



رئوس مطالب:

نظری (۱۷ ساعت):

- مبانی و اهمیت کمک‌های اولیه در محیط کار
- علائم حیاتی (نبض، تنفس، فشارخون، درجه حرارت، رنگ پوست) و ارزیابی مصدوم و تریاژ
- اقدامات اولیه اساسی بررسی نجات فوری مصدوم
- تشخیص مقدماتی صدمات و اولویت‌بندی کمک‌های اولیه
- عملیات احیاء قلبی ریوی (ایست قلبی - ماساژ قلبی - تنفس مصنوعی و روش‌های انجام آن)
- اختلالات قطع تنفس (تعریف و علل ایجاد، کمک‌های اولیه در اختلالات قطع تنفس
- شوک (تعریف و انواع شوک و علائم، کمک‌های اولیه در انواع شوک)
- خونریزی‌ها (علل و انواع، تشخیص شدت خونریزی براساس علائم
- کمک‌های اولیه در انواع خونریزی‌ها (روش‌های بند آوردن و نحوه دسترسی به عروق سطحی و جایگزینی مایعات و ...)
- زخم‌ها (علل، انواع زخم، روش‌ها و اصول شستشوی زخم، روش‌های پانسمان)
- شکستگی‌ها و در رفتگی‌ها (انواع، تعریف، علل ایجاد، علائم، کمک‌های اولیه شامل آتل بندی، نحوه انتقال و حمل)
- سوختگی‌ها (تعریف، انواع: حرارتی، شیمیایی، الکتریکی و علائم، کمک‌های اولیه در انواع سوختگی‌ها)
- تشنج (تعریف، انواع، علائم - کمک‌های اولیه در تشنج‌ها)
- اجسام خارجی (تعریف، محل: مجاری تنفسی و چشم و گوش و بینی - علائم - کمک‌های اولیه در انواع اجسام خارجی)
- برق گرفتگی (تعریف و انواع، علائم - کمک‌های اولیه در برق گرفتگی)
- گزش‌ها (تعریف، انواع و علائم - مارگزیدگی، عقرب گزیدگی، حشرات - کمک‌های اولیه در انواع گزش‌ها)
- گرما زدگی و سرما زدگی (تعریف، انواع و علائم - کمک‌های اولیه در انواع گرما زدگی و سرما زدگی)
- غرق شدگی و نیم غرق شدگی
- خفگی ناشی از استنشاق گازهای سمی یا فقدان اکسیژن
- انواع مسمومیت‌های استنشاقی، کمک‌های اولیه در انواع مسمومیت‌های استنشاقی
- اصول جابجایی و انتقال مصدوم
- اصول استقرار سیستم کمک‌های اولیه در محیط کار
- اصول، محتویات جعبه کمک‌های اولیه

عملی (۳۴ ساعت):

- تشخیص نوع صدمات و علائم حیاتی و تصمیم‌گیری نوع اقدام
- انجام عملیات احیاء قلبی ریوی روی مولاژ
- انجام روش‌های مختلف کنترل خونریزی خارجی روی مولاژ
- استفاده مناسب از وسایل موجود در جعبه کمک‌های اولیه
- آشنایی با انواع باندها و توانایی انجام بانداز
- انتقال صحیح مصدوم
- آتل بندی

منابع اصلی درس:

- ۱- کتاب کمک‌های اولیه و هلال احمر
- ۲- طوسی محمدرضا، کمک‌های اولیه و اورژانس‌های طب کار

شیوه ارزشیابی دانشجوی:

- کار عملی توسط دانشجو ۴۰٪
- تمرین در کلاس ۱۰٪
- امتحان پایان ترم ۵۰٪

