در حمل و وضعیت بدن امدادگر و مصدوم هنگام حمل - قوانین و عوامل موثر درانتقال مصدوم - انواع روش‌های حمل یک نفره (کششی، آتش نشانی، کولی) - انواع روش‌های حمل دو نفره (چهار مچ، دو مچ، صندلی، زنبه‌ای) - تمرین عملی فراگیران 	۱۵ دقیقه	۶۰ دقیقه	۷۵ دقیقه
۱۲	فوریت‌های پزشکی	<ul style="list-style-type: none"> - سکنه مغزی - سکنه قلبی، آنژین صدری - آسم - غش - تشنج - دیابت - آسیب به سر - مسمومیت با مواد مخدر - شوک (علائم و نشانه‌های عمومی، عوامل ایجاد کننده، بررسی نبض) - خونریزی داخلی (تأکید بر سرعت در انتقال) - اسهال و استفراغ 	۱۸۰ دقیقه	-	۱۸۰ دقیقه
۱۳	مسمومیت‌ها نیش و گزش و گازگرفتگی	<ul style="list-style-type: none"> - مسمومیت گوارشی (الکل، اسیدها و بازها، مواد غذایی و...)، علائم و اقدامات آن - مسمومیت تنفسی با منوکسید کربن: علائم و اقدامات آن - گزش (مار، عقرب، زنبور): علائم و اقدامات آن - گازگرفتگی سگ و گربه 	۹۰ دقیقه	-	۹۰ دقیقه
۱۴	سوختگی‌ها	<ul style="list-style-type: none"> - تعریف سوختگی - اقدامات اولیه و پانسمان سوختگی - سوختگی‌های خطرناک - انواع خاص سوختگی شامل سوختگی راه‌هوایی، سوختگی الکتریکی، سوختگی شیمیایی و سوختگی چشم، و اقدامات مربوط به هر کدام 	۷۵ دقیقه	-	۷۵ دقیقه
۱۵	آسیب‌های ناشی از گرما و سرما	<ul style="list-style-type: none"> - اختلالات مرتبط با سرما (کاهش دمای بدن، یخ‌زدگی) و اقدامات آن - اختلالات مرتبط با گرما (خستگی گرمایی، گرمازدگی) و اقدامات آن 	۳۰ دقیقه	-	۳۰ دقیقه
جمع			۹۵۵	۳۶۵	۱۳۲۰
جمع ساعات آموزشی			۲۲ ساعت		
			-	-	-

منبع آموزشی

منبع آموزشی سرفصل‌ها، در منوی «کمک‌های اولیه» پایگاه «خانواده آماده در مخاطرات (خادم)» به آدرس www.khadem.ir قابل دسترس است.

مراحل اجرا

- ۱- اطلاع رسانی و فراخوان به منظور ثبت نام و شرکت در دوره‌ها از طرق مختلف (پارچه‌نویسی، توزیع تراکت، رسانه‌های محلی و)
- ۲- مراجعه فراگیران به مراکز آموزشی و شعب جمعیت هلال‌احمر محل سکونت خود، تکمیل فرم ثبت نام (طبق فرم ثبت نام پیوست) و ارائه مدارک (تصویر کارت ملی و شناسنامه و یک قطعه عکس) جهت تشکیل پرونده آموزشی.
- ۳- برنامه‌ریزی و تعیین نوبت جهت حضور ثبت‌نام‌کنندگان برای شرکت در دوره، [طبق لیست افراد شرکت کننده پیوست].
- ۴- برگزاری دوره آموزشی
- ۵- تعیین زمان برگزاری آزمون کتبی و عملی
- ۶- صدور گواهینامه برای پذیرفته‌شدگان در آزمون.

تذکرات مهم

- آزمون دوره، شامل دو مرحله کتبی و عملی است.
- سؤالات آزمون کتبی، توسط کمیته‌ای ۵ نفره متشکل از مربیان مشارکت‌کننده در اجرای دوره‌ها (به انتخاب رئیس شعبه)، به صورت محرمانه طرح شود و در اختیار رئیس شعبه قرار گیرد.
- حداکثر تعداد افراد شرکت کننده در هر کلاس ۲۵ نفر است.
- کلاس‌های آموزشی باید دارای حداقل امکانات آموزشی و کمک آموزشی لازم باشند.
- مجموع نمرات آزمون کتبی و عملی، ۲۰ می‌باشد که ۱۰ نمره آن مربوط به آزمون کتبی و ۱۰ نمره دیگر مربوط به آزمون عملی است.
- حداقل نمره کسب شده (نمره آزمون کتبی + نمره آزمون عملی)، جهت صدور گواهینامه ۱۴ است. (نمونه گواهینامه به پیوست است.)
- هزینه صدور گواهینامه برای هر یک از فراگیران، مبلغ ۱۵/۰۰۰ تومان است که توسط پذیرفته‌شدگان بایستی طی فیش بانکی به حساب شعبه جمعیت هلال‌احمر شهرستان مربوط واریز شود.
- مبنای محاسبه حق‌التدریس مربیان (بر اساس آخرین دستورالعمل مربوط)، با توجه به ساعات صرف شده برای حضور در آزمون و تصحیح اوراق، ۲۷ ساعت است.

نظارت

نظارت بر حسن اجرای کلیه مراحل در شعب استان، بر عهده معاون آموزش و پژوهش استان است.

گزارش برگزاری دوره

گزارش برگزاری دوره‌ها بر اساس فرم گزارش عملکرد آموزش همگانی کمک‌های اولیه حضوری (فرم گزارش شعبه به استان و استان به ستاد) در قالب *Excel*، پیوست این دستورالعمل است. گزارش استان به ستاد، در پایان هر فصل، به دفتر امور آموزش عمومی، پایه و همگانی معاونت آموزش، پژوهش و فناوری ارسال شود.

توجه:

منتخبی از عکس‌ها و فیلم‌ها، شامل کلیه مراحل برگزاری دوره (فراخوان و اطلاع‌رسانی، ثبت‌نام، برگزاری دوره عملی، آزمون کتبی و عملی)، با مشخصات زیر، از طرف شعبه به استان ارسال شود. استان از بین عکس‌های ارسالی، مناسب‌ترین عکس‌ها را با مشخصات زیر و همچنین با استفاده از فیلم‌های ارسالی، یک کلیپ ۹۰ ثانیه‌ای با مشخصات زیر را تهیه و به ستاد ارسال نماید. بهترین عکس‌ها و کلیپ‌ها بر روی پایگاه اینترنتی خادم قرار خواهد گرفت.

- مشخصات عکس‌ها:

فرمت *JPEG* با حجم حداکثر ۵ مگابایت و عرض حداقل ۸۰۰ پیکسل (عکس دارای عنوان، تاریخ و نام عکاس باشد مثلاً: فراخوان دوره آموزش حضوری کمک‌های اولیه، شعبه خرداد ۹۵- عکاس:)

- مشخصات فیلم‌ها:

فرمت *MP4*، زمان ۴۵ تا ۹۰ ثانیه، حجم حداکثر ۱۵ مگابایت.