

<b>Õppekava nimetus</b>	Esmaabi väljaõppe koolitus
<b>Õppekava rühm</b>	Töötervishoid ja -kaitse
<b>Õppe maht ja ülesehitus</b>	16 akadeemilist tundi
<b>Õppekava koostamise alused</b>	EV Sotsiaalministeeriumi määrusega nr 50 (22.11.2018) <a href="https://www.riigiteataja.ee/akt/127112018015">https://www.riigiteataja.ee/akt/127112018015</a>
<b>Õppe alustamise tingimused</b>	Täisealine isik
<b>Sihtgrupp</b>	Esmaabiandja ettevõttes
<b>Eesmärk</b>	Põhiteadmiste ja praktiliste oskuste andmine kannatanu elu päästmiseks õnnetusjuhtumi korral ning esmaabi osutamiseks.
<b>Õpiväljundid</b>	<p><u>Koolituse läbinu:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ hindab kannatanu seisundit ja valib õige esmaabi andmise taktika;</li> <li>○ kasutab kannatanu seisundist lähtuvalt õigeid esmaabivahendeid ja – võtteid;</li> <li>○ arvestab esmaabi andmisel enda ja teiste turvalisusega</li> </ul>
<b>Õppesisu</b>	<p><u>Koolitusel käsitletavat teemad:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ esmaabi olemus ja üldpõhimõtted, välistingimustes abiandmise iseärasused, edasise tervisekahju ennetamine;</li> <li>○ õnnetusolukorra hindamine, õnnetusolukorras tegutsemine (sealhulgas paanikaga toimetulek) ja hädaabi kutsumine;</li> <li>○ kannatanu seisundi hindamine (sh. kannatanu asendi muutmisega seotud ohud);</li> <li>○ eluohtlikud seisundid, nende äratundmine ja hädavajalikud tegevused (sh. infarkti, insuldi ja kopsuvigastuse korral);</li> <li>○ esmaabi teadvusetuse korral – vabade hingamisteede tagamine, hapnikupuudusest põhjustatud ajukahjustuse ennetamine, võõrkeha eemaldamine hingamisteedest</li> <li>○ elustamine (sh. elustamisaparaadi AED kasutamine);</li> <li>○ esmaabi vigastuste korral – keha pindmised ja sügavad vigastused, sisemised ja välised verejooksud, verejooksu peatamise võtted, haavade sidumise võtted ja reeglid, luumurdudega kaasnevad ohud, lahastamise reeglid ja lahastamisega seotud ohud, liigesetraumad (sh. nihestused ja nikastused), erinevate kehaosade põrutused ja muljumised, silmakahjustused;</li> <li>○ esmaabi uppumise, mürgistuse, söövituse, põletuse, külmakahjustuse ja elektrilöögi korral;</li> <li>○ meditsiinilise šoki olemus ja šokiseisundis kannatanu abistamine;</li> <li>○ esmaabi äkkaigestumise (näiteks epilepsiahoog, diabeetiline kooma, anafülaktiline šokk, minestus, astmahoog, kõhuvalu) korral;</li> <li>○ esmaabivahendite valik ja kasutamine töökohal.</li> </ul>
<b>Õppemeetodid</b>	Loeng, praktilised käelised tegevused.
<b>Õppematerjalid</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Liiger, M., Levit, M. (2001) Esmaabi käsiraamat. K-Kirjastus Töötervishoiu- ja tööohutuselase väljaõppe ja täiendõppe kord <a href="https://www.riigiteataja.ee/akt/23105">https://www.riigiteataja.ee/akt/23105</a></li> <li>○ Pukk, K., Lehtmets, A. jt. (2010). Elupäästev esmaabi vigastuste korral (brošüür).</li> </ul>
<b>Iseseisev töö</b>	-
<b>Õppe lõpetamise tingimused</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Osavõtt vähemalt 100% auditoorsetest tundidest;</li> <li>○ Hindamismeetod: õppija on sooritanud kirjaliku testi.</li> <li>○ Hindamiskriteerium: positiivseks soorituseks vajalik 90% õigeid vastuseid.</li> </ul>
<b>Väljastatavad dokumendid</b>	<p>Koolitusel osalejale väljastatakse</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ tunnistus, kui õpingute lõpetamise nõuded on täidetud</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>o tõend, kui õppija võttis osa õppetööst, kuid ei saavutanud õpitulemusi. Tõend väljastatakse läbitud teemade ja osaletud kontakttundide kohta.</li> </ul>
<b>Koolitajate kvalifikatsioon</b>	Kõrgharidus ja töökogemus õpetatavas valdkonnas. Kõik esmaabikoolitajad omavad esmaabiõpetaja tunnistust ning on registreeritud tervishoiutöötajate registris.
<b>Õppemaksu tasumise kord</b>	Õppemaks tasutakse enne kursuse algust esitatud arve alusel. Eesti Töötukassa koolituskaardiga osalevate õppijate puhul vastavalt kokkuleppele.
<b>Õppekeskkond</b>	<a href="https://jako.ee/oppekorraldus/oppetoo-kvaliteet/">https://jako.ee/oppekorraldus/oppetoo-kvaliteet/</a>
<b>Kvaliteedi tagamise tingimused ja kord</b>	<a href="https://jako.ee/oppekorraldus/oppetoo-kvaliteet/">https://jako.ee/oppekorraldus/oppetoo-kvaliteet/</a> <a href="https://jako.ee/oppekorraldus/oppekorralduse-alused/">https://jako.ee/oppekorraldus/oppekorralduse-alused/</a>
<b>Vaidluste lahendaise kord</b>	<a href="https://jako.ee/oppekorraldus/oppekorralduse-alused/">https://jako.ee/oppekorraldus/oppekorralduse-alused/</a>
<b>Õppekava kinnitamise aeg</b>	02.12.2019