První pomoc

Kód a název oboru vzdělání: 53-41-M/03 Praktická sestra

Název školy: Gymnázium a SOŠZE Vyškov, příspěvková organizace

Název ŠVP: Praktická sestra

Forma vzdělání: denní

Celkový počet hodin za studium: 68

Datum platnosti od: 1. 9. 2023

**Pojetí vyučovacího předmětu**

Obecné cíle

Obecným cílem předmětu je seznámení s principy první pomoci, s fungováním jednotného záchranného systému, vytváření systému vědomostí, znalostí a dovedností v rámci poskytování první pomoci, naučit žáky pohotově reagovat a správně postupovat v situacích ohrožujících život, a to nejen v nemocničním prostředí, ale i v terénu, s pomůckami i bez pomůcek.

Předmět dále učí, jak reagovat při živelních katastrofách, teroristických útocích a jiných mimořádných situacích. Cíl předmětu vyplývá z povinnosti zdravotnického pracovníka poskytnout neprodleně první pomoc každému, jestliže by bez této pomoci byl ohrožen jeho život nebo bylo vážně ohroženo zdraví.

Charakteristika učiva

Předmět *první pomoc* je vyučován v prvním ročníku v rozsahu 2 vyučovacích hodin týdně (tj. 68 hodin celkem). Učivo vychází z okruhů *vzdělávání pro zdraví a základ pro poskytování ošetřovatelské péče RVP.* Žáci se zde seznamují s obecnou první pomocí, což zahrnuje definici základních pojmů (základní životní funkce, resuscitace, smrt), informace o integrovaném záchranném systému, aktivaci jednotlivých složek a zvládnutí obvazové techniky, která je důležitá jak pro první pomoc v terénu, tak i pro ošetření nemocného v nemocnici. Důležitým tematickým celkem je neodkladná resuscitace, žáci si prakticky nacvičují kardiopulmonální resuscitaci bez pomůcek i s nimi. Dalšími tematickými celky jsou polohování a transport zraněných, bezvědomí, krvácení a ošetření ran. Úkolem každého tematického celku je probrat možná vzniklá zranění. Patří sem poranění hlavy a páteře, břicha a hrudníku, poranění kostí a kloubů, poranění oka, překotný porod, polytrauma, nácvik řešení situace při hromadném neštěstí, specifická poranění, náhlé interní stavy. Žáci si u každého jednotlivého poranění osvojí teoretický postup, který následně prakticky nacvičí bez pomůcek i s pomůckami a orientačně se seznámí s možnostmi ošetření při příjezdu zdravotnické záchranné služby.

Pojetí výuky

Předmět *první pomoc* je teoreticko-praktický předmět. Výuka je organizována v učebně první pomoci, kde se nacházejí veškeré potřebné pomůcky k nácviku první pomoci. Výuka je realizována výkladem a praktickými ukázkami učitele. Z vyučovacích forem převládá cvičení jednotlivých postupů v modelových situacích. Výuka je doplněna vhodnými didaktickými pomůckami. Uplatňuje se také řízená diskuse mezi skupinami na uvedené téma.

Hodnocení výsledků žáka

Žáci jsou hodnoceni v souladu s platným Klasifikačním řádem školy. Slovní hodnocení, sebehodnocení a kolektivní hodnocení se zařazuje při práci v týmu a při řízené diskusi na dané téma. Při písemném, ústním a praktickém zkoušení je kladen důraz na porozumění učivu a aplikaci teoretických a praktických poznatků na konkrétní modelové situace. Během výuky se hodnotí aktivita žáka v hodině, spolupráce s učitelem a spolužáky i domácí příprava na hodinu.

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí, průřezových témat a mezipředměto­vých vztahů

Žáci jsou v rámci výuky první pomoci směřováni k rozvíjení dovedností řešit problémy, tzn. orientovat se v situacích ohrožení života a správně a pohotově poskytnout první pomoc nejen laickou, ale i odbornou. Výuka podporuje rozvoj personálních kompetencí žáků,   
a to správně odhadnout své schopnosti a možnosti, jednat odpovědně a samostatně.

Rozvíjené klíčové kompetence:

* **kompetence k učení,** tzn., žákformuluje myšlenky srozumitelně a souvisle, v písemné podobě přehledně a správně, pracuje s literaturou a různými zdroji informací, řeší problémové situace, je motivován k dalšímu studiu;
* **občanské kompetence,** tzn.,žákjedná odpovědně, samostatně, aktivně nejen ve vlastním zájmu, ale i pro zájem veřejný; jedná v souladu s morálními principy, přispívá k uplatňování hodnot demokracie; spolupracuje s ostatními;
* **komunikativní kompetence,** tzn., žák se vyjadřuje přiměřeně, srozumitelně a souvisle v projevech mluvených i psaných a vhodně se prezentuje; účastní se aktivně diskuzí, formuluje a obhajuje své názory a postoje, respektuje názory druhých; vyjadřuje se a vystupuje v souladu se zásadami kultury projevu chování;
* **odborné kompetence,** tzn., žáksi uvědomuje význam PP a její využití ve volném čase a chápe bezpečnost práce jako součást péče o zdraví své i spolupracovníků; dodržuje příslušné právní a hygienické předpisy a zásady.

Rozvíjená průřezová témata:

Člověk a svět práce

* žák jedná s lidmi, diskutuje o citlivých otázkách, hledá kompromisní řešení; má vhodnou míru sebevědomí, sebeodpovědnosti a schopnosti morálního úsudku; uvědomuje si zodpovědnost za vlastní život a zdraví i za životy a zdraví jiných lidí; uvědomuje si význam vzdělání pro život; je motivován k aktivnímu pracovnímu životu a úspěšné kariéře; uvědomuje si důležitost prevence; poznává problematiku závislostí

Člověk a životní prostředí

* žák je veden k poznávání světa a pochopení jeho zákonitostí; chápe význam životního prostředí pro člověka; ochrany a bezpečnosti zdraví při práci, zdravého životního stylu;

Člověk a svět práce

* žák získá znalosti a zkušenosti důležité pro uplatnění na trhu práce; je motivován k aktivnímu pracovnímu životu a úspěšné kariéře;

Člověk a digitální svět

* žák je veden k soustavnému rozvíjení svých dovednosti od ovládání základních digitálních zařízení až po tvorbu digitálního obsahu, práci s daty a efektivní komunikaci online

Rozvíjení mezipředmětových vztahů:

V předmětu *první pomoc* se uplatňují mezipředmětové vztahy se somatologií, výchovou ke zdraví, odbornou latinskou terminologií, klinickou propedeutikou, občanskou výchovou, psychologií a komunikací, matematikou, fyzikou, chemií, ošetřovatelstvím a ošetřováním nemocných.

**Rámcový rozpis učiva**

První pomoc – 1. ročník – 2 hodiny týdně – 68 vyučovacích hodin

|  |  |
| --- | --- |
| **Výsledky vzdělávání** | **Obsah vzdělávání** |
| Žák   * správně používá základní pojmy vztahující se k první pomoci (dále PP); * vyjmenuje linky tísňového volání; * určí složky IZS, popíše způsob aktivace a komunikace v systému; * dokáže komunikovat v systému IZS | 1. Úvod do předmětu  * definice základních pojmů * význam první pomoci * Integrovaný záchranný systém (IZS) * základní složky IZS, jejich kompetence * aktivace IZS   vlastnosti zachránce |
| * popíše, kde se nachází školní lékárna, vyjmenuje její vybavení; * analyzuje základní vybavení domácí lékárny, autolékárny, vysvětlí význam a použití jejích složek; * vysvětlí zásady pro uložení a kontrolu obsahu lékárny | 1. Příruční lékárna  * základní vybavení lékárny v domácnosti a na pracovišti * uložení a kontrola lékárny * autolékárna * význam příruční lékárny |
| * popíše pravidla třídění raněných; * v modelové situaci se orientuje na místě nehody, vyšetřuje a třídí raněné, získává informace a následně je předává IZS | 1. Jednotný postup při poskytování PP  * orientace na místě nehody * posouzení závažnosti situace * třídění raněných * zjišťování základních informací a jejich předání   nácvik modelových situací |
| * vyjmenuje pravidla pro vyprošťování a přenášení postižených; * popíše odsunové prostředky; * objasní důležitost polohování a transportu raněných; * v modelových situacích správně volí polohu a ukládá do ní postiženého | 1. Polohování a transport zraněných  * pravidla a způsoby vyprošťování postižených; * základní polohy při vyšetřování a ošetřování zraněných, jejich indikace * zásady odsunu zraněných * odsunové prostředky, techniky odsunu a přenášení postižených jednou nebo více osobami   nácvik modelových situací |
| * vyjmenuje zásady pro práci s obvazy a jejich přikládání; * popíše rizika spojená s nesprávným přiložením obvazu; * předvede základní druhy otoček; * přikládá různé typy obvazů dle účelu; | 1. Obvazový materiál, technika  * druhy, význam, použití otoček, základy obvazové techniky * šátkové obvazy**:** hlava, horní a dolní končetiny * obinadlové obvazy**:** hlava, horní a dolní končetiny * pružná síťovina**:** hlava, rameno, hrudník, prst * prakové obvazy**:** nos, brada |
| * vymezí pojem neodkladná resuscitace a definuje rozdíly v poskytování KPR u dospělého   a dítěte   * rozliší pomůcky k průchodnosti dýchacích cest a popíše jejich použití; * vysvětlí, jak rozpoznat zástavu dýchání a krevního oběhu, jak zjistit příčiny neprůchodnosti dýchacích cest, nedostatečného dýchání a zástavy dechu; * v modelové situaci předvede správný postup KPR u dospělého   a dítěte;   * používá vhodné pomůcky a osobní ochranné prostředky (rukavice, resuscitační roušku); * v modelové situaci kontaktuje ZZS | 1. Neodkladná resuscitace  * etické aspekty neodkladné resuscitace * poruchy průchodnosti dýchacích cest u dětí a dospělých; * pomůcky k osobní ochraně (resuscitační rouška, dýchací maska s náustkem) * pomůcky k rozšířené neodkladné resuscitaci   nácvik provedení, modelové situace |
| * rozlišuje příčiny a druhy krvácení; * vyjmenuje komplikace spojené s krvácením; * edukuje veřejnost o prevenci úrazů; * vysvětlí nutnost použití prostředků osobní ochrany; * v modelových situacích ošetřuje jednotlivé druhy krvácení; * kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Krvácení  * druhy krvácení; * jednotný postup při poskytování první pomoci u zevního krvácení; * první pomoc při vnitřním krvácení a krvácení z tělních otvorů * nácvik ošetření, modelové situace |
| * popíše příčiny a faktory ovlivňující rozvoj šoku; * rozpozná příznaky šoku; * objasní význam preventivních opatření; * v modelových situacích používá vhodná preventivní protišoková opatření | 1. Šok  * druhy, příčiny a příznaky šoku a následné změny v organizmu * první pomoc u šokových stavů, preventivní protišoková opatření * nácvik modelových situací |
| * vyjmenuje příčiny a příznaky poruch vědomí, rozliší hloubku bezvědomí; * objasní závažnost stavu a význam stálého dohledu u postižených v bezvědomí; * v modelové situaci vyšetří postiženého v bezvědomí, poskytuje PP při kolapsu | 1. Bezvědomí  * vyšetření stavu vědomí, určení kvantitativní poruchy vědomí * vyšetření postiženého v bezvědomí * hodnocení Glasgow coma scale, sledování stavu, záznam informací * poloha v bezvědomí * transport zraněných v bezvědomí * první pomoc při kolapsu |
| * rozliší druh, stupeň, rozsah a závažnost poranění; * popíše postupy ošetřování u jednotlivých úrazů a postižení; * v modelových situacích předvádí postupy ošetřování poranění teplem a chladem, při úpalu a úžehu, dodržuje zásady asepse; * poskytuje první pomoc při popálení, poleptání, poranění elektrickým proudem a při postižení chladem; * kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Poškození teplem, chladem, elektrickým proudem a chemickými látkami  * druhy poškození, stanovení druhu a rozsahu poškození * poskytnutí první pomoci * bezpečnost a ochrana zdraví při poskytování PP při úrazu elektrickým proudem a chemickými látkami * poranění bleskem * ošetření poraněného ZZS * nácvik ošetření, modelové situace |
| * vyjmenuje příčiny vzniku, rozliší jednotlivé druhy ran, popíše jejich příznaky, vysvětlí význam dodržování zásad asepse a antisepse při ošetření rány; * specifikuje rizika spojená se situací při poranění zvířetem; * popíše postup PP a v modelových situacích správně provádí vhodné ošetření podle druhu rány; * kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Rány  * druhy ran (řezná, sečná, střelná, tržná, zhmožděná, exkoriace) * zásady ošetřování jednotlivých typů ran, pomůcky * poranění zvířetem: pokousání, bodnutí hmyzem, kousnutí klíštětem, uštknutí jedovatým hadem   nácvik ošetření, modelové situace |
| * popíše příznaky poranění kostí a kloubů a odvozuje jejich možné komplikace; * správně aplikuje jednotný léčebný postup dle druhu poranění; * uvědomuje si rizika spojená s nevhodným způsobem ošetření; * v modelových situacích využívá dostupné prostředky k ošetřování; * provádí protišoková opatření; * dodržuje zásady asepse u otevřených poranění; * kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Poranění kostí a kloubů  * charakteristika, příčiny, rozdělení * obecný postup při poskytování PP u otevřených a zavřených poranění * ošetření poraněného se zlomeninou lopatky, klíční kosti, pažní kosti, kostí předloktí, drobných kostí zápěstí a ruky, vymknutí kloubů na horní končetině * ošetření poraněného se zlomeninou pánve, stehenní kosti, kostí bérce a nohy, vymknutí kloubů na dolní končetině   nácvik ošetření jednotlivých druhů zlomenin, modelové situace |
| * objasní nejčastější příčiny, popíše příznaky a vyvozuje možné komplikace spojené s poraněním hlavy; * objasní význam ochrany hlavy, v různých situacích * popíše postup PP a v modelových situacích prakticky ošetří jednotlivá poranění; * kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Poranění hlavy a CNS  * mechanismy vzniku poranění * rozdělení * klinické projevy * nejčastější komplikace * zásady poskytování první pomoci * ošetření zdravotnickou záchrannou službou   nácvik ošetření a modelových situací |
| * objasní nejčastější příčiny, popíše příznaky a komplikace spojené s poraněním páteře a míchy; * v modelových situacích správně poskytuje PP a popíše komplikace spojené s nevhodným postupem při ošetřování těchto poranění; * kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Poranění páteře a míchy  * mechanismus vzniku poranění, příznaky, nejčastější komplikace * zásady poskytování PP u poranění krční, hrudní a bederní páteře;   nácvik ošetření v modelových situacích |
| * objasní nejčastější příčiny, specifikuje druhy a popíše příznaky poranění hrudníku; * vyjmenuje rizika spojená s nevhodným postupem PP; * v modelových situacích správně poskytuje PP, kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Poranění hrudníku  * příčiny, závažnost a rozdělení poranění * příznaky poranění hrudníku * zásady poskytování první pomoci * nácvik ošetření   modelové situace |
| * objasní příčiny a popíše příznaky a možné komplikace při poranění břicha a pánve; * v modelových situacích poskytuje PP * při otevřených i zavřených poraněních břicha; * kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Poranění břicha a pánve  * rozdělení poranění, definice, příznaky, možné komplikace * nejčastější náhlé příhody břišní * zásady poskytování první pomoci * modelové situace   polytrauma – charakteristika a příčiny |
| * popíše příznaky a komplikace při akutních stavech v těhotenství; * v modelových situacích poskytuje PP, demonstruje vhodnou polohu, používá vhodné dostupné prostředky pro ošetření rodičky a novorozence; * kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Překotný porod  * zásady PP * nácvik ošetření – krvácení, křeče, překotný porod * modelové situace |
| * objasní příčiny, popíše příznaky a možné komplikace tonutí a oběšení; * v modelových situacích poskytuje PP, popíše rizika spojená s nevhodným postupem PP; * kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Specifická poranění  * tonutí, oběšení * nácvik ošetření   nácvik modelových situací |
| * podle příznaků rozlišuje běžné druhy otrav; * popíše postup poskytování PP při otravách i u postiženého při vědomí i v bezvědomí; * v modelové situaci volí vhodný postup PP; ukládá postižené do vhodné polohy; * využívá dostupné prostředky k ošetřování; * kontaktuje ZZS a podává přesné informace | 1. Akutní otravy  * nejčastější akutní otravy * příčiny, příznaky, komplikace; * zásady poskytování PP při zachovaném vědomí i v bezvědomí |
| * popíše úlohu státu a místní samosprávy při ochraně zdraví a životů obyvatel * dovede rozpoznat hrozící nebezpečí a ví, jak se doporučuje na ně reagovat * vyjmenuje obecné zásady pro případ ohrožení; * rozliší varovné signály; * objasní, jak se chovat při vyhlášení evakuace, průmyslové havárie, živelní pohromy a smogové situace; * popíše vybavení pohotovostního zavazadla; * zasvěceně diskutuje o problematice davové psychózy a agresivního chování; * prokáže dovednosti poskytnutí PP sobě i jiným * objasní úkoly zdravotnických pracovníků, postupy a předpisy k zajištění zdravotní péče a prevence při mimořádných situacích * v souladu se standardy objasní a prakticky předvede postupy při poskytování první pomoci | 1. První pomoc při mimořádných událostech  * zásady jednání v situacích osobního ohrožení a za mimořádných událostí * osobní život a zdraví ohrožující situace * mimořádné události (živelné pohromy, havárie, krizové situace aj.) * základní úkoly ochrany obyvatelstva   (varování, evakuace)   * varovné signály, pohotovostní zavazadlo * nezbytné opatření při havárii s únikem chemických látek, radioaktivních látek, při živelních pohromách, zásahu biologickými zbraněmi, válečném stavu, smogové situaci * prostředky individuální ochrany * poranění při hromadném zasažení obyvatel   stavy bezprostředně ohrožující život |