

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

## **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 позволяют специалистам ГПС МЧС России:

- 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.



- 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.

## **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».



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

### 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

№ разде ла	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

День ь	№ раздела	Наименование разделов, тем	Всего часо в	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
					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
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).

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.



Отравления: Угарный газ (CO), 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.

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).



## **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).



## **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.