

بسمه تعالی

دانشکده پرستاری و مامایی حضرت فاطمه (س)

(Course plan)

نام درس : کمک های اولیه	تعداد و نوع واحد : ۱ واحد عملی
مخاطبان : دانشجویان رشته فیزیو تراپی	زمان ارائه درس : نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۴-۹۵
مدرسین : خانمها: صدیقه منتصری- شهپر باقری- مریم خسرو زاده و آقای خادمیان	
هماهنگ کننده درس: شهپر باقری	

شرح درس: در این درس روش کمک های اولیه در مورد بیماری ، سوانح و حوادث به منظور پیشگیری از وخامت آسیبهای ناشی از حوادث، کمک به بهبود و حفظ جان بیمار قبل از رسیدن کمک های پزشکی تدریس می گردد.

هدف کلی: آشنایی دانشجویان با روش های کمک های اولیه در مورد بیماری، سوانح و حوادث جهت کمک به حفظ جان مصدوم و یا پیشگیری از بروز عوارض می باشد.

هدف مرحله ای : این اهداف شامل آشنایی دانشجویان با مفاهیم ذیل می باشد:

- ۱- کمکهای اولیه ، هدف از انجام کمکهای اولیه ، شرایط کمک دهنده ، اصول کلی پیشگیری از حوادث و روشهای دور کردن مصدوم از محل حادثه
- ۲- روشهای حمل بیمار-شرایط فرد کمک دهنده-بررسی علائم حیاتی و اختلالات آن
- ۳- اصول کلی مراقبت های اولیه در زخم ها (تیر خوردگی ها، سوراخ شدگی ، له شدگی ، بریدگی)
- ۴- خونریزیها (داخلی و خارجی)، کمکهای اولیه در خونریزی ، روشهای کنترل خونریزی های خارجی و داخلی
- ۵- شکستگی ها و دررفتگی ها ، انواع آسیبهای عضلانی ، علایم و مراقبتهای اولیه آنها
- ۶- پانسمان و بانداز و نحوه استفاده از آنها
- ۷- تزیقات (جلدی، زیرجلدی ، وریدی و عضلانی)
- ۸- انواع شوک، علایم بالینی ، کمکهای اولیه و درمان انواع شوک.
- ۹- سوختگی ، درجات سوختگی، علایم و عوارض و کمکهای اولیه در مورد هر یک از انواع سوختگی ، روشهای پیشگیری و مقابله با آتش سوزی
- ۱۰- صرع و تشنجات ، حملات قلبی و مغزی و مراقبتهای اولیه ضروری در برخورد با بیماران مبتلا
- ۱۱- علائم حیاتی ، شرایط مددجو در زمان گرفتن علایم حیاتی و نحوه اندازه گیری علایم حیاتی
- ۱۲- عملیات حیات بخش (اختلالات تنفسی ، ماساژ قلبی و تنفس مصنوعی)
- ۱۳- کمک های اولیه در گرمزدگی - سرمازدگی
- ۱۴- زایمان اورژانس
- ۱۵- علائم و اصول کلی مراقبت های اولیه در مسمومیت های غذایی، شیمیایی و دارویی و گزیدگیها

۱۶- مراقبت های اولیه در بحرانها، سوانح طبیعی (جنگ، زلزله، سیل ، آتشفشان)

اهداف ویژه رفتاری به تفکیک اهداف مرحله ای :

(۱) اهداف، تعاریف و اصول کلی کمک های اولیه

۱-۱- کمکهای اولیه و اهداف آن را توضیح دهد.

۱-۲- مسئولیتهای فرد کمک دهنده و ویژگیهای امدادگر را شرح دهد.

۱-۳- وسایل ضروری در کمکهای اولیه را بیان کند.

۱-۴- در رابطه با نکات حفاظتی در امدادگران و جلوگیری از عفونت متقاطع آگاهی کافی را کسب نماید.

۱-۵- نحوه ارزیابی مصدوم را بیان کند.

۱-۶- نحوه حمل مجروح و شرایط آن را بداند و روشهای دور کردن مصدوم از محل حادثه را انجام بدهد.

(۲) اصول کلی مراقبت های اولیه در زخم ها

۱-۲- تقسیم بندی انواع زخم ها را بیان کند

۲-۲- نحوه ارزیابی زخم ها ، فرایند بهبودی زخم را نام ببرد.

۲-۳- اصول کلی مراقبت از زخم ها را شرح دهد.

۲-۴- اصول کلی پانسمان و بانداژ در زخم ها را شرح دهد.

۲-۵- پانسمان و بانداژ را بر روی ماکت به نحو صحیح انجام دهد.

۳- خونریزیها (داخلی و خارجی)، کمکهای اولیه در خونریزی ، روشهای کنترل خونریزی های خارجی و داخلی

۱-۳- اهمیت توقف هر چه سریعتر خونریزی را بیان کند.

۲-۳- انواع خونریزی داخلی و خارجی را بیان نماید

۳-۳- روشهای مختلف کنترل خونریزی خارجی (فشار مستقیم ، بالا بردن اندام ، بکارگیری سرما ، استفاده از نقاط فشار و تورنیکت شریانی) و شرایط بکارگیری آنها را شرح دهد.

۴-۳- راههای کنترل خونریزی داخلی را ذکر نماید.

۵-۳- اقدامات لازم در برخورد با مصدوم بیهوش دچار خونریزی را توضیح دهد.

(۴) شکستگی ها و دررفتگی ها

۴-۱- علائم و نشانه های صدمات بافت نرم را بیان کند.

۴-۲-علائم و نشانه های صدمات بافت استخوانی و مفاصل را نام برده و شرح دهد.

۴-۳-انواع شکستگی ها را نام برده و شرح دهد

۴-۴-اصول کلی تشخیص شکستگی ها و دررفتگی ها را بیان کند

۴-۵-نحوه بستن آتل را بر روی اندام نشان دهد.

۵) پانسمان و بانداژ و نحوه استفاده از آنها

۱-۵- انواع پانسمان و بانداژ را شرح دهد.

۲-۵- پانسمان زخم را به طور صحیح انجام دهد.

۳-۵- اصول مهم در هنگام بانداژ کردن را شرح دهد.

۴-۵- نحوه کنترل خونرسانی در حین و پس از بانداژ کردن را توضیح دهد.

۵-۵- بانداژ اندامهای مختلف (دست ، پا ، آرنج و زانو) را به طور صحیح انجام دهد.

۶) تزریقات و محلولهای تزریقی

۶-۱- انواع محلولهای تزریقی و وسایل لازم برای تزریق جلدی، زیرجلدی، وریدی و عضلانی را نام ببرد.

۶-۲- موارد انتخاب نوع تزریق، عوارض تزریق بر حسب بیمار مورد نظر را بنویسد

۶-۳- زاویه تزریق در انواع روشهای تزریق را نام ببرد.

۶-۴- انواع روشهای تزریق جلدی، زیرجلدی، وریدی و عضلانی را بر روی ماکت انجام دهد.

۷) اصول کلی مراقبت های اولیه در زخم ها

۷-۱- تقسیم بندی انواع زخم ها را بیان کند

۷-۲- نحوه ارزیابی زخم ها ، فرایند بهبودی زخم را نام ببرد.

۷-۳- اصول کلی مراقبت از زخم ها را شرح دهد.

۷-۴- اصول کلی پانسمان و بانداژ در زخم ها را شرح دهد.

۷-۵- پانسمان و بانداژ را بر روی ماکت به نحو صحیح انجام دهد.

۸) شوک و خونریزی

۸-۱- دلایل بروز شوک را بیان نماید.

۸-۲- انواع شوک را نام برده و شرح دهد.

۸-۳- روش های درمانی و کمک های اولیه در انواع شوک را بیان کند.

۸-۴- انواع خونریزی ، علائم و اصول کلی مراقبت های اولیه در خونریزی ها را بیان کند.

۹) سوختگی ها و کمکهای اولیه مربوطه

۹-۱- تعریف و طبقه بندی انواع سوختگی ها را نام ببرد.

۹-۲- قادر به تعیین درجه سوختگی و درصد سوختگی باشد.

۹-۳- علل سوختگی ها را نام ببرد.

۹-۴- پاسخ های فیزیولوژیک اندام های بدن به سوختگی را نام برده و شرح دهد.

۹-۵- کمک های اولیه در سوختگی ها را شرح دهد.

۱۰) صرع و تشنجات و بیهوشی مراقبتهای اولیه ضروری در برخورد با بیماران مبتلا.

۱-۱۰-۱ تعریف صرع و تشنج را بیان کند.

۲-۱۰-۱ علل صرع و تشنج را ذکر نماید.

۳-۱۰-۱ پاسخ های فیزیولوژیک اندام های بدن در تشنج را نام برده و شرح دهد.

۱۰-۴- علائم بالینی در قبل از تشنج ، در حین تشنج و پس از تشنج را شرح دهد.

۱۰-۵- کمک های اولیه در قبل از تشنج ، در حین تشنج و پس از تشنج را بیان نماید.

۱۱) علائم حیاتی ، شرایط مددجو در زمان گرفتن علائم حیاتی و نحوه گرفتن علائم حیاتی

۱-۱۱-۱ علائم حیاتی را لیست نماید.

۲-۱۱-۱ شرایط مددجو در زمان گرفتن علائم حیاتی را شرح دهد.

۳-۱۱-۱ میزان طبیعی علائم حیاتی (نبض ، تنفس ، فشار خون و درجه حرارت) را ذکر نماید.

۴-۱۱-۱ نحوه صحیح بررسی علائم حیاتی (نبض ، تنفس ، فشار خون و درجه حرارت) را بر روی سایر افراد گروه نشان دهد.

۱۲) عملیات حیات بخش

۱۲-۱-۱ کمک های اولیه در اختلالات تنفسی را نام برده و شرح دهد.

۱۲-۲- ماساژ قلبی ، موارد استفاده و عدم استفاده از آن را نام برده و شرح دهد.

۱۲-۳- تنفس مصنوعی ، موارد استفاده و تکنیک آن را شرح دهد.

۱۲-۴- مراحل احیاء قلب و عروق را نام برده و شرح دهد.

۱۲-۵- آریتمی های شایع در احیاء قلب و عروق را نام ببرد.

۱۲-۶- مراحل احیاء قلبی- تنفسی را بر روی ماکت نشان دهد.

۱۳) فوریتها و صدمات وارده به چشم و گوش و بینی ، صورت و حفره دهان

۱۳-۱- آناتومی کلینیکی چشم ، گوش و بینی و صورت را بیان کند.

۱۳-۲- فوریتهای جسم خارجی را در چشم ، گوش و بینی را نام برده و شرح دهد.

۱۳-۳-صدمات شایع صورت و حفره دهان در سوانح را نام ببرد.

۱۳-۴-کمک های اولیه در صدمات چشم و گوش و بینی را شرح دهد

۱۴) علایم و اصول کلی مراقبت های اولیه در گرمزدگی - سرمزدگی

۱-۱۴- علایم بالینی گرمزدگی - سرمزدگیها را بیان کند.

۲-۱۴- روشهای تشخیصی در گرمزدگی - سرمزدگی را شرح دهد

۳-۱۴- کمکهای اولیه در گرمزدگی - سرمزدگی را شرح دهد.

۴-۴- راههای جلوگیری از گرمزدگی - سرمزدگی را توضیح دهد.

۱۵) زایمان اورژانس و اصول کلی مراقبت های اولیه

۱-۱۵- مراحل زایمان طبیعی و اداره آن را شرح دهد

۲-۱۵- عوارض زایمان طبیعی و اداره آن را شرح دهد.

۳-۱۵- چگونگی مراقبت از نوزاد را شرح دهد.

۱۶) علایم و اصول کلی مراقبت های اولیه در مسمومیتها و گزیدگیها

۱-۱۶- انواع مسمومیت ها (غذایی - شیمیایی و دارویی) و گزیدگیها را نام برده و شرح دهد

۲-۱۶- علایم بالینی در فوریتهای دارویی و شیمیایی و غذایی و گزیدگیها را نام ببرد.

۳-۱۶- روشهای تشخیصی در فوریتهای مسمومیتها و گزیدگیها را شرح دهد.

۴-۱۶- کمکهای اولیه در مسمومیت های غذایی و شیمیایی و دارویی و گزیدگیها را شرح دهد.

۱۷) حمل مصدوم

۱-۱۷- اصول اولیه در حمل مصدوم را بیان کند.

۲-۱۷- انواع روشهای حمل مصدوم را نام ببرد.

۳-۱۷- روشهای مختلف حمل مصدوم را با کمک سایر افراد گروه انجام دهد.

۱۸) مراقبت اولیه در بحرانها

۱-۱۸- اقدامات اولیه در ساعات اول بعد از وقوع زلزله را نام ببرد.

۲-۱۸- اقدامات اولیه در نجات مصدومین زلزله را توضیح دهد.

۳-۱۸- نکات آموزشی جهت اطلاع عموم در زمینه قبل و بعد از بروز زلزله را بیان کند.

منابع انگلیسی:

1. Greaves, Ian and et al . "Practical prehospital care. 2011
2. Bruce D. and et al. outdoor Emergency care. 4th ED.2005

منابع فارسی :

- شهرکی، عزیز. محمدی، محمدحسن و همکاران، فوریتهای پزشکی در بلایا، نشر سالمی. ۱۳۹۰

- کوهستانی، حمیدرضا، ابراهیمی فخار، حمیدرضا، باغچقی نیره - مراقبت‌های پیش بیمارستانی و تروما. نشر جامعه‌نگر. ۱۳۹۰

شیوه یاددهی - یادگیری :

سخنرانی ، پرسش و پاسخ و تمرین عملی می باشد

رسانه های آموزشی:

تخته سفید ، شفاف نما (اورهد) ، مکت ، وسایل پانسمان و بانداز ، تزریقات، کامپیوتر و ویدئو پروژکتور ، Power point ، CD و فیلم آموزشی

زمان و مکان ارائه درس :

جهت جلسات تئوری (گروه ۱ و ۲) دوشنبه ها ۱۲-۱۰ صبح دانشکده داروسازی ، جهت جلسات عملی (گروه ۱ یکشنبه ها ۱۵:۳۰ - ۱۳:۳۰ و گروه ۲ دوشنبه ها ۱۵:۳۰ - ۱۳:۳۰ ، مرکز مهارت‌های بالینی دانشکده پزشکی یا آزمایشگاه فوریت‌ها دانشکده پرستاری و مامایی

سنجش و ارزشیابی:

روش	نمره	تاریخ	ساعت
آزمون میان دوره	۱۰ نمره	۹۵/۱/۲۹	ساعت ۴-۲
آزمون پایان دوره	۱۰ نمره	طبق اعلام دانشکده توانبخشی	طبق اعلام دانشکده توانبخشی
آزمون عملی	متعاقباً اعلام خواهد شد.		

مقررات درس و انتظارات از دانشجویان :

۱. به منابع معرفی شده مراجعه کرده و مطالب تکمیلی بحث‌ها را مطالعه نمایند.
۲. به حضور منظم توأم با آمادگی در تمام جلسات درس اهمیت دهد. غیبت از کلاس در ارزشیابی تأثیر دارد
۳. در بحث‌های کلاس و انجام تمرینات عملی فعالانه شرکت داشته باشید.
۴. غیبت از کلاس تا سقف موجه می باشد

جدول زمانبندی دروس تئوری کمکهای اولیه دانشجویان فیزیوتراپی نیمسال دوم ۹۴-۹۵

نام مدرس	محل کلاس	موضوع	تاریخ	جلسه
خانم ص.منتصری	دانشکده توانبخشی	تعریف کمک های اولیه ، خصوصیات امدادگر - حمل مصدوم	۹۴/۱۱/۱۸	اول
آقای خادمیان	دانشکده توانبخشی	زخم‌ها، خونریزی‌ها	۹۴/۱۱/۲۵	دوم
آقای خادمیان	دانشکده توانبخشی	شکستگی و دررفتگی	۹۴/۱۲/۲	سوم
آقای خادمیان	مرکز مهارت‌های بالینی	پانسمان و بانداژ، حمل مصدوم	۹۴/۱۲/۹	چهارم
خانم باقری	دانشکده توانبخشی	تزریقات	۹۴/۱۲/۱۶	پنجم
خانم باقری	مرکز مهارت‌های بالینی	تزریقات	۹۴/۱۲/۲۳	ششم
خانم باقری	دانشکده توانبخشی	شوک - سوختگی	۹۵/۱/۱۵	هفتم
خانم باقری	دانشکده توانبخشی	کمک‌های اولیه در حملات قلبی ، صرع ، بیهوشی	۹۵/۱/۲۲	هشتم
		امتحان میان ترم	۹۵/۱/۲۹	نهم
خانم باقری	مرکز مهارت‌های بالینی	علایم حیاتی	۹۵/۲/۵	دهم
آقای خادمیان	دانشکده توانبخشی	عملیات حیات بخش، کمک‌های اولیه در اختلالات تنفسی ماساژ قلبی و تنفس مصنوعی در ایست قلبی و تنفس	۹۵/۲/۱۲	یازدهم

آقای خادمیان	مرکز مهارت‌های بالینی	عملیات حیات بخش، کمک‌های اولیه در اختلالات تنفسی ماساژ قلبی و تنفس مصنوعی در ایست قلبی و تنفس	۹۵/۲/۱۹	دوازدهم
آقای خادمیان	دانشکده توانبخشی	سرمازدگی و گرمازدگی	۹۵/۲/۲۶	سیزدهم
استاد مدعو	دانشکده توانبخشی	زایمان اورژانس	۹۵/۳/۹	چهاردهم
خانم خسرو زاده	دانشکده توانبخشی	مسمومیت‌ها، گزیدگی‌ها	۹۵/۳/۱۶	پانزدهم
خانم خسروزاده	دانشکده توانبخشی	مراقبت اولیه در بحران‌ها - حوادث در جنگ - اقدامات فوری در برخورد با سوانح طبیعی (سیل - زلزله)	۹۵/۳/۱۶	شانزدهم