Pielikums

NMPD rīkojumam Nr. 1-3/2021/77

**Metodiskie norādījumi par pirmās palīdzības pamatzināšanu 12 stundu apmācības programmas ar rakstisku teorētisko un praktisko triju stundu zināšanu pārbaudi, kas paredzēta transportlīdzekļu vadītājiem, ieroču nēsātājiem un glabātājiem.**

Pirmās palīdzības apmācības pasniedzēji un apmācītājorganizācijas apmācības īsteno ievērojot Ministru kabineta 2012.gada 14.augusta noteikumus Nr.557 “Noteikumi par apmācībām pirmās palīdzības sniegšanā” (turpmāk – MK noteikumi Nr.557), Ministru kabineta 2020.gada 9.jūnija  noteikumus Nr.360 “Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai”,  Ministru kabineta 2020.gada 6.novembra rīkojumu Nr.655 “Par ārkārtējās situācijas izsludināšanu”, Slimību profilakses un kontroles centra sniegtās rekomendācijas epidemioloģiskās drošības pasākumiem, Izglītības un zinātnes ministrijas un Valsts izglītības satura centra vadlīnijas attālināta mācību procesa organizēšanai.

1. Pirmās palīdzības apmācības teorētiskās daļas apguve notiek attālināti, izmantojot tiešsaistes platformas (piem. MS Teams, Zoom, Cisco Webex u.c.). Saskaņā ar MK noteikumu Nr.557 6.pielikumā norādīto – apmācāmo skaits grupā nepārsniedz 15 personas, kā arī, MK noteikumu Nr.557 1.pielikumā norādīto - teorētiskā apmācība ilgst 6 stundas. Atbilstoši MK noteikumu Nr.557 6.pielikuma 8.punktā noteiktajam, apmācītājorganizācija iesniedz Neatliekamās medicīniskās palīdzības dienestā (turpmāk – NMPD) informāciju par plānotajām apmācībām **ne vēlāk kā trīs darba dienas pirms apmācību uzsākšanas.**

2. Pirmās palīdzības apmācību praktiskās daļas individuālās apguves apraksts.

Apmācāmos attālināti var iepazīstināt ar praktiskajā daļā apgūstamajām praktiskajām manipulācijām, izmantojot kvalitatīvus video/foto materiālus, kas atbilst NMPD 2016.gada 22.septembrī apstiprinātajām vadlīnijām un algoritmiem (video parādīta katras izpildāmās manipulācijas veikšana ar trīskāršo paņēmienu, attēli, kas parāda īpaši vērā ņemamas nianses).

Apmācāmajiem tiek nodrošināta iespēja sazināties elektroniski ar pirmās palīdzības apmācības pasniedzēju, lai nepieciešamības gadījumā tiešsaistē varētu saņemt konsultāciju par praktisko manipulāciju pareizu izpildi.

1. Klātienes apmācībās var piedalīties persona (gan pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs, gan apmācāmais), kuri ir iepazinušies iepriekš ar katras apmācītājorganizācijas sagatavoto rakstisku instrukciju, kurā ir norādīta informācija, ka apmācāmais un pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs ir informēti par to, ka uz klātienes nodarbībām nedrīkst ierasties ar COVID-19 apstiprinātu saslimšanu, ar akūtām elpceļu infekcijas pazīmēm (paaugstināta ķermeņa temperatūra, rīkles iekaisums, klepus, elpas trūkums), un kurām ir noteikts pienākums ievērot mājas karantīnu vai pašizolāciju. Šai instrukcijai ir jābūt redzami novietotai arī mācību telpā. Pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs un apmācāmais parakstās par šīs instrukcijas iepazīšanos apmācāmās grupas sarakstā atsevišķi izveidotās ailēs.
2. Apmācības notiek atsevišķi vēdināmā telpā ar logiem vai mākslīgo ventilāciju, telpas izmērs nav mazāks par 25m².
3. Praktiskās apmācības klātienē var notikt, ja pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs un apmācāmais visas apmācības laikā lieto cimdus (vienreizējās lietošanas), kuri tiek mainīti regulāri/vai veikta roku dezinfekcija ik pēc katras izpildāmās manipulācijas. Pēc Slimību profilakses kontroles centra sniegtajām rekomendācijām, pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs apmācību laikā lieto respiratoru (vismaz FFP2 klases) bez vārsta un apmācāmais lieto medicīnisko sejas masku. Respirators tiek mainīts ik pēc 3 – 4 stundām, ja nepieciešams arī biežāk, vai saskaņā ar ražotāja norādīto informāciju.
4. Pēc katra apmācāmā veic lietotā mācību līdzekļa/inventāra dezinfekciju (manekens, paklājs).
5. Pasniedzējs regulāri, ik pēc katras nodarbības veic telpas virsmu apstrādi ar dezinficējošu līdzekli, saskaņā ar apmācītājorganizācijas izstrādāto telpas un aprīkojuma dezinfekcijas plānu, kurš tiek izsniegts pirmās palīdzības apmācības pasniedzējam uz katru nodarbību.
6. Pēc Veselības inspekcijas sniegtajām rekomendācijām - izlietotais mīkstais inventārs tiek savākts atsevišķi maisā un tiek izmests parastajos sadzīves atkritumos.
7. Regulāri, ik pēc katras nodarbības vismaz 15 min (ziemā – vismaz 5 minūtes) notiek apmācību telpas vēdināšana. Saskaņā ar Slimību un profilakses kontroles centra rekomendācijām, apmācību telpā jāievēro šādi pareizas telpas vēdināšanas pamatnosacījumi:
8. vēdināšanas laikā telpā neuzturas apmācāmie,
9. vēdināšana tiek veikta ar pilnībā, nevis pusvirus atvērtu logu (-iem),
10. vēdina atverot visas konkrētās telpas logus un durvis, ja pastāv tāda iespēja,
11. starpbrīdim atvēlētais laiks maksimāli tiek izmantots vēdināšanai.
12. Apmācītājorganizācija/pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs pirms praktisko nodarbību uzsākšanas katram apmācāmajam nodrošina pirmās palīdzības praktisko manipulāciju apguvei nepieciešamo materiālu komplektu (vienreizējās lietošanas cimdus, marles saites, trīsstūrveida lakatiņi, marles komprese, utt.), saskaņā ar Ministru kabineta 2010.gada 3.augusta noteikumu Nr.713 “Noteikumi par kārtību, kādā nodrošina apmācību pirmās palīdzības sniegšanā, un pirmās palīdzības aptieciņas medicīnisko materiālu minimumu” pielikumā norādīto.
13. Pasniedzēja kompetencē ir izvērtēt katram apmācāmajam nepieciešamo laiku praktiskās daļas apguvē, lai nodrošinātu, **ka tiek apgūtas visas algoritmos minētās praktiskās manipulācijas un apmācāmais tās pārvalda (**uz vienu apmācāmo praktiskās daļas apguvei un zināšanu pārbaudījuma kārtošani rekomendētaisminimālais laiks ir 60 minūtes, šajā laikā ik pēc 30 minūtēm tiek veidotas mikro pauzes (5 min.) un pēc katra apmācāmā tiek paredzētas 15 minūšu pauzes, kuru laikā notiek telpas virsmu dezinfekcija un vēdināšana), ja iepazīšanās ar praktiskajām manipulācijām notikusi attālināti. Ja iepazīšanās ar praktiskajām manipulācijām nav notikusi attālināti, tad apmācību ilgums tiek pagarināts.
14. Zināšanu pārbaudījums tiek īstenots **tikai pēc programmas apguves!** (MK noteikumu Nr.557 46.punkts).
15. Pārbaudījuma testu veic klātienē, vai, ja ir iespējams, attālināti – datorizēti (testu izdrukas pievieno apmācību reģistrācijas žurnālam un nodod apmācītājorganizācijai).
16. Mājas apstākļos apmācāmā uzfilmētās pareizi veiktās praktiskās manipulācijas var tikt ieskaitītas zināšanu pārbaudījumā kā apgūtas (pārbaudījuma 3.daļa).

**Metodiskie norādījumi pirmās palīdzības apmācību programmas praktiskajā daļā apgūstamās manipulācijās**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Praktiskā manipulācija** | **Īstenošana** | **Apmācības veids** |
| Atdzīvināšanas pasākumi | Atbilstoši NMPD algoritmiem (elpināšanu neveic). | Pilnais treniņš, notiek klātienē |
| Stabilā sānu poza | Manipulāciju apgūst skatoties apmācītājorganizācijas veidoto mācību video, var izmantot arī NMPD mājas lapā pieejamo video - <https://www.nmpd.gov.lv/lv/atdzivinasanas-pasakumi-pieaugusajiem> vai tiešsaistes video, kur pasniedzējs ar trīskāršās demonstrācijas paņēmieniem demonstrē pareizu manipulācijas izpildi. Apmācāmais savas zināšanas un prasmes demonstrē vai nu pats noguļoties stabilajā sānu pozā papildus stāstot glābēja veicamās darbības un roku novietošanas pozīcijas vai, ja iespējams, demonstrējot uz kāda no saviem ģimenes locekļiem (tiešsaiste vai ierakstīts video). | Pilnais treniņš |
| Asiņošanas apturēšana | Manipulāciju apgūst skatoties apmācītājorganizācijas veidoto mācību video, var izmantot arī NMPD mājas lapā pieejamo video - <http://www.nmpd.gov.lv/nmpd/pirma_palidziba/palidziba/dzivibai_bistama_asinosana/> vai tiešsaistes video, kur pasniedzējs ar trīskāršās demonstrācijas paņēmieniem demonstrē pareizu manipulācijas izpildi, nepieciešamības gadījumā to papildinot ar atbilstošiem attēliem. Apmācāmais praktisko manipulāciju demonstrē uz atbilstoša priekšmeta. | Pilnais treniņš, notiek klātienē |
| Pārsējs abām acīm ar trīsstūrveida lakatiņu | Manipulāciju apgūst skatoties apmācītājorganizācijas veidoto mācību video, var izmantot šādu pieejamo video - <https://www.youtube.com/watch?v=kAjMxo441TY&list=PLpRMvIR5Lj8Pfem8t0l1XCGArT0ZsXe9w&index=22>,  vai tiešsaistes video, kur pasniedzējs ar trīskāršās demonstrācijas paņēmieniem demonstrē pareizu manipulācijas izpildi vai ilustratīvus attēlus, kuros soli pa solim atspoguļotas veicamās darbības, kopā ar aprakstu. Apmācāmais praktisko manipulāciju demonstrē uz manekena. | Pilnais treniņš, notiek klātienē |
| Cietušā pasargāšana no atdzišanas, izmantojot folijas segu | Manipulāciju apgūst skatoties apmācītājorganizācijas veidoto mācību video, var izmantot šādu pieejamo video - <https://www.youtube.com/watch?v=IYIjtQIjSH0&list=PLpRMvIR5Lj8Pfem8t0l1XCGArT0ZsXe9w&index=36> vai tiešsaistes video, kur pasniedzējs ar trīskāršās demonstrācijas paņēmieniem demonstrē pareizu manipulācijas izpildi. Apmācāmais mutiski klātienē izstāsta veicamo darbību secību, apstākļus, kam īpaši pievēršama uzmanība.  Apmācāmais demonstrē šo manipulāciju uz pilna auguma manekena (ja tas ir iespējams). | Demonstrācija un treniņš |
| Rokas fiksācija ar diviem trīsstūrveida lakatiņiem | Manipulāciju apgūst skatoties apmācītājorganizācijas veidoto mācību video, var izmantot arī NMPD mājas lapā pieejamo video - <http://www.nmpd.gov.lv/nmpd/pirma_palidziba/palidziba/traumas/>, vai tiešsaistes video, kur pasniedzējs ar trīskāršās demonstrācijas paņēmieniem demonstrē pareizu manipulācijas izpildi. Apmācāmais savas zināšanas un prasmes demonstrē, ja iespējams, uz kāda no saviem ģimenes locekļiem (uzfilmē video) vai mutiski klātienē izstāsta glābšanas secību un demonstrē mezgla sasiešanu lakatiņam. | Pilnais treniņš |
| Glābēja rīcība autoavārijas gadījumā | Manipulāciju apgūst skatoties apmācītājorganizācijas veidoto mācību video, var izmantot šādu pieejamo video - <https://youtu.be/gKeyEpR1lRU> vai tiešsaistes video, kur pasniedzējs ar trīskāršās demonstrācijas paņēmieniem demonstrē pareizu manipulācijas izpildi. Apmācāmais savas zināšanas un prasmes demonstrē klātienē (uz manekena, kas novietots uz krēsla) izpildot algoritma 2.1. un 2.2 punktā aprakstītās darbības, 2.3-2.5.punktos minēto darbību izpildi imitē tikai runājot, bez reālas darbības. | Pilnais treniņš |
| Motociklista aizsargķiveres noņemšana | Manipulāciju apgūst skatoties apmācītājorganizācijas veidoto mācību video, šādu pieejamo video - <https://www.facebook.com/NMPdienests/videos/903462853517983/> vai tiešsaistes video, kur pasniedzējs ar trīskāršās demonstrācijas paņēmieniem demonstrē pareizu manipulācijas izpildi. Ja apmācāmais vēlas, tad šo manipulāciju viņš demonstrē uz manekena. | Demonstrācija un treniņš, notiek klātienē |
| Svešķermenis elpceļos | Manipulāciju apgūst skatoties apmācītājorganizācijas veidoto mācību video, var izmantot arī NMPD mājas lapā pieejamo video - <https://www.youtube.com/watch?v=VUb7R7rmvDA&list=PLpRMvIR5Lj8Pfem8t0l1XCGArT0ZsXe9w&index=1> vai tiešsaistes video, kur pasniedzējs ar trīskāršās demonstrācijas paņēmieniem demonstrē pareizu manipulācijas izpildi. Apmācāmais savas zināšanas un prasmes demonstrē, manipulāciju veicot uz manekena. | Pilnais treniņš, notiek klātienē |
| Asiņošanas apturēšana ar pārsēju no amputācijas brūces (ciešā brūces nosaitēšana) | Manipulāciju apgūst skatoties apmācītājorganizācijas veidoto mācību video, var izmantot šādu pieejamo video - <https://www.youtube.com/watch?v=8DBHCIo_7uE&list=PLpRMvIR5Lj8Pfem8t0l1XCGArT0ZsXe9w&index=16> par pareizu ķermeņa daļas saglabāšanu vai tiešsaistes video, kur pasniedzējs ar trīskāršās demonstrācijas paņēmieniem demonstrē pareizu manipulācijas izpildi. Apmācāmais savas zināšanas un prasmes demonstrē klātienē uz atbilstoša priekšmeta. | Pilnais treniņš, notiek klātienē |

Pirmās palīdzības apmācības sistēmas organizēšanas

nodaļas vadītājas pienākumu izpildītāja I.Purmale