



## Как оборудовать кабинет для обучения оказанию первой помощи

### Что купить в кабинет

#### Обратите внимание

В кабинете рекомендуем развесить плакаты по первой помощи, информационные стенды или витрины

В кабинет для обучения оказанию первой помощи понадобятся компьютер и проектор, с помощью которых преподаватель будет демонстрировать презентации и обучающие видео. Также пригодится флипчарт, чтобы была возможность записать или зарисовать информацию от руки. Удобно использовать магнитно-маркерный флипчарт, но также подойдет с бумажным блоком.

Для отработки навыков оказания первой помощи закупите тренажеры сердечно-легочной реанимации и «подавившегося человека». Кроме тренажеров понадобятся средства для тренировки остановки кровотечения, иммобилизации травм, транспортировки пострадавших, а также имитаторы ран, травм. Также купите одеяло и средства индивидуальной защиты: одноразовые маски для сердечно-легочной реанимации, перчатки, антисептик для рук, средства для дезинфекции оборудования.

### Какие тренировочные средства нужны

Средства остановки кровотечения: жгуты, турникеты, бинты, салфетки, косынки, материалы для подручных средств.

Средства для иммобилизации травм: шины, корсеты, бандажи, материал для подручных средств.

Средства транспортировки пострадавших: мягкие носилки, щиты.

Имитаторы ран/травм: накладки, грим.

# Какие тренажеры понадобятся для обучения

## Тренажер для сердечно-легочной реанимации

### Обратите внимание

Тренажер «Гоша» не соответствует антропометрическим данным взрослого человека. Выбирайте другие манекены для обучения.

На нем сотрудники отрабатывают навыки сердечно-легочной реанимации (СЛР). Такой тренажер можно купить в виде человека в полный рост или торса. Рекомендую «торс» — он компактнее и легче, а для отработки СЛР нет необходимости в полноразмерном манекене (рис. 1).

Рисунок 1. Тренажер для СЛР «торс»



При выборе обратите внимание, чтобы параметры манекена соответствовали антропометрическим данным реального человека. Для отработки правильных навыков СЛР размер, упругость грудной клетки, глубина продавливания должны быть максимально приближены к реальности, иначе у обучающегося формируется неправильный навык. Поэтому существуют манекены людей разных параметров: младенец, ребенок, взрослый. Работников обучайте на торсе взрослого человека.

Тренажеры бывают с механическими контроллерами, звуковой, цветовой индикацией действий, с подключением к ПК, планшету, смартфону, Wi-Fi. Функциональные тренажеры удобны для преподавателя, но стоят дороже. Выбирайте для себя комфортный вариант по цене, необходимости брать самый дорогой вариант — нет. Также рекомендую сравнить цены на один и тот же тренажер у разных продавцов. На практике цены в компаниях могут различаться до 50 тыс. руб.

Для отработки СЛР не рекомендую выбирать тренажеры, которые имеют функцию «оживать» после нескольких правильных циклов СЛР. В жизни такое невозможно, поэтому функция формирует неправильный навык и необоснованные ожидания. Также не стоит покупать тренажеры, на которых можно проверять признаки жизни по реакции зрачка. Минздрав не рекомендует таким образом проверять признаки жизни, поэтому при обучении работников такая функция на манекене не нужна.

### Тренажер подавившегося человека

Помощь человеку, который подавился, можно отрабатывать на манекенах или с помощью жилетки-накладки. Манекены существуют разных параметров: взрослый, подросток, младенец. Для организации подойдет манекен с параметрами взрослого человека. Но рекомендую выбирать жилетку-накладку, она легче по весу и более функциональна (рис. 2).

Рисунок 2. Жилетка-накладка для отработки помощи подавившемуся человеку



Для тренировки с помощью жилетки-накладки ее должен надеть человек. На нем обучающийся отрабатывает прием для помощи подавившемуся. Если ученик все сделал правильно, из жилета выпадает пробка (рис. 3). В жилете можно тренироваться стоя, сидя, лежа, а также отработать прием самопомощи. Ремни и пряжки таких жилетов регулируются — можно подогнать под человека любого размера.

Рисунок 3. Отработка приема для помощи подавившемуся человеку



### По каким критериям выбирать тренажеры в кабинет

Составил список основных критериев, по которым рекомендую выбирать тренажеры в кабинет для обучения оказанию первой помощи.

**Анатомичность.** Манекен должен быть максимально приближен к реальному человеку как внешний размер, так и прилагаемые усилия: упругость грудной клетки, объем легких, подвижность конечностей, шеи и т. д.

**Обратная связь на манекене.** Удобно, когда есть визуализация проводимых манипуляций, контроллеры на манекене, подключение к ПК, планшету, смартфону.

**Качество изготовления.** Материал должен быть устойчивым к обработке, так как манекены постоянно дезинфицируют, моют, чтобы смыть грим или другие загрязнения.

**Мобильность.** Удобно, если вес и размер манекена позволяют перемещать его по кабинету, а также брать на выездные мероприятия.

**Автономность.** Хорошо, если тренажер можно использовать без подключения к электросети в любом удобном месте.

**Обслуживание.** Обратите внимание, какое сервисное обслуживание требуется для модели тренажера, узнайте у продавца, где вы можете его получить. Оцените, насколько это будет удобно. Узнайте, где можно купить сменные элементы, и их цену. Оцените возможность самостоятельного ремонта.

**Цена.** Определите, какие функции тренажера вам необходимы, и подберите несколько моделей. Сравните цены на них у разных продавцов и выберите для себя комфортные условия покупки. Обратите внимание, что популярные модели, которые на слуху, часто стоят дороже, но менее функциональны и надежны.

## **По каким критериям выбирать тренировочные средства для обучения**

Тренировочные средства для обучения рекомендуем подбирать исходя:

- из целевой направленности обучения: категория персонала, опасные производственные факторы, анализ статистики по НС;
- объемов обучения: постоянный поток или эпизодические занятия;
- доступности продукции: наличие изделий/оборудования в аптеках района;
- качества продукции: возможность неоднократного использования учебных материалов/оборудования;
- цены продукции: финансовые возможности на закупку, ремонт, обновление.