



ФАКУЛТЕТ ПО ДЕНТАЛНА МЕДИЦИНА

Утвърждавам:

Декан:

Доц. д-р *Мария Пантелеева-Попова*



УЧЕБНА ПРОГРАМА

по

„Първа помощ в дома и офиса“

Специалност	ДЕНТАЛНА МЕДИЦИНА
Образователно – квалификационна степен	магистър
Организационна форма на обучение	редовна
Аудиторна заетост (Л/СУ)	15 (0/15)
Извънаудиторна заетост	45
Кредити (ECTS)	2
Вид на дисциплината	избираема
Семестър, в който се провежда обучението	от първи до десети
Семестър, в който се провежда изпита	от първи до десети
Изготвили програмата	Доц. Николина Радева, доктор Доц. д-р Мария Пантелеева-Попова, д.м.

АНОТАЦИЯ

Цел на учебната дисциплина	Да предостави информация за видовете инциденти, които могат да възникнат в ежедневието в дома или офиса, както и компетентности при определянето на правилните стъпки и решения, които студентите трябва да предприемат, за да предпазят себе си, и хората около тях.
-----------------------------------	---

Резултати за студентите в края на курса на обучение:

Компетенции

Група Компетенции	1. Грижа за пациентите , която е състрадателна, подходяща и ефективна за лечение на здравословни проблеми и за промоция на здравето.
Знания	▪ Разпознаване на възможните състояния, изискващи спешно оказване на първа помощ.
Умения	▪ <i>идентифициране на нуждите от първа помощ на пострадалите;</i> ▪ <i>интерпретиране на признаците и симптомите;</i> ▪ <i>поставяне на пострадал в подходяща поза;</i> ▪ <i>прилагане на основни техники за поддържане на живота – Basic Life Support (BLS);</i> ▪ <i>извършване на кардиопулмонална ресусцитация (КПР);</i> ▪ <i>превръзки при кървене или травма;</i> ▪ <i>имобилизация на счупени крайници.</i>
Група Компетенции	2. Медицински познания за утвърдените и развиващите се биомедицински, клинични и сродни (напр. епидемиологични и социално-поведенчески) науки и прилагането на тези знания към грижите за пациентите.
Знания	▪ Познаване на протичащите физиологични и патофизиологични процеси в организма. ▪ Познаване на механизмите на увреждане при различни инциденти.
Умения	▪ <i>определяне влиянието на различните увреждащи фактори върху човешкия организъм;</i> ▪ <i>оказване на първа помощ при удавяне, изгаряне и измръзване на мястото на инцидента;</i> ▪ <i>елементарни противошокови мерки;</i> ▪ <i>разпознаване на отравяния, прилагане на антидоти и първа помощ;</i> ▪ <i>използване на автоматичен външен дефибрилатор.</i>
Група Компетенции	3. Практическо обучение и самоусъвършенстване , което включва изследване и оценка състоянието на пациентите, анализ и прилагане на научни доказателства, и подобрения в грижите за пациентите.
Знания	▪ Ориентиране в основните концепции и модели за оказване на първа помощ по жизнени показания. ▪ Определяне на подход към пострадалия.
Умения	▪ <i>осигуряване на спешни и адекватни грижи за пострадалите;</i> ▪ <i>разпознаване и справяне с голям брой медицински състояния при инциденти от битов и трудов характер;</i> ▪ <i>разпознаване и справяне с редица спешни медицински състояния при внезапно заболяване.</i>

Група Компетенции	4. Междоличностни и комуникационни умения , които осигуряват ефективен обмен на информация и работа в екип с пациенти, техните семейства и други здравни специалисти.
Знания	- Идентифициране на потенциални рискове, водещи до травми и наранявания. - Определяне нуждата от оказване на психологическа първа помощ. - Прилагане на мерки за собствената безопасност.
Умения	<i>предприемане на мерки и действия за безопасност срещу потенциалните рискове, водещи до наранявания;</i> <i>разпознаване признаците на стрес и умения да се окаже психологическа първа помощ;</i> <i>изготвяне на аптечки за първа помощ;</i> <i>използване на индивидуални средства за защита (ИСЗ).</i>
Група Компетенции	5. Професионализъм , проявен чрез ангажимент за изпълнение на професионални отговорности, придържане към етичните принципи и съпричастност към разнообразни групи пациенти.
Знания	Идентифициране на уязвими групи с повишен риск от нараняване.
Умения	<i>оказване на първа помощ при възрастни хора и малки деца;</i> <i>оказване на първа помощ при употреба на битови химикали и токсични вещества в домакинството и офиса;</i> <i>оказване първа помощ при епилепсия;</i> <i>оказване на първа помощ при остра алергична реакция, ухапване от отровни насекоми и др.</i>
Група Компетенции	6. Системно ориентирана практика , която се проявява чрез действия, демонстриращи осведоменост и отзивчивост в по-широкия контекст на системата на здравеопазване, както и способността ефективно да се използват системни ресурси за осигуряване на оптимални грижи.
Знания	Организиране на триаж при голям брой пострадали или риск от увреждане.
Умения	<i>Разпределяне на пострадалите в групи – по тежест и спешност на първата помощ.</i>

Ключови компетентности за учене през целия живот¹, които дисциплината развива:

Езикова грамотност способността за разпознаване, разбиране, изразяване, създаване и тълкуване на понятия, чувства, факти и мнения както в устен, така и в писмен вид, при използване на нагледни, звукови материали, аудиоматериали и материали в цифров формат в различни дисциплини и ситуации. Тя предполага способност за общуване и успешно разбиране с останалите хора по подходящ и съзидателен начин.	X
Многоезикова компетентност определя способността за ефективно ползване на различни езици – английски език, латински език, по подходящ начин за комуникация. Тя като цяло обхваща същите основни умения като тези на езиковата грамотност: основава се на способността за разбиране, изразяване и тълкуване на понятия, мисли, чувства, факти и мнения както в устен, така и в писмен вид (слушане, говорене, четене и писане), в подходящ кръг обществени и културни контексти в съответствие със собствените желания или нужди.	X
Математическа компетентност и компетентност в областта на точните науки, технологиите и инженерството	X

¹ дефинирани през 2018 г. от Съвета на Европейския съюз ([https://em-lex.europa.eu/legal-content/BG/TEXT/HTML/?uri=CELEX:32018I0604\(01\)&from=EN](https://em-lex.europa.eu/legal-content/BG/TEXT/HTML/?uri=CELEX:32018I0604(01)&from=EN))

А. Математическата компетентност е способността за развиване и прилагане на математическо мислене и поглед с цел решаване на различни проблеми в ситуации от ежедневието. Като се стъпва на добра математическа грамотност, се набляга на разсъждението и дейността, както и на знанията. Математическата компетентност включва в различна степен способността и желанието за използване на математически начини на мислене и представяне (формули, модели, концепции, графики и диаграми). Б. Компетентността в областта на точните науки се отнася до способността и желанието да се обясни природният свят посредством натрупаните знания и използваните методики, включително наблюдение и експериментирание, с цел задаване на въпроси и формулиране на заключения, основани на факти. Компетентностите в областта на технологиите и инженерството са прилагането на тези знания и методики в отговор на предполагаеми човешки желания или нужди. Компетентността в областта на точните науки, технологиите и инженерството включва разбиране на промените, причинени от човешката дейност, и отговорността на отделния гражданин. Статистическата обработка на данни от изследване	
Цифрова компетентност уверено, критично и отговорно ползване и ангажираност с цифровите технологии за учене, на работното място и за участие в обществото. Тя включва информационна грамотност и грамотност по отношение на данните, общуване и сътрудничество, медийна грамотност, създаване на цифрово съдържание (включително програмиране), безопасност (включително благосъстояние в цифрова среда и компетентности във връзка с киберсигурността), свързани с интелектуалната собственост въпроси, решаване на проблеми и критично мислене.	X
Личностна компетентност, социална компетентност и компетентност за придобиване на умения за учене способността човек да разсъждава за себе си, да управлява ефективно времето и информацията, да работи конструктивно с други хора, да запазва своята устойчивост и да управлява собственото си учене и кариера. Това включва способност за справяне с несигурността и сложността, за придобиване на умения за учене, за подпомагане на собственото физическо и емоционално благосъстояние, за поддържане на физическото и психичното здраве, за воденето на здравословно осъзнат и ориентиран към бъдещето начин на живот, за съпричастност и за управление на конфликти в един приобщаващ и подкрепящ контекст.	X
Гражданска компетентност способността за действие като отговорни граждани и за пълноценно участие в гражданския и социалния живот въз основа на разбиране на социалните, икономическите, правните и политическите понятия и структури, както и световните събития и устойчивост.	X
Предприемаческа компетентност способността за действие в съответствие с благоприятни възможности и идеи и за тяхното трансформиране в ценности за другите хора. Тя се основава на творчество, критично мислене, способност за решаване на проблеми, инициативност, постоянство и умение за работа в сътрудничество с цел планиране и управление на проекти, които имат културна, социална или финансова стойност.	
Компетентност за културна осведоменост и изява разбиране и уважение към начина, по който идеи и значение се изразяват творчески и се предават в различните култури и посредством редица изкуства и други форми на културата. Тя включва ангажираност за разбиране, развиване и изразяване на собствените идеи и чувство за собственото място или роля в обществото по разнообразни начини и в най-различен контекст.	X

Методи на обучение
■ семинарни упражнения ■ практически упражнения ■ решаване на практически и творчески задачи и казуси ■ консултации ■ дискусии ■ работа с научна литература ■ презентации

Връзка с други дисциплини от учебния план на специалността
■ Надгражда придобити знания по/Зависи от: ○ Медицина на бедствените ситуации

ТЕМАТИЧЕН ПЛАН НА УПРАЖНЕНИЯ

№	I. ТЕМАТИЧЕН ПЛАН НА УПРАЖНЕНИЯ	ЧАСОВЕ	СЕМЕСТЪР
1.	Безопасността на първо място. Ролята на първия спасител на мястото на инцидента. Основни принципи на първата помощ. Верига на оцеляванията. Оценка на сцената на инцидента. Оценка на състоянието на пострадалия.	1	
2.	Действия при липса на дихателна дейност. Задавяне на възрастни и деца. Поведение при задавяне. Шок. Противошокова позиция на тялото. Шок от електричен ток. Удар от мълния. Първа помощ.	1	
3.	Инциденти в басейн – рискове от инфекциозни и травматични проблеми. Първа помощ.	1	
4.	Рани – видове. Нараняване на меките тъкани. Превръзки.	1	
5.	Травми и нараняване на опорно-двигателния апарат. Обездвижване и преместване на пострадад.	1	
6.	Битови изгаряния. Спешна помощ при излагане на много високи и много ниски температури.	1	
7.	Хранителни и медикаментозни отравяния в дома и офиса. Антидоти. Първа помощ.	1	
8.	Биологични агенти, мерки за предпазване и първа помощ.	1	
9.	Транспортни инциденти. Оценка на пострадад.	1	
10.	Аптечки на работното място и в дома. Оборудване и приложение на медикаменти.	1	
11.	Гърчове. Епилепсия. Ниска кръвна захар. Диабет. Астма. Бъбречна колика.	1	
12.	Внезапен сърдечен арест. Миокарден инфаркт. Мозъчен удар. Първа помощ на място.	1	
13.	Инциденти у дома. Битови отравяния с етилен гликол, въглероден диоксид, почистващи вещества и други. Остро алкохолно отравяне. Ухапване от насекоми, паяци и други.	1	
14.	Остра алергична реакция. Анафилактичен шок. Ужилване от пчели и оси. Първа помощ.	1	
15.	Промяна на съзнанието след инцидент. Психологична подкрепа на пострадалите и семейството.	1	
ОБЩО ЧАСОВЕ:		15	

КОНТРОЛ И ОЦЕНЯВАНЕ НА ЗНАНИЯТА, УМЕНИЯТА И КОМПЕТЕНЦИИТЕ

Качеството и обема на усвоените знания, умения и компетенции се установява с помощта на:

- **текущ контрол:** отговаряне на устни въпроси в процеса на обучение.
- **семестриален контрол:** разработване и представяне на тема по въпроси от конспекта.

Крайната оценка се формира от резултатите от текущия контрол и семестриалния контрол в съотношение 20% : 80% и се записва като цяло число.

Обективността на оценяването се гарантира чрез прилагането на общовалидни критерии за определяне на нивото на усвоените знания и умения по учебната дисциплина, както следва:

Шестобална система за оценяване	КРИТЕРИИ ЗА ОПРЕДЕЛЯНЕ НИВОТО НА ЗНАНИЯ, УМЕНИЯ И КОМПЕТЕНЦИИ	Степен на теоретична и практическа подготовка
Отличен 6	МНОГО ВИСОКО НИВО отлични резултати с незначителни пропуски в демонстрирането на знания, умения и компетенции	91-100 %
Мн. добър 5	ВИСОКО НИВО много добри резултати с минимални пропуски в демонстрирането на знания, умения и компетенции	81-90 %
Добър 4	СРЕДНО НИВО добри резултати с определен брой съществени грешки в демонстрирането на знания, умения и компетенции	71-80 %
Среден 3	МИНИМАЛНО ИЗИСКУЕМО НИВО владее и демонстриране на знания, умения и компетенции в обсега на задължителния минимум на овладяване на дисциплината	60-70 %
Слаб 2	ПОД МИНИМАЛНО ИЗИСКУЕМО НИВО демонстриране на знания, умения и компетенции под определения минимум, при което е необходима допълнителна работа за неговото покриване	< 60 %

ЛИТЕРАТУРА и други източници на информация

Задължителна литература

1. First Aid Guide for School Emergencies
https://www.hgcentralappalachia.com/wp-content/uploads/2022/06/first_aid_emergencies.pdf
2. Basic and Advanced Life support 2020 Edition. American heart association guidelines for cardiopulmonary resuscitation and emergency cardiovascular care.
https://sofia.medicalistes.fr/spip/IMG/pdf/part_3_adult_basie_and_advanced_life_support_2020_american_heart_association_guidelines_for_cardiopulmonary_resuscitation_and_emergency_cardiovascular_care.pdf
3. International Trauma Life Support for Emergency Care Providers – 2020
<https://www.itrauma.org/product/itls-for-emergency-care-providers-9th-edition-ebook-pdf-format-vitalsource/>
4. ACEP First Aid Manual, 5th edition
<https://kuiyem.ku.edu.tr/wp-content/uploads/2016/12/American-College-of-Emergency-Physicians-ACEP-First-Aid-Manual.pdf>
5. First Aid for the family medicine boards, 3rd edition.
<https://www.yumpu.com/en/document/view/63126795/download-pdf-first-aid-for-the-family-medicine-boards-third-edition-1st-aid-for-the-family-medicine-boards>

Препоръчителна литература

1. European Resuscitation Council
[https://www.resuscitationjournal.com/article/S0300-9572\(17\)30776-1.pdf](https://www.resuscitationjournal.com/article/S0300-9572(17)30776-1.pdf)
2. American Red Cross First Aid/CPR/AED Participant's Manual, 2014
<http://safetytrainingpros.com/wp-content/uploads/2015/10/American-Red-Cross-First-Aid-CPR-AED-Participants-Manual.pdf>
3. First Aid to the injured
http://neuron.mefst.hr/docs/katedre/klinicke_vjestine/Dr%20Lojpur%20FIRST%20AID%20TO%20THE%20INJURED.pdf
4. First Aid Manual
<http://firstaid-cpr.net/manualpdf.html>
5. Comprehensive Guide for First Aid & CPR
https://cdn.redcross.ca/prodmedia/crc_documents/ComprehensiveGuideforFirstAidCPR_en.pdf

КОНСПЕКТ

за семестриален изпит

1. Безопасност. Оценка на сцената на инцидента.
2. Роля на първия спасител на мястото на инцидента.
3. Основни принципи на първата помощ.
4. Верига на оцеляванията.
5. Оценка на състоянието на пострадалия.
6. Действия при липса на дихателна дейност.
7. Задавяне на възрастни и деца. Поведение при задавяне.
8. Шок. Противошокова позиция на тялото.
9. Шок от електричен ток. Удар от мълния. Първа помощ.
10. Инциденти в басейн – рискове от инфекциозни и травматични проблеми. Първа помощ.
11. Рани – видове. Нараняване на меките тъкани. Превръзки.
12. Травма и нараняване на опорно-двигателния апарат. Обездвижване и преместване на пострадал. Първа помощ.
13. Битови изгаряния. Спешна помощ при излагане на много високи и много ниски температури.
14. Хранителни и медикаментозни отравяния в дома и офиса. Антидоти.
15. Биологични агенти, мерки за предпазване и първа медицинска помощ.
16. Транспортни инциденти. Оценка на пострадал.
17. Аптечки на работното място и в дома. Оборудване и проложение на медикаменти.
18. Гърчове. Епилепсия. Ниска кръвна захар. Диабет. Астма. Бъбречна колика. Първа помощ.
19. Внезапен сърдечен арест. Миокарден инфаркт. Първа помощ на място.
20. Мозъчен удар. Първа помощ на място.
21. Битови отравяния с етилен гликол, въглероден диоксид, почистващи вещества и други.
22. Остро алкохолно отравяне. Първа помощ.
23. Ухапване от насекоми, паяци и други. Първа помощ.
24. Остра алергична реакция. Анафилактичен шок. Ужилване от пчели и оси. Първа помощ.
25. Психологична подкрепа на пострадалите и семейството.

Учебната програма е приета на:

- Катедрен съвет на Катедрата по медицина на бедствените ситуации и морска медицина
- Програмен съвет
- Факултетен съвет

Протокол № 117/12.01.2026 г.

Протокол № /

Протокол № 02 127.05 26г.

Изготвил програмата:

(Доц. Николина Радева, доктор)

Съгласувал Ръководител катедра:

(Доц. Николина Радева, доктор)