

عنوان درس : کمک های اولیه
مخاطبان: دانشجویان ترم دوم کارشناسی پیوسته بهداشت حرفه ای
تعداد واحد: (یا سهم استاد از واحد) ۲ واحد (۱ نظری - ۱ عملی) ساعت پاسخگویی به سوالات فراگیر: دوشنبه ها ۲-۱۲
زمان ارائه درس: روز، ساعت و نیمسال تحصیلی: نیمسال اول ۴۰۴-۴۰۵، دو شنبه ها ۸-۱۰ مدرس: دکتر گودرزی
درس و پیش نیاز: فیزیولوژی و کالبد شناسی

هدف کلی درس : فراگیری اصول و روشهای کمک رسانی و کسب مهارتهای لازم در برخورد اولیه با بیماران اورژانسی در محل کار و حادثه ، قبل از دسترسی به خدمات اورژانس پیش بیمارستانی.

اهداف کلی جلسات : (جهت هر جلسه یک هدف)

- ۱- آشنایی دانشجویان با مبانی و اهمیت کمک های اولیه در محیط کار، شرایط بحرانی، مشخصات و خصوصیات فرد امدادگر و بررسی و شناخت بیمار آسیب دیده، وظایف اخلاقی در خدمات پیش بیمارستانی، کنترل شرایط پراسترس، وظایف نسبت به مصدوم و بستگان و موانع و مشکلات موجود در بررسی بیمار.
- ۲- آشنایی دانشجویان با روند اندازه گیری علائم حیاتی و تریاژ.
- ۳- آشنایی دانشجویان تعاریف و مفاهیم اختلالات تنفسی، کمک های اولیه در اجسام خارجی، علل ایست تنفسی، علل و انواع انسداد راه هوایی، مانورهای باز کردن راه هوایی و روشهای تنفس مصنوعی در بزرگسالان، اطفال و نوزادان
- ۴- آشنایی دانشجویان با تعاریف و علل و علائم ایست قلبی، نحوه انجام ماساژ قلبی و اقدامات اولیه جهت تثبیت و برقراری گردش خون در نوزادان، کودکان و بزرگسالان.
- ۵- آشنایی دانشجویان با تعریف زخم، انواع زخم و روشهای مراقبتي در هریک از آنها، تعاریف خونریزی، انواع خونریزی و اقدامات اولیه در مصدوم دچار قطع عضو و خونریزی، انواع شوک، و اقدامات اولیه در بیمار دچار شوک، غرق شدگی ها و برق گرفتگی.
- ۶- آشنایی دانشجویان با تعاریف، دسته بندی، علل، علائم و اقدامات اولیه در شکستگی ها، در رفتگی ها و انواع آسیب های عضلانی (آتل بندی و اصول جابجایی و نحوه انتقال).
- ۷- آشنایی دانشجویان با تعاریف، علل، علائم و اقدامات اولیه در فوریت های محیطی مربوط به گرما و سرما (گرم زدگی، آفتاب زدگی، سرما زدگی و یخ زدگی، سوختگی (حرارتی، شیمیایی، الکتریکی و...).
- ۸- آشنایی دانشجویان با تعاریف، دسته بندی، علائم بالینی، عوارض و اقدامات اولیه در انواع مسمومیت های استنشاقی و نیش حشرات و مار گزیدگی.

اهداف ویژه به تفکیک اهداف کلی هر جلسه:

هدف کلی جلسه اول: آشنایی دانشجویان با مبانی و اهمیت کمک های اولیه در محیط کار، شرایط بحرانی، مشخصات و خصوصیات فرد امدادگر و بررسی و شناخت بیمار آسیب دیده، وظایف اخلاقی در خدمات پیش بیمارستانی، کنترل شرایط پراسترس، وظایف نسبت به مصدوم و بستگان و موانع و مشکلات موجود در بررسی بیمار.

اهداف ویژه جلسه اول:

در پایان دانشجو قادر باشد

- ۱-۱- شرایط بحرانی را در یک سطر توصیف نماید.
- ۲-۱- شرایط و خصوصیات امدادگر را نام ببرد.
- ۳-۱- نحوه برخورد اولیه با بیماران نیازمند به کمک های اولیه را بیان کند.
- ۴-۱- وظایف اخلاقی در کمک های اولیه به بیماران را توضیح دهد.
- ۵-۱- نحوه کنترل شرایط پراسترس را در حوادث بیان نماید.
- ۶-۱- نحوه بررسی بیماران آسیب دیده را توضیح دهد.
- ۷-۱- نحوه مدیریت صحنه و تقاضای کمک از اطرافیان در حوادث جمعی را بیان نماید.
- ۸-۱- محتویات و ملزومات کیف کمک های اولیه را بیان نماید.

هدف کلی جلسه دوم: آشنایی دانشجویان با روند اندازه گیری علائم حیاتی و تریاژ.

اهداف ویژه جلسه دوم:

در پایان دانشجو قادر باشد

۱-۲- پنج علامت مهم حیات را بدون خطا بیان نماید.

۲-۲- روش اندازه گیری نبض را با ۸۰ درصد صحت بیان کند.

۳-۲- انواع نبض را با توجه به محل اندازه گیری آنها بدون خطا بیان نماید.

۴-۲- روش سنجش فشار خون به دو روش مستقیم و غیر مستقیم بیان نماید.

۵-۲- روش امدازه گیری درجه حرارت را توضیح دهد.

۶-۲- روش شمارش تعداد تنفس را بیان نماید.

۷-۲- روش انجام تریاژ و دسته بندی بیماران را با ۸۰ درصد صحت بیان نماید.

هدف کلی جلسه سوم: آشنایی دانشجویان تعاریف ومفاهیم اختلالات تنفسی ، علل ایست تنفسی ، علل وانواع انسداد راه هوایی ، مانورهای باز کردن راه هوایی وروشهای تنفس مصنوعی در بزرگسالان ، اطفال و نوزادان کمک های اولیه در اجسام خارجی

اهداف ویژه جلسه سوم:

در پایان دانشجو قادر باشد

۱-۳- ایست تنفسی را دریک جمله تعریف نماید

۲-۳- علل ایجاد کننده ایست تنفسی در بزرگسالان ، اطفال و نوزادان را بیان نماید.

۳-۳- علائم ایست قلبی – تنفسی را با ۱۰۰ درصد صحت نام ببرد.

۴-۳- علل انسداد راه هوایی را نام ببرد.

۵-۳- انواع انسداد راه هوایی را بیان نماید.

۶-۳- مراحل احیاء قلبی- ریوی در بزرگسالان ، اطفال، نوزادان و بیماران مبتلا به کووید-۱۹ را بیان نماید

۷-۳- انواع مانورهای راه هوایی را بیان نماید.

۸-۳- انواع روشهای تنفس مصنوعی را توضیح دهد.

۹-۳- نحوه انجام تنفس مصنوعی در نوزادان ،اطفال و بزرگسالان را شرح دهد.

۱۰-۳- کمک های اولیه در اجسام خارجی در چشم، گلو و بینی را بیان نماید.

هدف کلی جلسه چهارم: آشنایی دانشجویان با تعاریف وعلل و علائم ایست قلبی، نحوه انجام ماساژ قلبی جهت تثبیت وبرقراری گردش خون در نوزادان،کودکان وبزرگسالان.

اهداف ویژه جلسه چهارم:

در پایان دانشجو قادر باشد

۱-۴- ایست قلبی را در یک جمله بیان نماید.

۲-۴- علل ایجاد کننده ایست قلبی در بزرگسالان ، اطفال و نوزادان را بیان نماید.

۳-۴- علائم ایست قلبی را نام ببرد.

۴-۴- نحوه انجام ماساژ قلبی و روند احیا در نوزادان ،اطفال، بزرگسالان و بیمار مبتلا به کووید-۱۹ را شرح دهد.

۵-۴- نحوه تناسب بین تعداد تنفس و ماساژ را در احیاء یکنفره در نوزادان ،اطفال و بزرگسالان را شرح دهد.

۶-۴- نحوه تناسب بین تعداد تنفس و ماساژ را در احیاءدو نفره در نوزادان ،اطفال و بزرگسالان را شرح دهد.

هدف کلی جلسه پنجم: آشنایی دانشجویان با تعریف زخم ،انواع زخم و روشهای مراقبتی در هریک از آنها ،تعاریف خونریزی ،انواع خونریزی و اقدامات اولیه در مصدوم دچار قطع عضو وخونریزی،انواع شوک ، و اقدامات اولیه در بیمار دچارشوگ ،غرق شدگی ها و برق گرفتگی.

اهداف ویژه جلسه پنجم:

در پایان دانشجو قادر باشد

۱-۵- زخم را در یک جمله تعریف نماید.

- ۲-۵- انواع زخم را برحسب مکانیسم ایجاد کننده آنها دسته بندی نماید.
- ۳-۵- روشهای مراقبتی واقدامات اولیه در هر یک از انواع زخم را شرح دهد.
- ۴-۵- خونریزی را در یک جمله تعریف نماید.
- ۵-۵- انواع خونریزی را دسته بندی نماید.
- ۶-۵- اقدامات اولیه جهت کنترل خونریزی در هر یک از انواع خونریزی را شرح دهد.
- ۷-۵- اقدامات اولیه درمانی در بیمار دچار خونریزی ناشی از قطع عضو را بیان نماید.
- ۸-۵- شوک را در یک جمله تعریف نماید.
- ۹-۵- انواع شوک را دسته بندی نماید.
- ۱۰-۵- تعاریف ، اتیولوژی ، علائم و اقدامات فوری در شوک هیپوولومیک را بیان نماید.
- ۱۱-۵- کمک های اولیه در برق گرفتگی را بیان نماید.
- ۱۲-۵- کمک های اولیه در غرق شدگی را با ۸۰ درصد صحت بیان نماید.
- ۱۳-۵- کمک های اولیه در قطع شدگی ناقص و کامل عضو را بیان نماید.
- هدف کلی جلسه ششم:** آشنایی دانشجویان با تعاریف ،دسته بندی ،علل ،علائم و اقدامات اولیه در شکستگی ها ،در رفتگی ها و انواع آسیب های عضلانی(آتل بندی و نحوه انتقال)

اهداف ویژه جلسه ششم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- ۱-۶- شکستگی را در یک جمله تعریف نماید.
- ۲-۶- انواع شکستگی را بر حسب مکانیسم آسیب دسته بندی نماید.
- ۳-۶- علائم شکستگی را بیان نماید.
- ۴-۶- اقدامات اولیه در انواع شکستگی را توضیح دهد.
- ۵-۶- در رفتگی را در یک جمله تعریف نماید.
- ۶-۶- علل ایجاد کننده دررفتگی را بیان نماید.
- ۷-۶- علائم دررفتگی را نام ببرد.
- ۸-۶- اقدامات اولیه در دررفتگی را شرح دهد.
- ۹-۶- آسیبهای عضلانی را تعریف نماید.
- ۱۰-۶- علائم انواع آسیبهای عضلانی را شرح دهد.
- ۱۱-۶- اقدامات درمانی اولیه در آسیبهای عضلانی را شرح دهد.
- ۱۲-۶- اصول کلی جابجایی و حمل مصدوم را توضیح دهد.
- ۱۳-۶- روشهای حمل مصدوم در شرائط اورژانسی را فهرست کند.
- ۱۴-۶- روشهای حمل مصدوم در شرائط فوری را فهرست کند.
- ۱۵-۶- روشهای حمل مصدوم در شرائط غیر اورژانسی را فهرست کند.
- ۱۶-۶- موارد استفاده از انواع برانکار را توضیح دهد.

هدف کلی جلسه هفتم: آشنایی دانشجویان با تعاریف ،علل ،علائم و اقدامات اولیه در فوریتهای محیطی مربوط به گرما و سرما (گرمزدگی ،آفتاب زدگی ،سرما زدگی و یخ زدگی سوختگی(حرارتی ،شیمیایی ،الکتریکی و..).

اهداف ویژه جلسه هفتم:

در پایان دانشجو قادر باشد

- ۱-۷- سوختگی را در یک جمله تعریف نماید.
- ۲-۷- مکانیسم های ایجاد کننده سوختگی را نام ببرد.
- ۳-۷- طبقه بندی سوختگی براساس عمق را فهرست کند.
- ۴-۷- نحوه تعیین درصد سطح سوختگی دربالغین را بیان نماید.
- ۵-۷- نحوه تعیین درصد سطح سوختگی در اطفال را بیان نماید.
- ۶-۷- اقدامات فوری در هریک از انواع سوختگی را شرح دهد.

۷-۷- گرما زدگی را در یک جمله تعریف نماید.

۷-۸- اقدامات اولیه را در گرما زدگی شرح دهد.

۷-۹- اقدامات اولیه در آفتاب زدگی را در شرح دهد.

۷-۱۰- سرما زدگی را در یک جمله تعریف نماید.

۷-۱۱- علائم و نشانه های سرما زدگی را بیان نماید.

۷-۱۲- اقدامات اولیه را در سرما زدگی شرح دهد.

۷-۱۳- یخ زدگی را در یک جمله تعریف نماید.

۷-۱۴- اقدامات اولیه را در یخ زدگی شرح دهد.

هدف کلی جلسه هشتم: آشنایی دانشجویان با تعاریف ، دسته بندی ، علائم بالینی ، عوارض و اقدامات اولیه در انواع مسمومیت و درمانهای اولیه در مسمومیت با مونوکسید کربن و سموم و نیش حشرات و مار گزیدگی.

اهداف ویژه جلسه هشتم:

در پایان دانشجو قادر باشد

۸-۱- سم را در یک جمله تعریف نماید.

۸-۲- انواع روشهای ورود سم به بدن را بیان نماید.

۸-۳- مسمومیت را در یک جمله تعریف نماید.

۸-۴- علائم بالینی مهم در هریک از انواع مسمومیت را بیان کند.

۸-۵- روش ارزیابی بیمار دچار مسمومیت را بیان کند.

۸-۶- علائم بالینی ، در مسمومیت با مونوکسید کربن را بیان نماید.

۸-۷- اقدامات درمانی اولیه در مسمومیت با مونوکسید کربن را بیان نماید.

۸-۸- علائم بالینی ، در مسمومیت با سموم خوراکی را بیان نماید.

۸-۹- اقدامات درمانی اولیه در مسمومیت با سموم خوراکی را بیان نماید.

۸-۱۰- اقدامات درمانی اولیه در مسمومیت با مواد مخدر را بیان نماید.

۸-۱۱- گزیدگی توسط حشرات را تعریف نماید.

۸-۱۲- علائم بالینی در گزیدگی بوسیله حشرات را شرح دهد.

۸-۱۳- اقدامات اولیه در مسمومیت ناشی از گزش حشرات را بیان کند.

۸-۱۴- مار گزیدگی را تعریف نماید.

۸-۱۵- علائم بالینی در مار گزیدگی را شرح دهد.

۸-۱۶- اقدامات اولیه در مسمومیت ناشی از مار گزیدگی را بیان کند.

منابع:

۱- استاجی ،زهرها و توفیقیان ،طاهره. کمکهای اولیه. انتشارات نشر جامعه نگاربا همکاری نشر سالمی.تهران:آخرین چاپ.

۲- بلدسو، برایان ؛ پورتر،رابرت ؛چرمی ، ریچارد. اورژانس های طبی پیش بیمارستانی میانی . گروه مترجمین .انتشارات سیمین دخت ، تهران : آخرین چاپ.

۳ - توفیقی ، فرشید. کمک های اولیه و امداد . انتشارات رهیویان ، قم : آخرین چاپ.

۴-جلالی مژده،حضرتی مریم.آموزش کمک های اولیه.نشر فرهنگ روز،تهران:۱۳۸۸.(مجمع سنت جان،انجمن سنت آندروز،برتیش رد کروز).

5- Edelson DP, Sasson C, Chan PS, Atkins DL, Aziz K, Becker LB, et al. Interim guidance for basic and advanced life support in adults, children, and neonates with suspected or confirmed COVID-19: from the emergency cardiovascular care committee and get with the guidelines-resuscitation adult and pediatric task forces of the American Heart Association. Circulation. 2020;141(25): e933-e43.

6- Panchal AR, Bartos JA, Cabañas JG, Donnino MW, Drennan IR, Hirsch KG, et al. Part 3: Adult Basic and Advanced Life Support: 2020 American Heart Association Guidelines for Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care. Circulation. 2020;142(16_Suppl_2):S366-S468.

روش تدریس: سخنرانی ، همراه با پرسش و پاسخ ، بحث گروهی در خصوص تجارب عملی در کمک های اولیه، تمرین عملی و سناریو سازی در واحد پراتیک

وسایل آموزشی : رایانه، وایت برد، ویدیوپروژکتور ، اسلاید ،فیلم

سنجش و ارزشیابی

آزمون	روش	سهم از نمره کل (بر حسب درصد)	تاریخ	ساعت
کوئیز	شفاهی	۱۰	ابتدای هر جلسه	۸-۱۰
آزمون میان ترم	کتبی	۲۰	۱۴۰۲/۸/۸	۸-۱۰
آزمون پایان ترم	کتبی	۶۰	۱۴۰۱/۱۱/۹	۸:۳۰-۱۰:۳۰
حضور فعال در کلاس	حضور و غیاب و بحث گروهی	۵	---	---
تکالیف دانشجوی	ارائه تحقیق	۵	تا پایان ترم	---

مقررات کلاس و انتظارات از دانشجو: از دانشجویان عزیز انتظار می‌رود که با توجه به اهمیت و حساسیت درس و تنوع مطالب و محدودیت زمانی و به منظور بهره برداری هر چه بیشتر به نکات ذیل توجه نمایند.

۱- به منابع معرفی شده مراجعه و مطالب کامل بحث‌ها را مطالعه نمایند و در صورت وجود هر گونه اشکال و سوالات در ساعتهای مشاوره بامدرس مربوطه مطرح نمایند.

۲- به حضور منظم توأم با آمادگی در تمام جلسات اهمیت دهید. (غیبت در کلاس در ارزشیابی تأثیر دارد).

۳- در پرسش‌های جلسات پرسش و پاسخ شرکت فعال داشته باشید.

۴- نسبت به ارائه پروژه مرتبط با درس اقدام نمایید.

نام و امضای مسئول EDO دانشکده:

نام و امضای مدیر گروه:

نام و امضای مدرس:




تاریخ ارسال :

تاریخ ارسال ۱۴۰۴/۶/۱۷

تاریخ تحویل: ۱۴۰۴/۶/۱۵

جدول زمانبندی درس تئوری کمک های اولیه

روز و ساعت جلسه : دوشنبه ۴-۶

جلسه	تاریخ	موضوع هر جلسه	مدرس
۱	۱۴۰۲/۷/۳	آشنایی دانشجویان با مبانی و اهمیت کمک های اولیه در محیط کار، شرایط بحرانی ، مشخصات و خصوصیات فرد امدادگر و بررسی و شناخت بیمار آسیب دیده ،وظایف اخلاقی در خدمات پیش بیمارستانی،کنترل شرایط پراسترس، وظایف نسبت به مصدوم و بستگان وموانع ومشکلات موجود در بررسی بیمار.	دکتر گودرزی
۲	۱۴۰۲/۷/۱۰	آشنایی دانشجویان با روند اندازه گیری علائم حیاتی و تریاژ	"" ""
۳	۱۴۰۲/۷/۱۷	آشنایی دانشجویان تعاریف ومفاهیم اختلالات تنفسی ، علل ایست تنفسی ، علل وانواع انسداد راه هوایی، مانورهای باز کردن راه هوایی وروشهای تنفس مصنوعی در بزرگسالان ، اطفال و نوزادان کمک های اولیه در اجسام خارجی.	"" ""
۴	۱۴۰۲/۷/۲۴	آشنایی دانشجویان با تعاریف وعلل و علائم ایست قلبی ،نحوه انجام ماساژ قلبی واقدامات اولیه جهت تثبیت وبرقراری گردش خون در نوزادان ،کودکان وبزرگسالان.	"" ""
۵	۱۴۰۲/۸/۱	آشنایی دانشجویان با تعریف زخم ،انواع زخم و روشهای مراقبتی در هریک از آنها ،تعاریف خونریزی ،انواع خونریزی و اقدامات اولیه در مصدوم دچار قطع عضو وخونریزی،انواع شوک ، و اقدامات اولیه در بیمار دچارشوک ،غرق شدگی ها و برق گرفتگی.	"" ""
۶	۱۴۰۲/۸/۸	آشنایی دانشجویان با تعاریف ،دسته بندی ،علل ،علائم و اقدامات اولیه در شکستگی ها ،در رفتگی ها و انواع آسیب های عضلانی(آتل بندی و نحوه انتقال)	"" ""
۷	۱۴۰۲/۸/۱۵	آشنایی دانشجویان با تعاریف ،علل ،علائم و اقدامات اولیه در فوریتهای محیطی مربوط به گرما وسرما(گرمazedگی ،آفتاب زدگی ،سرما زدگی و یخ زدگی سوختگی(حرارتی ،شیمیایی ،الکتریکی و..)	"" ""
۸	۱۴۰۲/۸/۲۲	آشنایی دانشجویان با تعاریف ، دسته بندی ، علائم بالینی ، عوارض و اقدامات اولیه در انواع مسمومیت ودرمانهای اولیه در در مسمومیت با مونوکسید کربن و سموم و نیش حشرات و مار گزیدگی	"" ""

جدول زمانبندی واحد عملی کمک های اولیه
روز و ساعت جلسه : دوشنبه ۱۰-۸ و ۱۶-۱۴ و سه شنبه ۱۶-۱۴

جلسه	تاریخ	موضوع هر جلسه	مدرس
۱	۱۴۰۲/۹/۶	پخش فیلم در رابطه با روش های باز کردن راه هوایی	دکتر گودرزی
۲	۱۴۰۲/۹/۶	پخش فیلم در رابطه با روش های احیاء قلبی ریوی	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۳	۱۴۰۲/۹/۱۳	پخش فیلم در رابطه با روش های کنترل خونریزی و بانداز	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۴	۱۴۰۲/۹/۱۳	کنترل علائم حیاتی فشار خون و تنفس گروه ۱	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۵	۱۴۰۲/۹/۲۰	کنترل علائم حیاتی نبض و درجه حرارت گروه ۱	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۶	۱۴۰۲/۹/۲۰	بانداز و کنترل خونریزی گروه ۱	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۷	۱۴۰۲/۹/۲۷	باز کردن راه هوایی و تنفس گروه ۱	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۸	۱۴۰۲/۹/۲۷	احیاء قلبی ریوی بزرگسالان گروه ۱	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۹	۱۴۰۲/۱۰/۴	کنترل علائم حیاتی فشار خون و تنفس گروه ۲	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۱۰	۱۴۰۲/۱۰/۴	کنترل علائم حیاتی نبض و درجه حرارت گروه ۱	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۱۱	۱۴۰۲/۱۰/۱۱	بانداز و کنترل خونریزی گروه ۲	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۱۲	۱۴۰۲/۱۰/۱۱	باز کردن راه هوایی و تنفس گروه ۲	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۱۳	۱۴۰۲/۱۰/۱۲	احیاء قلبی ریوی بزرگسالان گروه ۲	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۱۴	۱۴۰۲/۱۰/۱۲	نحوه دسترسی به وریدهای سطحی گروه ۱	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۱۵	۱۴۰۲/۱۰/۱۸	نحوه دسترسی به وریدهای سطحی گروه ۲	۱۱۱۱ ۱۱۱۱
۱۶	۱۴۰۲/۱۰/۱۸	تمرین و رفع اشکال کلیه موارد پراکتیکال هر دو گروه	۱۱۱۱ ۱۱۱۱