

Slovenska potapljaška zveza

Komisija za potapljaške specialnosti



za varno potapljanje

PRVA POMOČ S KISIKOM

tečaj potapljaške specialnosti
standardi, pogoji in program

pripravil
Marko Hlebec



Kazalo

STANDARDI IN POGOJI	3
I. Namen in cilji tečaja.....	3
II. Pogoji za pristop k tečaju.....	3
III. Razmerje tečajniki – inštruktor.....	3
IV. Inštruktor in asistenti	3
V. Potrebni pogoji za izpeljavo tečaja	3
VI. Minimalno trajanje tečaja	4
VII. Obnavljanje znanja s področja nudenja prve pomoči s kisikom	4
VIII. Program obnovitvenega seminarja.....	4
PROGRAM TEČAJA	4
I. Minimalna vsebina tečaja.....	4
II. Preverjanje znanja	5
III. Poročanje in izdaja izkaznic	5



STANDARDI IN POGOJI

I. Namen in cilji tečaja

Tečajnik se seznani s potrebnimi znanji in tehnikami nujenja prva pomoči s kisikom ponesrečenim potapljačem. Naučil se bo prepoznati znake in simptome določenih bolezenskih stanj na katere lahko naletimo pri potapljanju ter pravilno reagirati ob morebitni potapljaški nesreči. Naučil se bo z ustrezno opremo varno in pravilno nuditi prvo pomoč s kisikom obolelemu potapljaču.

II. Pogoji za pristop k tečaju

- Minimalna starost: 14 let
- Minimalna potapljaška kategorija: CMAS potapljač P1 ali ekvivalentno
- Potapljaške izkušnje: niso potrebne
- Zdravniško potrdilo: ni potrebno
- Priporočljivo je, da ima kandidat opravljeno potapljaško specialnost prva pomoč in temeljni postopki oživljanja.

III. Razmerje tečajniki – inštruktor

- Razmerje: 12 tečajnikov – 1 inštruktor

Isto razmerje velja za tečajniki – asistent.

IV. Inštruktor in asistenti

a) Vodja tečaja

- CMAS inštruktor M1 ali ekvivalentno
- imeti mora status učečega inštruktorja
- ima sam opravljeno specialnost prva pomoč s kisikom in se je udeležil inštruktorskega seminarja za specialnost prva pomoč s kisikom
- inštruktor se mora udeležiti inštruktorskega seminarja za specialnost prva pomoč s kisikom vsakih 24 mesecev
- ima opravljeno specialnost prva pomoč in temeljni postopki oživljanja

b) Asistent

- najmanj CMAS potapljač P2 ali ekvivalentno
- ima najmanj 80 opravljenih potopov
- ima uspešno zaključen tečaj potapljaške specialnosti prva pomoči s kisikom in ima opravljen obnovitveni seminar, v kolikor je od pridobitve potapljaške specialnosti minilo več kot 24 mesecev
- je vsaj enkrat sodeloval pri izvedbi tovrstnega tečaja kot opazovalec v zadnjih 24 mesecih
- ima opravljeno specialnost prva pomoč in temeljni postopki oživljanja

V. Potrebni pogoji za izpeljavo tečaja

a) Kraj izvedbe tečaja

- primerna učilnica

b) Oprema

- komplet za nujenje prve pomoči s kisikom
- komplet za nujenje prve pomoči
- ustrezna sanitarna oprema
- primerni didaktični pripomočki



c) Nadzor na tečaju

- tečajniki morajo biti ves čas tečaja pod nadzorom inštruktorja oziroma asistenta

VI. Minimalno trajanje tečaja

- Teoretičen del: 1 srečanje v trajanju 1,5 ure
- Praktični del: 1 srečanje v trajanju 3 ure

VII. Obnavljanje znanja s področja nudenja prve pomoči s kisikom

Po uspešno opravljenem tečaju specialnosti prva pomoč s kisikom, mora potapljač obnoviti znanje s področja prve pomoči s kisikom vsakih 24 mesecev na obnovitvenem seminarju, ki ga organizira inštruktor potapljaške specialnosti prva pomoč s kisikom ali Komisija za potapljaške specialnosti. Namen obnavljanja znanja je obnoveitev znanja s področja rokovanja z opremo za nudenje prve pomoči s kisikom in nudenja prve pomoči s kisikom na sploh, saj se postopki nudenja prve pomoči skozi čas spreminjajo.

VIII. Program obnovitvenega seminarja

Program obnovitvenega seminarja določi Komisija za potapljaške specialnosti vsako leto, upoštevajoč novosti na področju prve pomoči s kisikom.

PROGRAM TEČAJA

I. Minimalna vsebina tečaja

Teoretični del

- T1:** Splošno o prvi pomoči s kisikom potapljaču;
- Pomen posebnih znanj in tehnik nudenja prve pomoči s kisikom za varnost potapljanja
 - Pravna ureditev na področju nudenja prve pomoči s kisikom
- T2:** Anatomija človeškega organizma in fiziologija potapljanja;
- Krvožilni sistem
 - Dihalni sistem
- T3:** Fizika potapljanja;
- Splošno o fiziki potapljanja
- T4:** Vzroki, prepoznavanje, znaki in simptomi določenih bolezenskih stanj pri potapljanju;
- Utapljanje in utopitev
 - Dekompresijska bolezen
 - Barotravmatska pljučna bolezen
- T5:** Kisik;
- Splošno o kisiku
 - Učinki kisika na človeški organizem
 - Vrano in pravilno rokovanje s kisikom
- T6:** Nudenje prve pomoči s kisikom pri potapljaški nesreči;
- Dobre lastnosti nudenja prve pomoči s kisikom
 - Možne težave pri nudenju prve pomoči s kisikom
 - Postopki v primeru potapljaške nesreče
- T7:** Oprema za nudenje prve pomoči s kisikom;
- Namen opreme za nudenje prve pomoči s kisikom



- Vrste in deli opreme oziroma kompletov za nudenje prve pomoči s kisikom
- Lastnosti opreme za nudenje prve pomoči s kisikom
- Pravilna uporaba in vzdrževanje opreme za nudenje prve pomoči s kisikom

Praktični del

- P1:** Zavarovanje kraja potapljaške nesreče in druga opravila ob potapljaški nesreči;
- Zagotovitev varnosti vseh prisotnih
 - Ugotovitev stanja
 - Razdelitev nalog
 - Obveščanje
 - Ustrezno postopanje v primeru potapljaške nesreče
- P2:** Spoznavanje opreme za nudenje prve pomoči s kisikom;
- Spoznavanje posameznega dela opreme za nudenje prve pomoči s kisikom
 - Pravilno in varno rokovanje z opremo za nudenje prve pomoči s kisikom
- P3:** Temeljni postopki oživljanja;
- Obnovitev temeljnih postopkov oživljanja
 - Umetno dihanje s pomočjo obrazne maske
- P4:** Uporaba opreme za nudenje prve pomoči s kisikom;
- Simuliranje različnih situacij, pri katerih je potrebno nudenje prve pomoči s kisikom

II. Preverjanje znanja

Preverjanje teoretičnega znanja je lahko ustno ali pisno. Ocenjevanje praktičnega znanja poteka z opazovanjem tečajnika med celotnim tečajem.

III. Poročanje in izdaja izkaznic

Po uspešno opravljenem tečaju inštruktor pošlje poročilo o potapljaškem tečaju Komisiji za potapljaške specialnosti. Komisija tečajnikom izda izkaznico s katero se dokazuje, da ima potapljač opravljeno specialnost podvodne orientacije. Inštruktor pošlje poročilo Komisiji za potapljaške specialnosti tudi po opravljenem obnovitvenem seminarju.