

Приложение № 11 к приказу ОГБУЗ «ТЦМК» от 26.05.26 № 27

**Областное государственное бюджетное учреждение здравоохранения  
«Территориальный центр медицины катастроф»**

УТВЕРЖДАЮ

Начальник ОГБУЗ «Территориальный центр медицины катастроф»



Н.Л. Денисов

2026 г.

**ПРОГРАММА  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
повышение квалификации  
личного состава ГПС МЧС России по Томской области  
«Первая помощь по спасению и поддержанию жизни пострадавших при  
экстремальных и чрезвычайных ситуациях»**

Нормативный срок освоения программы 72 ак. часа

Учреждение – разработчик: ОГБУЗ «Территориальный центр медицины катастроф»  
г. Томск

### **Содержание программы**

1. Пояснительная записка.....	3
2. Характеристика программы.....	4
3. Планируемые результаты освоения программы .....	5
4. Требования к слушателям.....	9
5. Форма и продолжительность обучения.....	9
6. Формы аттестации и оценочные материалы.....	9
7. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	10
8. Учебно-методическое обеспечение программы.....	12
9. Материально – техническое обеспечение программы.....	12
10. Учебный план программы повышения квалификации личного состава ГПС МЧС России Томской области.....	13
11. Примерный календарный учебный график.....	14
12. Содержание учебного материала программы.....	20

## **1. Пояснительная записка**

Программа дополнительного профессионального образования повышения квалификации личного состава Государственной противопожарной службы (ГПС) МЧС России по Томской области «Первая помощь по спасению и поддержанию жизни пострадавших при экстремальных и чрезвычайных ситуациях» (далее – Программа) ориентирована на совершенствование профессиональных компетенций специалистов ГПС МЧС России по Томской области в части оказания первой помощи пострадавшим непосредственно на месте происшествия или на догоспитальном этапе в ходе выполнения своих профессиональных обязанностей.

Основой для оказания первой помощи в рамках выполнения профессиональных обязанностей для специалистов ГПС МЧС России являются требования нормативных правовых актов Российской Федерации.

Программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»;
- Федерального закона от 22 августа 1995 г. № 151-ФЗ «О спасательных службах и статусе спасателей» (в части, касающейся полномочий спасателей по оказанию первой помощи);
- Приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03 мая 2024 г. № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи».
- Приказ МЧС России от 19 мая 2023 г. № 489 «Об утверждении Порядка организации подготовки военнослужащих спасательных воинских формирований МЧС России и медицинских специалистов медицинских (военно-медицинских) подразделений спасательных воинских формирований МЧС России по проведению мероприятий по оказанию первой помощи».
- Приказ от 26.04.2024 № 209н "Об утверждении требований к комплектации укладки для оказания первой помощи с применением медицинских изделий для оснащения пожарных автомобилей».

Сформированные в результате занятий по данной Программе знания и навыки позволят специалистам ГПС МЧС России:



- Правильно и своевременно ориентироваться на месте происшествия в отношении состояния пострадавших.
- Определять очередность и правильность выполнения мероприятий по оказанию помощи людям, пострадавшим от факторов чрезвычайной ситуации (происшествия).
- Эффективно применять табельные и подручные средства для оказания первой помощи.

Реализация Программы направлена на достижение одной из основных целей деятельности специалистов ГПС МЧС России: сохранение жизни, минимизацию ущерба, наносимого здоровью пострадавших, до прибытия квалифицированной медицинской помощи.

## **2. Характеристики программы**

### **2.1. Цель подготовки**

Совершенствование профессиональных знаний, умений и навыков в области оказания первой помощи пострадавшим при экстремальных и чрезвычайных ситуациях, необходимых для эффективного выполнения служебных обязанностей специалистами Государственной противопожарной службы (ГПС) МЧС России.

### **2.2. Задачи подготовки**

#### **2.2.1. Теоретические:**

- Усвоение современных знаний об основах оказания первой помощи пострадавшим при чрезвычайных ситуациях (ЧС) в объеме, предусмотренном программой.
- Изучение правовых, организационных и медицинских аспектов оказания первой помощи.
- Формирование понимания важности своевременного и правильного оказания первой помощи для сохранения жизни и здоровья пострадавших.
- Развитие навыков оценки собственной безопасности при действиях в условиях ЧС.

#### **2.2.2. Практические:**

- Овладение и отработка практических приемов и техник оказания первой помощи с использованием специального обучающего оборудования (фантомов, тренажеров), табельных и подручных средств.
- Отработка алгоритмов действий при оказании первой помощи при различных видах травм и неотложных состояниях.

- Формирование умения проводить первичный осмотр пострадавшего для определения его состояния ("диагноз спасателя").
- Развитие навыков принятия решений в условиях ограниченного времени и неполной информации при решении ситуационных задач.

2.3. Периодичность повышения квалификации: не реже одного раза в 3 года.

### **3. Планируемые результаты освоения программы**

Профессиональная компетенция: Способность применять на практике установленные стандарты и методики оказания первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, действовать безопасно и эффективно в условиях профессиональной деятельности.

3.1. По окончании обучения слушатель должен знать:

3.1.1 Нормативно-правовые и организационные основы:

- Законодательные и правовые основы оказания первой помощи в Российской Федерации.
- Права, обязанности и ответственность граждан, оказывающих первую помощь.
- Структуру и задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).
- Нормативные документы, регламентирующие деятельность спасателя, а также режим труда и отдыха при ликвидации последствий ЧС.

3.1.2. Основы анатомии, физиологии и патологии:

- Основные понятия анатомии и физиологии человека, включая анатомо-физиологические особенности детского организма.
- Биомеханику основных видов повреждений, их проявления и отличительные признаки (в объеме, необходимом для понимания причин возникновения травм).
- Патогенез (механизмы развития) острых состояний, травм и заболеваний, требующих оказания первой помощи (в объеме, необходимом для понимания сути состояний и принципов оказания помощи).

3.1.3. Методы и приемы оказания первой помощи при различных состояниях:

- Правила и порядок осмотра пострадавшего.
- Алгоритмы действий при оказании первой помощи (включая сердечно-легочную реанимацию).
- Определение клинической и биологической смерти.



- Методы временной остановки кровотечения (артериального, венозного, капиллярного) с использованием табельных и подручных средств.
- Признаки и принципы оказания первой помощи при травматическом шоке.
- Оказание первой помощи при утоплении (удаление воды из дыхательных путей, СЛР), при электротравме (отключение источника, оценка состояния).

#### 3.1.4. При травмах:

- Общие принципы оказания первой помощи при различных видах ран и ожогах.
- Принципы оказания помощи при скелетных травмах (переломы, вывихи), включая иммобилизацию.
- Принципы оказания первой помощи при травмах головы, грудной клетки, живота.
- Принципы оказания первой помощи при травмах позвоночника, таза, лица, органов зрения и слуха.
- Принципы оказания первой помощи при синдроме длительного сдавления и синдроме позиционной ишемии.
- При термических, химических и электрических поражениях:
- Особенности термических ожогов (включая дыхательных путей), их классификация, принципы оказания первой помощи.
- Особенности химических ожогов, принципы первой помощи.
- Об особенностях электрических ожогов.
- Биомеханика холодовой травмы, степени отморожения, переохлаждение, алгоритм оказания помощи.

#### 3.1.5. При острых заболеваниях и состояниях:

- Основные проявления и первая помощь при острых заболеваниях органов дыхания (приступ бронхиальной астмы, стеноз у детей, одышка, удушье).
- Основные проявления и первая помощь при острых заболеваниях сердца и сосудов (стенокардия, инфаркт миокарда, сердечная недостаточность, отек легких, гипертонический криз, нарушение мозгового кровообращения (инсульт)).
- Основные проявления и первая помощь при острых заболеваниях органов системы пищеварения (перфорация, кровотечение).
- Основные проявления и первая помощь при острой патологии почек и мочевыводящих путей (колики).
- Основные проявления и первая помощь при острой патологии центральной и периферической нервной системы (коматозные состояния).

- Клиника опасных для жизни аллергических реакций (отек Квинке, анафилактический шок), первая помощь.

### 3.1.6. При специфических состояниях и воздействиях:

- Принципы оказания первой помощи при бытовых и промышленных отравлениях, передозировке наркотических веществ.
- Оказание первой помощи пострадавшим в очаге радиационной аварии.
- Принципы оказания первой помощи при дорожно-транспортных происшествиях.
- Психологические аспекты оказания первой помощи:
- Реакции на травму и стресс.
- Коммуникация с пострадавшим.
- Работа с болевым синдромом и страхом.
- Саморегуляция и управление эмоциями.
- Обеспечение безопасности и профилактика:
- Правила техники безопасности при эвакуации и транспортировке пострадавших.
- Основы эпидемиологии, гигиенические знания, приемы профилактики парентеральных инфекций при оказании первой помощи.
- Медико-тактическая характеристика очагов заражения (химические, радиационные), коллективные и индивидуальные средства защиты.
- Анатомо-физиологические особенности детей, пожилых, беременных при оказании первой помощи.

## 3.2. Уметь:

### 3.2.1. Действия в чрезвычайных ситуациях (ЧС) и организация помощи:

- Ориентироваться в обстановке ЧС.
- Проводить эвакуационные работы, включая использование специального и подручного снаряжения -носилки.
- Переносить пострадавших различными способами (включая без носилок, подъем/спуск, извлечение из автомобиля).
- Придавать пострадавшим необходимые транспортные положения.
- Проводить медицинскую сортировку пострадавших и выделять сортировочные группы.
- Обеспечивать безопасность при проведении манипуляций (обработка рук, действия при попадании биологических жидкостей).
- Диагностика и мониторинг состояния пострадавшего:
- Проводить правильный первичный осмотр пострадавшего.



- Определять степени нарушения сознания.
- Находить и подсчитывать пульс, определять точки прижатия артерий.
- Измерять частоту дыхательных движений.
- Наблюдать за общим состоянием пострадавшего.
- Оказание первой помощи при остановке дыхания и кровообращения:
- Применять приемы восстановления проходимости верхних дыхательных путей.
- Выполнять искусственное дыхание (рот в рот, рот в нос).
- Проводить непрямой массаж сердца (взрослому, ребенку).
- Проводить полный комплекс элементарной сердечно-легочной реанимации (ЭЛР) (одному и двумя спасателями), в том числе с использованием специальной дыхательной аппаратуры.

### 3.2.2. Оказание первой помощи при травмах и кровотечениях:

- Проводить временную остановку кровотечения (артериального, венозного, капиллярного) табельными и подручными средствами.
- Оказывать помощь при травматическом шоке.
- Проводить элементарные приемы обезболивания.
- Обрабатывать раны.
- Накладывать различные виды повязок (табельные и импровизированные).
- Оказывать первую помощь при скелетных травмах, включая иммобилизацию табельными и подручными средствами, накладывать шейную шину.
- Оказывать первую помощь при ушибах, растяжениях, вывихах.
- Оказывать первую помощь при травмах головы, грудной клетки, живота.
- Оказывать первую помощь при открытом, закрытом, напряженном и клапанном пневмотораксе.

### 3.2.3. Оказание первой помощи при состояниях, требующих неотложных действий:

- Оказывать первую помощь при коматозных состояниях.
- Оказывать первую помощь при острых заболеваниях и неотложных состояниях (указываются подробнее по соответствующим пунктам "знать").
- Психологическая поддержка и саморегуляция:
- Оказывать первую психологическую помощь.
- Оказывать первую помощь при острой психической травме.
- Применять приемы психологической саморегуляции.



#### **4. Требования к слушателям**

##### **4.1. Состав слушателей (предельный контингент)**

К освоению дополнительной профессиональной программы допускаются сотрудники Государственной противопожарной службы МЧС России Томской области.

##### **4.2. Общие требования для слушателей**

К освоению дополнительной профессиональной программы допускаются лица, которые обучаются по основным профессиональным образовательным программам среднего профессионального и (или) высшего образования, и (или) уже получили документ о среднем профессиональном и (или) высшем образовании.

#### **5. Форма и продолжительность обучения**

Форма обучения и продолжительность обучения: Очная. Продолжительность обучения – 72 академических часа, включающие аудиторные занятия и самостоятельную работу обучающихся по освоению программы.

#### **6. Формы аттестации и оценочные материалы**

Контроль усвоения знаний и умений осуществляется в ходе выполнения промежуточной аттестации в форме тестирования, ответов на вопросы билетов, практического решения ситуационных задач, сдачи навыков сердечно-лёгочной реанимации на специальном фантомном обучающем оборудовании.

Итоговая аттестация проходит в виде сдачи экзамена, состоящего из теоретического (тестирование) и практического этапов (практические ответы на вопросы билетов). К итоговой аттестации допускаются лица, успешно освоившие программу.

Порядок организации и осуществления текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации слушателей регламентируется Положением о текущем контроле успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации слушателей ОГБУЗ «Территориальный центр медицины катастроф».

## **7. Организационно-педагогические условия реализации программы**

7.1. Реализация образовательной программы осуществляется на базе ОГБУЗ «Территориальный центр медицины катастроф» с использованием следующих ресурсов и условий:

- Специально оборудованный класс, предназначенный для проведения лекционных и практических занятий.
- Аудитории оснащены необходимыми техническими средствами обучения (мультимедийные проекторы, экраны, компьютеры), наглядными пособиями и методической литературой по первой помощи (плакаты по анатомии, схемы оказания первой помощи, муляжи травм).
- Специальное обучающее (фантомное) оборудование: Обязательно для отработки навыков сердечно-лёгочной реанимации (СЛР) и других практических навыков, требующих точной имитации.
- Табельные и подручные средства первой помощи: Для имитации реальных условий и отработки правильного применения всего спектра доступных средств.
- Тренажеры с системами оценки правильности выполнения манипуляций: Используются для отработки навыков первой помощи при решении ситуационных задач, имитирующих различные травматические состояния.

Практическая отработка навыков сердечно-легочной реанимации (СЛР) проводится исключительно на специализированных фантомных манекенах. Отработка навыков на реальных людях (включая обучающихся) для СЛР категорически запрещена в целях безопасности.

Организационно-методический отдел ОГБУЗ «Территориальный центр медицины катастроф» осуществляет общее руководство и методическое сопровождение обучения. Используется актуальная методическая литература, нормативные документы и руководства по оказанию первой помощи.

В период обучения рекомендована та форма одежды, в которой слушатели осуществляют свою профессиональную деятельность. Женщинам рекомендуется использовать брюки для обеспечения удобства выполнения практических навыков.

По окончании обучения слушателям, успешно освоившим программу и сдавшим итоговую аттестацию, выдаётся удостоверение собственного образца.

7.2. Самостоятельная работа обучающихся:

- Самостоятельная работа (самоподготовка) является неотъемлемой частью освоения программы повышения квалификации объемом 72 академических часа.



Самостоятельная подготовка направлена на углубление теоретических знаний, закрепление практических навыков и систематизацию полученной информации.

- Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в соответствии с учебно-тематическим планом и календарным графиком и включает:
- Детальное изучение теоретических материалов: чтение лекций, методических пособий, рекомендованных преподавателем.
- Просмотр и анализ обучающих материалов: презентации, демонстрации правильности выполнения приемов, записи видеороликов (при наличии).
- Подготовка к теоретическим и практическим занятиям: ознакомление с темами, которые будут обсуждаться, подготовка вопросов для преподавателя.
- Выполнение заданий для самостоятельной работы: решение ситуационных задач, подготовка кратких докладов или резюме по отдельным темам (если предусмотрено программой).
- Подготовка к промежуточным и итоговой аттестации: решение тестовых заданий, проработка алгоритмов оказания первой помощи.

### 7.3. Информационное и методическое обеспечение самостоятельной работы:

Все необходимые материалы для самоподготовки (учебные пособия, ссылки на видеоресурсы, нормативные документы, задания) будут предоставлены преподавателем в электронном или печатном виде в начале обучения или по ходу его проведения. Преподаватель консультирует слушателей по вопросам самостоятельной работы в рамках учебных занятий.

Эффективность самостоятельной работы контролируется посредством: Устных опросов на лекционных и практических занятиях, решением ситуационных задач. Тестирования по разделам программы (промежуточного и итогового). Наблюдения за уровнем подготовки слушателей при выполнении практических навыков.

Оценка уровня теоретической подготовки производится по результатам решения заданий в тестовой форме в соответствии с универсальной шкалой:

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений
60% и более	Тест пройден
59% и менее	Тест не пройден



## **8. Учебно-методическое обеспечение программы**

- Дежурный Л.И., Колодкин А.А. Организация подготовки населения и сотрудников экстренных оперативных служб приемам оказания первой помощи на территории Российской Федерации: Методические рекомендации. Москва, 2024 (первая редакция), 2025 (вторая редакция).
- Первая помощь: Учебное пособие для лиц, оказывающих первую помощь в соответствии с Порядком оказания первой помощи. Под редакцией Л.И. Дежурного, Г.В. Неудахина, А.А. Колодкина, А.Ю. Закурдаевой. Москва 2025.
- Практическое пособие МЧС: Психологическая поддержка. 2023.

## **9. Материально – техническое обеспечение программы**

Материально-техническое обеспечение учебного процесса обеспечивает возможность достижения обучающимися заявленных в программе компетенций и результатов обучения. Обеспечение осуществляется на базе ОГБУЗ «Территориальный центр медицины катастроф» и включает:

### **9.1. Основное оборудование для отработки практических навыков:**

- Фантомное оборудование (манекены-тренажеры). Предназначение: Комплексная отработка практических навыков оказания первой помощи, включая сердечно-лёгочную реанимацию (СЛР), приемы защиты дыхательных путей, искусственную вентиляцию легких.
- Наборы имитаторов различных видов повреждений. Предназначение: Имитация различных травм (раны, кровотечения, ожоги, переломы) для реалистичной отработки навыков оказания первой помощи в рамках ситуационных задач.
- Наборы для оказания первой помощи (специализированные).
- Табельные и подручные средства оказания первой помощи: Включают, но не ограничиваются: перевязочный материал (бинты, марлевые салфетки, пластыри), средства фиксации (косынки, фиксирующие бинты), шины (иммобилизующие, стандартные), жгуты, ремни (для остановки кровотечения), простыни, ножницы и другие вспомогательные средства.
- Сумка-укладка со средствами первой помощи.

### **9.2 Технические средства обучения и мультимедийное оборудование:**

- Ноутбук: 1 шт. (для подготовки и демонстрации учебных материалов).
- Проектор: 1 шт. (для показа презентаций, видеоматериалов).
- Экран: Напольный переносной экран: 1 шт.

### 9.3. Учебно-методические материалы и мебель:

- Учебные плакаты и баннеры: 6 экз. (наглядные пособия по анатомии, физиологии, алгоритмам оказания первой помощи, анатомические схемы).
- Столы, стулья (для размещения слушателей и оборудования).

*Доступ к методической литературе и актуальным руководствам по оказанию первой помощи обеспечивается через Организационно-методический отдел.*

## 10. Учебный план программы повышения квалификации личного состава ГПС МЧС России Томской области

№ раздела	Наименование разделов, тем	Академические часы			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Введение в программу. Организация и правовые основы оказания первой помощи. Порядок оказания первой помощи.	6	0	6	Тест -контроль
2	Основы анатомии и физиологии человека в объеме, необходимом для оказания первой помощи. (самоподготовка по средствам решения тестовых заданий)	6	0	6	Тест -контроль
3	Оценка состояния пострадавшего и сортировка	6	6	12	Тест -контроль. Зачет практический
4	Сердечно-легочная реанимация (СЛР) и	6	6	12	Тест-контроль. Зачет практический

№ раздела	Наименование разделов, тем	Академические часы			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
	восстановление проходимости дыхательных путей				
5	Первая помощь при травмах и кровотечениях.	5	12	17	Тест-контроль. Зачет практический
6	Работа с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях	3	9	12	Тест-контроль. Зачет практический
7	Психологическая помощь и саморегуляция	1	2	3	-
8	Итоговая аттестация	0	4	4	Итоговый тест. Практический экзамен
<b>ИТОГО:</b>		<b>35</b>	<b>37</b>	<b>72</b>	

### 11. Примерный календарный учебный график

Календарный график является примерным. Он может корректироваться с учетом реальных возможностей, доступности аудиторий и преподавательского состава. Возможно, некоторые темы будут объединены в один день, или, наоборот, потребуют больше времени.

День	№ раздела	Наименование разделов, тем	Всего часов	Форма занятий	Изучаемые вопросы
День 1	1	Введение и правовые основы.	6	Организационные вопросы, знакомство.	- Цели и задачи программы. - Общие понятия



День	№ раздела	Наименование разделов, тем	Всего часов	Форма занятий	Изучаемые вопросы
				Лекции. Время, отведенное на раздел, включает аудиторные занятия и рекомендацию по самостоятельной работе с материалами.	о первой помощи. - Правовые основы оказания первой помощи в РФ. - Порядок оказания первой помощи. - Ответственность спасателя. - Санитарно-гигиенические требования при оказании первой помощи.
День 2	2	Основы анатомии и физиологии.	6	Лекции. Время, отведенное на раздел, включает аудиторные занятия и рекомендацию по самостоятельной работе с материалами	- Системы органов человека (кровообращения, дыхания, нервная система). - Анатомические ориентиры. - Физиологические показатели: пульс, дыхание, АД, сознание.
День 3	3	Оценка состояния и сортировка.	6	Лекция, Практическое занятие (отработка алгоритма, оценка сознания)	- Алгоритм оценки состояния пострадавшего. - Определение уровня сознания (шкала Глазго).
День 4	3	Оценка состояния и сортировка.	6	Практическое занятие (отработка алгоритма, оценка сознания)	- Вызов скорой медицинской помощи и специализированных служб. - Медицинская сортировка:

День	№ раздела	Наименование разделов, тем	Всего часов	Форма занятий	Изучаемые вопросы
					принципы, группы.
День 5	4	Сердечно-легочная реанимация (СЛР).	6	Лекция, Практическое занятие (отработка приемов, СЛР на манекене)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Причины остановки дыхания и кровообращения.</li> <li>- Приемы восстановления проходимости верхних дыхательных путей.</li> <li>- Искусственное дыхание (рот в рот, рот в нос).</li> </ul>
День 6	4	Сердечно-легочная реанимация (СЛР).	6	Практическое занятие (отработка приемов, СЛР на манекене)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Непрямой массаж сердца (взрослому, ребенку).</li> <li>- Комплексная СЛР (один и два спасателя).</li> <li>- Использование дыхательной аппаратуры.</li> <li>- Перевод пострадавшего в стабильное боковое положение.</li> </ul>
День 7	5	Первая помощь при травмах и кровотечениях.	6	Лекция, Практическое занятие (остановка кровотечений, наложение жгута).	<p>5.1. Травмы и кровотечения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Классификация повреждений.</li> <li>- Первая помощь при наружных и внутренних кровотечениях.</li> <li>- Временная остановка кровотечения (табельные и подручные</li> </ul>

День	№ раздела	Наименование разделов, тем	Всего часов	Форма занятий	Изучаемые вопросы
					средства). - Первая помощь при травматическом шоке.
День 8	5.1 (продолжение)	Первая помощь при травмах.	3	Лекция, Практическое занятие (наложение шин, фиксация).	- Первая помощь при скелетных травмах: - Иммобилизация (табельные и подручные средства) - Наложение шейной шины - Первая помощь при ушибах, растяжениях, вывихах. - Первая помощь при травмах конечностей. - Первая помощь при травмах головы, груди, живота. - Первая помощь при пневмотораксе (открытом, закрытом, напряженном, клапанном).
День 9	5.1, 5.2 (продолжение)	Первая помощь при травмах и ожогах.	3	Лекция, Практическое занятие (наложение повязок, обработка ран).	5.2. Ожоги и отморожения: - Обработка ран. - Наложение повязок (табельные и импровизированные)



День	№ раздела	Наименование разделов, тем	Всего часов	Форма занятий	Изучаемые вопросы
					ые). - Первая помощь при ожогах. - Первая помощь при отморожениях.
День 10	5.3,5.4 (продолжение)	Первая помощь при острых состояниях.	5	Лекция, Практическое занятие (действия при внезапных заболеваниях), в т.ч. самост. изучение.	5.3. Острые состояния и заболевания: - Первая помощь при коматозных состояниях. - Первая помощь при острых заболеваниях (инфаркт, инсульт, анафилактический шок и др.). - Специфические воздействия. 5.4. Первая помощь при отравлении различной этиологии: - Пищевые отравления. - Отравление угарным газом. - Отравления лекарственными средствами.
День 11	6	Работа пострадавшими ЧС	6	Лекция, Практическое занятие (техники перемещения.	Извлечение пострадавшего из автомобиля. - Подъем и спуск пострадавшего. - Переноска пострадавшего подручными средствами. - Работа с носилками.

День ь	№ раздела	Наименование разделов, тем	Всего часо в	Форма занятий	Изучаемые вопросы
День 12	6	Работа с пострадавшими ЧС в	6	Практическое занятие (техники перемещения).	Транспортировка пострадавших. - Оказание первой помощи при травмах, полученных в условиях ЧС (обвалы, затопления, техногенные аварии).
День 13	7	Психологическая помощь и саморегуляция	3	Лекция, основы психопомощи, в т.ч. самост. изучение.	- Основы первой психологической помощи. - Острая психическая травма: проявления и помощь. - Стресс и его преодоление. - Приемы психологической саморегуляции. - Взаимодействие с пострадавшими в стрессовых состояниях.
День 11	8	Итоговая аттестация (экзамен)	4	Экзамен (теоретическая и практическая части)	Проверка теоретических знаний (тестирование/устный опрос). - Проверка практических навыков (выполнение манипуляций и алгоритмов).

## 12. Содержание учебного материала по программы

### Раздел 1: Введение и правовые основы оказания первой помощи (6 академических часов)

1.1. Введение в программу. Организация и актуальность оказания первой помощи в деятельности ГПС МЧС России.

Цели и задачи программы: Ознакомление с образовательными целями, ожидаемыми результатами обучения, структурой занятий.

Роль и место первой помощи: Значение своевременного оказания первой помощи для спасения жизни и минимизации последствий травм и заболеваний, особенно в условиях ЧС и пожаров.

Законодательная база: Обзор нормативно-правовых актов, определяющих порядок оказания первой помощи в РФ.

Организация деятельности ГПС: Место и роль подразделений ГПС в системе оказания помощи населению при ЧС, взаимодействие с другими экстренными службами.

Типичные происшествия: Анализ наиболее частых ситуаций, требующих оказания первой помощи (пожары, ДТП, техногенные аварии, обрушения и т.д.).

Особенности оказания первой помощи в зоне ЧС: Работа в условиях риска, ограниченного времени, ограниченных ресурсов, эмоционального напряжения.

1.2. Правовые основы оказания первой помощи в Российской Федерации.

Ответственность спасателя. Федеральные и ведомственные нормативные акты:

Подробное изучение ключевых положений ФЗ-323 "Об основах охраны здоровья граждан", Приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03 мая 2024 г. № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи».

Что является первой помощью: Четкое определение видов помощи, входящих в понятие «первая помощь».

Кто имеет право оказывать первую помощь: Условия и ограничения.

Обязанности спасателя: Права и обязанности сотрудника ГПС при оказании первой помощи пострадавшему, включая действия до прибытия медиков.

Юридическая ответственность: Разбор понятий "крайняя необходимость", "обоснованный риск", "неосторожность", "халатность" применительно к оказанию первой помощи. Случаи отсутствия ответственности.

Особенности документооборота: Если применимо, краткий обзор фиксации факта оказания помощи.



1.3. Основы санитарно-гигиенических и эпидемиологических знаний при работе в ЧС  
Принципы инфекционной безопасности при оказании первой помощи.

Пути передачи инфекций: Кровь, биологические жидкости.

Использование средств индивидуальной защиты (СИЗ): Перчатки, маски, очки.

Обработка рук: До и после оказания помощи.

Санитарная обработка: Пострадавшего, места происшествия, инструментов.

Основные понятия об эпидемическом процессе и профилактике инфекций (дизентерия, гепатит А, ВИЧ/СПИД, туберкулез) при работе в экстремальных условиях.

## **Раздел 2: Основы анатомии и физиологии человека (6 академических часов)**

2.1. Основные системы органов человека, их функции и взаимосвязь (системы кровообращения, дыхания, нервная система), анатомические ориентиры.

Система кровообращения: Строение сердца, сосудов. Понятие малого и большого круга кровообращения. Функция сердечной мышцы, артериальное и венозное давление. Пульс.

Система дыхания: Строение легких, дыхательных путей. Механизм дыхания (вдох/выдох). Газообмен.

Нервная система: Краткий обзор центральной (головной и спинной мозг) и периферической нервной системы. Функции: управление процессами жизнедеятельности, чувствительность, движение.

Анатомические ориентиры: Определение ключевых точек на теле для пальпации пульса (сонная, бедренная, лучевая артерии), места правильного проведения непрямого массажа сердца, точки для наложения жгута.

2.2. Основные физиологические показатели жизнедеятельности: пульс, дыхание, артериальное давление, сознание.

Пульс: Частота, ритм, наполнение, напряжение. Нормативные значения.

Дыхание: Частота, глубина, ритм. Нормативные значения. Признаки патологического дыхания.

Артериальное давление (АД): Систолическое и диастолическое АД. Что такое АД? Почему важно его знать (хотя бы ориентировочно).

Сознание: Различные степени нарушения сознания (ясное, оглушение, сопор, кома). Визуальная оценка.

### **Раздел 3: Оценка состояния пострадавшего и сортировка (12 академических часов)**

#### **3.1. Алгоритм оценки состояния пострадавшего (первичный и вторичный осмотр).**

##### *Первичный осмотр:*

Проверка проходимости дыхательных путей.

Оценка дыхания (видимые движения грудной клетки, наличие/отсутствие дыхательных шумов).

Оценка кровообращения (наличие пульса, признаки кровопотери, цвет кожных покровов).

Оценка уровня сознания (см. п. 3.2).

Полный осмотр тела на предмет видимых травм, кровотечений, оказание первой помощи.

##### *Вторичный осмотр:*

Осмотр по частям тела (голова, шея, грудь, живот, таз, конечности).

3.2. Определение уровня сознания пострадавшего (например, с использованием шкалы Глазго или упрощенных критериев).

Шкала Глазго (GCS): Обучение применению и оценке по критериям: открытие глаз, речевая реакция, двигательная реакция.

Упрощенная оценка: Человек в сознании, в сознании, но дезориентирован, реакция на болевые раздражители, без сознания (полная кома).

3.3. Правила и порядок вызова скорой медицинской помощи и других экстренных оперативных служб.

Номер 112/103/102/101: Использование экстренных номеров.

Ключевая информация: Что и как сообщать диспетчеру (место происшествия, число пострадавших, их состояние, вид травмы/заболевания, ФИО и телефон звонящего).

Действия после звонка: Не отключать телефон, выполнять указания диспетчера.

Приоритет вызовов: При необходимости, как правильно определить, какую службу вызывать в первую очередь.

### **Раздел 4: Сердечно-легочная реанимация (СЛР) и восстановление проходимости дыхательных путей (12 академических часов)**

4.1. Причины остановки дыхания и кровообращения у пострадавших при пожарах и в ЧС.

Механические травмы: Тяжелые повреждения грудной клетки, головы, позвоночника.

Электротравма: Остановка сердца вследствие воздействия тока.



Отравления: Угарный газ (СО), другие токсины, удушье.

Термические травмы: Ожоги, отек дыхательных путей.

Внутренний шок: Массивные кровопотери, тяжелые травмы.

Инфаркт миокарда, инсульт: Часто возникающие внезапные состояния.

4.2. Приемы восстановления проходимости верхних дыхательных путей и проведения искусственного дыхания.

Методы обеспечения проходимости дыхательных путей:

Запрокидывание головы и подъем подбородка (основной метод).

Выдвижение нижней челюсти (при подозрении на травму шейного отдела позвоночника).

Удаление инородных тел из ротовой полости.

Искусственное дыхание (вентиляция легких):

Методика "рот в рот".

Методика "рот в нос" (альтернатива).

Правильная техника: объем вдоха, частота (10-12 вдохов в минуту), контроль за подъемом грудной клетки.

Непрямой массаж сердца:

Правильное положение пострадавшего (на твердой ровной поверхности).

Расположение рук реаниматора (на нижней трети грудины).

Техника компрессий: сила, частота (100-120 в минуту), глубина (5-6 см для взрослых).

Циклы СЛР: 30 компрессий : 2 вдоха.

Применение автоматического наружного дефибриллятора (АНД): Обучение показаниям, противопоказаниям, принципам работы, правилам подключения и выполнения команд АНД.

Особенности СЛР у детей: Отличия в технике и показателях.

## **Раздел 5: Первая помощь при повреждениях, состояниях и заболеваниях (17 академических часов)**

### **5.1. Травмы и кровотечения:**

5.1.1. Первая помощь при наружных и внутренних кровотечениях. Симптомы и признаки.

Классификация кровотечений: Артериальное, венозное, капиллярное, смешанное.

Признаки наружных кровотечений: Видимая кровь, ее цвет, интенсивность, характер истечения.



Признаки внутренних кровотечений: Бледность кожных покровов, липкий холодный пот, учащенное сердцебиение, слабость, головокружение, снижение АД, боль (при кровотечении в брюшную полость, грудную клетку), рвота с кровью, черный стул (скрытое кровотечение).

Оценка опасности кровотечения: Степень угрозы жизни.

5.1.2. Методы временной остановки кровотечения: применение табельных (жгут, давящая повязка, турникет) и подручных средств.

Наложение кровоостанавливающего жгута (турникета):

Показания и противопоказания.

Правила наложения: время, место (на бедро, плечо), степень натяжения.

Использование различных типов жгутов (табельный резиновый, турникет-жгут).

Запись времени наложения.

Особенности наложения при различных травмах.

Опасности неправильного наложения жгута.

Давящая повязка:

Техника наложения на рану.

Использование стерильных перевязочных материалов (бинты, салфетки).

Применение подручных средств (ткань, пластырь).

Иммобилизация конечности: Применение шин при переломах для остановки кровотечения.

Помощь при массивных кровотечениях из ран, которые невозможно остановить другими методами: Подъем конечности, прямая тампонада раны (крайние меры).

Действия при подозрении на внутреннее кровотечение: Покой, холод на место предполагаемого кровотечения, возвышенное положение пораженной конечности, немедленный вызов СМП.

5.1.3. Первая помощь при закрытых и открытых травмах опорно-двигательного аппарата. Использование транспортных шин.

Виды травм: Ушибы, растяжения, вывихи, переломы (закрытые, открытые).

Признаки переломов: Боль, деформация, отек, кровоизлияние, патологическая подвижность, крепитация (хруст).

Правила иммобилизации: Цель (предотвратить движения отломков). Правила наложения шин (2 сустава, захват одного сустава выше и ниже места повреждения).

Транспортные шины: Виды (пневматические, вакуумные, самодельные). Техника наложения.

Первая помощь при вывихах и растяжениях: Покой, холод, возвышенное положение.

Первая помощь при открытых переломах: Остановка кровотечения, асептическая повязка, иммобилизация.

#### 5.1.4. Первая помощь при травмах головы, груди, живота.

Травмы головы: Сотрясение, ушиб мозга. Признаки (потеря/нарушение сознания, амнезия, тошнота, рвота, головная боль, менингеальные знаки). Правила транспортировки.

Травмы груди: Переломы ребер, ушибы, пневмоторакс (закрытый, открытый). Признаки (боль, одышка, кашель, кровохарканье). Первая помощь при ранениях грудной клетки (окклюзионная повязка).

Травмы живота: Ушибы, ранения. Признаки (боль, напряжение мышц живота, синяки, кровотечение, выпадение органов). Первая помощь (покой, холод, не давать пить/есть, не вправлять выпавшие органы).

#### 5.2. Ожоги и отморожения.

Термические ожоги: Степени, площадь поражения. Первая помощь (охлаждение, асептическая повязка, обезболивание, не прокалывать пузыри).

Химические ожоги: Промывание большим количеством воды, нейтрализация (при наличии соответствующих средств).

Электрические ожоги: Особенности, риск внутренних повреждений.

Отморожения: Степени. Симптомы. Первая помощь (постепенное согревание, не растирать снегом, обработка, иммобилизация).

Воздействие низкой температуры (переохлаждение): Симптомы, первая помощь.

#### 5.3. Первая помощь при острых состояниях.

Кома: Признаки. Определение причины (диабет, инсульт, отравление). Поза восстановления дыхания.

Судорожный синдром (эпилептический припадок): Приступ. Что делать: обеспечить безопасность, не удерживать, перевернуть на бок после судорог.

Инсульт: Признаки (внезапная слабость, нарушение речи, зрения, асимметрия лица).

Инфаркт миокарда: Признаки (боль за грудиной, иррадиация, одышка, холодный пот).

Помощь (покой, помочь принять назначенные врачом препараты, вызов СМП).

Обморок: Причины. Первая помощь.

Анафилактический шок: Признаки (сыпь, отек, затруднение дыхания, падение АД).

Первая помощь (адреналин, если есть, вызов СМП).

Тепловой удар и солнечный удар: Признаки, первая помощь (охлаждение).



Гипогликемия (при диабете): Признаки (тремор, потливость, слабость). Помощь (сладкое).

Специфические воздействия: Лучевое воздействие: Краткая информация о радиации, симптомы лучевой болезни (в объеме первой помощи).

Химическое воздействие: Отравление при пожарах (CO, HCN), отравления АХОВ (аммиак, хлор). Симптомы, первая помощь (свежий воздух, промывание, вызов СМП).

#### 5.4. Первая помощь при отравлениях различной этиологии:

Классификация отравлений.

Пищевые: Бактериальные токсины (стафилококк, сальмонелла, ботулизм), грибы, испорченные продукты.

Ингаляционные: Угарный газ (CO), аммиак (NH<sub>3</sub>), хлор (Cl<sub>2</sub>), синильная кислота (HCN).

Пероральные (проглатывание): Лекарства, бытовая химия, алкоголь, яды.

Симптомы и первая помощь при различных видах отравлений.

Пищевые отравления: Тошнота, рвота, диарея, боли в животе. Помощь: промывание желудка (если нет противопоказаний), обильное питье, сорбенты.

Отравления угарным газом (CO): Головная боль, головокружение, тошнота, рвота, нарушение координации, потеря сознания, ярко-красные кожные покровы. Помощь: немедленное выведение на свежий воздух, обеспечение проходимости дыхательных путей, кислород (если есть).

Отравления хлором, аммиаком: Кашель, удушье, жжение в глазах и горле, отек легких. Помощь: свежий воздух, промывание глаз и кожи водой, при необходимости - кислород.

Отравления синильной кислотой: Запах горького миндаля, головная боль, головокружение, слабость, потеря сознания. Требуется специальных антидотов.

Лекарственные отравления: Зависит от препарата. Важно знать, что принял пострадавший. Помощь: промывание желудка (если возможно), вызвать рвоту (если нет признаков угнетения сознания!), дать сорбент.

Действия при проглатывании ядовитых веществ. ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ к вызову рвоты: Угнетение сознания, судороги, отравление едкими веществами (кислоты, щелочи), отравления нефтепродуктами. Дача сорбентов: Активированный уголь, другие современные препараты. Важность быстрой доставки пострадавшего в стационар.



## **Раздел 6: Работа с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях (12 ак. часов)**

### **6.1. Извлечение пострадавшего из автомобиля/транспортного средства (во время ДТП или аварий):**

Оценка ситуации: Первичный осмотр места происшествия, определение степени опасности (возгорание, утечка топлива, угроза вторичных аварий).

Алгоритм безопасного извлечения:

Обеспечение безопасности места происшествия (сигнальные конусы, огнетушитель).

Обесточивание поврежденного автомобиля (при возможности).

Фиксация положения автомобиля (ручной тормоз, противооткатные упоры).

Оценка состояния пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение) без излишнего перемещения.

Применение шейного стабилизатора (воротника Шанца) для иммобилизации шейного отдела позвоночника.

Методы извлечения:

При стабильном положении пострадавшего: Аккуратное отстегивание ремней безопасности, постепенное выведение из автомобиля с поддержкой головы и туловища.

При нестабильном положении или невозможности отстегнуть ремни: Использование специальных приемов (например, "сдвиг" посадочного места, если возможно), использование фиксирующих средств.

Безопасное извлечение: Когда существует непосредственная угроза жизни (пожар, взрыв), выполняется быстрое извлечение при минимальной фиксации, но с максимальной осторожностью для позвоночника.

Переноска пострадавшего подручными средствами:

Использование одеяла/покрывала: Изготовление импровизированных носилок (свертка, "лодочка", "гамак").

Использование куртки/плаща: Применение как импровизированных носилок.

Правила захвата и переноски: Как надежно зафиксировать пострадавшего, как распределить вес, как двигаться синхронно (при переноске вдвоем и более).

Переноска вручную: "на спине", "на руках", "на плече" – когда и как применять.

### **6.2. Работа с носилками:**

Принцип работы носилок: Техника применения: правильное разделение носилок, аккуратное подведение под пострадавшего, соединение частей, фиксация пострадавшего ремнями.

Преимущества и ограничения (например, при травмах позвоночника).

### 6.3. Виды и транспортировка пострадавших:

Без иммобилизации: При легких травмах, для быстрой переброски.

На стандартных носилках: Базовая транспортировка.

На носилках: При тяжелых травмах, переломах позвоночника.

В санитарном автомобиле: Правильная укладка, фиксация.

Правила транспортировки:

При травмах позвоночника: Голова на одном уровне с туловищем, голова несколько повернута в сторону, если есть рвота.

При повреждениях грудной клетки: Положение, сидя или полусидя.

При повреждениях живота: Лежа на спине, ноги согнуты в коленях.

При шоке: Голова ниже ног, кроме случаев черепно-мозговых травм.

Контроль состояния: Постоянное наблюдение за дыханием, пульсом, сознанием.

### 6.4. Оказание первой помощи при травмах, полученных в условиях ЧС (обвалы, затопления, техногенные аварии):

Общие принципы:

Учет характера ЧС: Какие специфические опасности и травмы могут возникнуть.

Безопасность спасателя: Работа в условиях продолжающейся опасности (завалы, вода, токсичные вещества).

Эвакуация из опасной зоны: Первоочередная задача.

Специфические травмы и методы оказания помощи:

При обвалах (землетрясения, обрушения зданий):

Травмы от падения предметов, сдавления.

Множественные повреждения, переломы, ушибы, сотрясения.

Завальный синдром (ранняя стадия).

При затоплениях:

Риск утопления (в том числе вторичного).

Переохлаждение (гипотермия).

Травмы от течения воды, падающих предметов.

Оказание помощи утопающим: очистка дыхательных путей, ИВЛ, СЛР.

При техногенных авариях (химические, радиационные, пожары):

Ожоги (термические, химические).

Отравления (ингаляционные, контактные).

Радиационное поражение (первая помощь при внешней и внутренней контаминации).

Необходимость использования средств индивидуальной защиты (или знания о них).



## **Раздел 7: Психологическая помощь и саморегуляция (3 академических часа)**

### **7.1. Психология пострадавшего:**

Реакции на травму и стресс. Типичные поведенческие и психоэмоциональные реакции пострадавших (шок, страх, паника, ступор, агрессия, отрицание). Проявления стресса и их интерпретация.

Коммуникация с пострадавшим. Установление контакта и завоевание доверия. Техники активного слушания и вербального успокоения. Эмпатичное общение, поддержка и утешение. Особенности общения с различными категориями пострадавших (дети, пожилые люди, лица с ограниченными возможностями, находящиеся в состоянии алкогольного/наркотического опьянения).

Работа с болевым синдромом и страхом. Понимание психологической компоненты боли. Создание безопасной и поддерживающей обстановки.

### **7.2. Психология оказывающего первую помощь:**

Стресс и эмоциональное выгорание: Понимание рисков развития стресса и эмоционального выгорания у лиц, регулярно оказывающих первую помощь. Симптомы стресса и его последствия.

Саморегуляция и управление эмоциями: Техники самоконтроля в стрессовых ситуациях (дыхательные упражнения, концентрация внимания). Управление страхом, тревогой и паникой.

Принятие решений в условиях неопределенности: Важность сохранения ясности мышления при дефиците информации. Быстрая оценка ситуации и приоритезация действий.

Ответственность и границы компетенции: Понимание правовых и этических аспектов оказания первой помощи. Умение действовать в рамках своих полномочий и компетенций. Важность обращения за профессиональной медицинской помощью.

Постстрессовая адаптация: Необходимость осмысления произошедшего. Рекомендации по восстановлению после сильных стрессовых переживаний.

### **7.3. Психологические факторы в работе Спасателя/Сотрудника Экстренных служб:**

Психологическая подготовка: Роль регулярных тренировок и моделирования стрессовых ситуаций. Значение командной работы и поддержки коллег.



## **8. Итоговая аттестация (4 академических часа)**

Теоретический этап (тест): Проверка знаний по всем разделам программы.

Практический этап (билеты): Отработка конкретных практических навыков (например, сердечно-легочная реанимация, остановка кровотечения, наложение шины) по экзаменационным билетам.