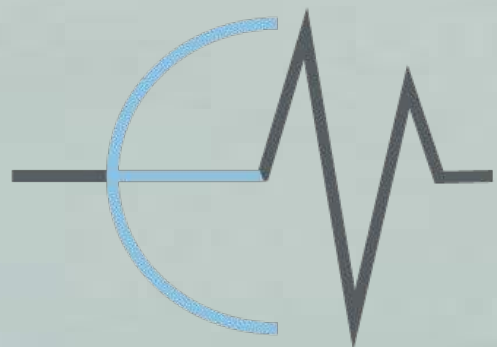




**ΚΕΑ  
ΒΙΜ** ΚΕΝΤΡΟ  
ΕΠΙΜΟΡΦΩΣΗΣ  
& ΔΙΑ ΒΙΟΥ  
ΜΑΘΗΣΗΣ



Department of  
Emergency  
Medicine  
University of Thessaly

Πρώτες βοήθειες σε  
ενήλικες, παιδιά και  
βρέφη

Οδηγός Σπουδών





## Εισαγωγή

Το πρόγραμμα "Πρώτες Βοήθειες σε Ενήλικες, Παιδιά και Βρέφη" παρέχει ολοκληρωμένη θεωρητική και πρακτική εκπαίδευση για την αντιμετώπιση έκτακτων περιστατικών σε διάφορες ηλικιακές ομάδες. Απευθύνεται όχι μόνο σε υγειονομικούς αλλά και στο ευρύτερο κοινό, εξοπλίζοντας τους συμμετέχοντες με τις απαραίτητες γνώσεις και δεξιότητες για την αποτελεσματική παροχή πρώτων βοηθειών.

## Ομάδα Στόχος

Το πρόγραμμα απευθύνεται σε ένα ευρύ φάσμα του πληθυσμού (επαγγελματίες υγείας και μη), καθιστώντας το ιδανικό για άτομα από διάφορους τομείς και επαγγέλματα που επιθυμούν να αποκτήσουν ζωτικές γνώσεις και δεξιότητες σε περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης. Συγκεκριμένα, το πρόγραμμα είναι ιδανικό για::

1. Γονείς και κηδεμόνες: Άτομα που έχουν την ευθύνη της φροντίδας παιδιών ή βρεφών και επιθυμούν να είναι προετοιμασμένοι για την αντιμετώπιση επείγουσών καταστάσεων.
2. Εκπαιδευτικοί και Παιδαγωγοί: Επαγγελματίες που εργάζονται με παιδιά και αναγνωρίζουν τη σημασία της άμεσης ανταπόκρισης σε καταστάσεις κινδύνου στο σχολικό περιβάλλον.
3. Υπάλληλοι Επιχειρήσεων και Οργανισμών: Άτομα που επιθυμούν να ενισχύσουν την ασφάλεια στον εργασιακό χώρο και να ενεργήσουν αποτελεσματικά σε περίπτωση ιατρικών εκτάκτων.
4. Φοιτητές και άλλα άτομα που επιδιώκουν την προσωπική τους ανάπτυξη και την ενίσχυση της ετοιμότητάς τους να αντιμετωπίσουν εκτάκτες καταστάσεις.
5. Εθελοντές σε Οργανισμούς και Κοινότητες: Άτομα που είναι ενεργά στην κοινότητά τους και επιθυμούν να παρέχουν ασφάλεια και υποστήριξη σε καταστάσεις ανάγκης.

## Αναγκαιότητα Επιμόρφωσης



Η ανάγκη για τη διάδοση γνώσεων και δεξιοτήτων σχετικά με τις πρώτες βοήθειες σε εξωνοσοκομειακό περιβάλλον είναι επιτακτική. Καθώς οι επαγγελματίες υγείας δεν είναι πάντα διαθέσιμοι στον τόπο ενός ατυχήματος ή μιας ιατρικής κατάστασης, τα εκπαιδευμένα άτομα σε πρώτες βοήθειες αναλαμβάνουν ζωτικό ρόλο. Η άμεση αντίδραση από μέλη της κοινότητας που έχουν τις κατάλληλες θεωρητικές γνώσεις μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο επιπλοκών και να σώσει ζωές προτού καν φτάσει η επαγγελματική βοήθεια. Επιπλέον, η κατάρτιση στις πρώτες βοήθειες προάγει μια πιο υπεύθυνη κοινωνία, ενισχύοντας την αλληλεγγύη και την προσωπική ασφάλεια. Η θεωρητική και πρακτική κατάρτιση που προσφέρεται ενισχύει την αυτοπεποίθηση των πολιτών, καθιστώντας τους πιο συνειδητοποιημένους και έτοιμους να δράσουν όταν απαιτείται. Η απόκτηση αυτών των δεξιοτήτων δεν είναι απλώς μια χρήσιμη προσθήκη στις προσωπικές δεξιότητες ενός ατόμου, αλλά μια ουσιαστική συμβολή στην ανθεκτικότητα της κοινωνίας συνολικά.



# Μαθησιακά Αποτελέσματα

Σε επίπεδο γνώσεων, οι εκπαιδευόμενοι του προγράμματος "Πρώτες Βοήθειες σε Ενήλικες, Παιδιά και Βρέφη" θα κατανοήσουν την σπουδαιότητα της πρώτης κρίσιμης ώρας στην αντιμετώπιση των επείγουσών καταστάσεων. Η εκπαίδευση θα εστιάσει στην κατανόηση βασικών αρχών πρώτων βοηθειών και στην αξιολόγηση συμπτωμάτων και σημείων που δείχνουν κρίσιμη ανάγκη για παρέμβαση. Αυτό θα βοηθήσει τους συμμετέχοντες να αναπτύξουν κριτική σκέψη και να λάβουν αποτελεσματικές αποφάσεις σε πραγματικές καταστάσεις εκτάκτου ανάγκης, βελτιώνοντας τις πιθανότητες ασφαλούς και επιτυχημένης παρέμβασης.

Σε επίπεδο δεξιοτήτων, το πρόγραμμα "Πρώτες Βοήθειες σε Ενήλικες, Παιδιά και Βρέφη" στοχεύει να εξοπλίσει τους εκπαιδευόμενους με τις απαραίτητες τεχνικές για αποτελεσματική παροχή πρώτων βοηθειών. Οι συμμετέχοντες θα μάθουν να εκτελούν ζωτικές διαδικασίες, όπως η καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (CPR), η διαχείριση αιμορραγιών, η σταθεροποίηση καταγμάτων και η αντιμετώπιση της απόφραξης αεραγωγού. Θα εξοικειωθούν επίσης με τεχνικές για την ασφαλή και αποτελεσματική αντιμετώπιση επειγόντων καταστάσεων που αφορούν παιδιά και βρέφη, όπως ειδικές τεχνικές ανάνηψης και αντιμετώπισης πνιγμονής. Επιπλέον, οι εκπαιδευόμενοι θα αναπτύξουν τη δεξιότητα της γρήγορης και ακριβούς αξιολόγησης των περιστάσεων, ώστε να μπορούν να προσδιορίσουν ποιες είναι οι πιο κρίσιμες και να αναλάβουν δράση αναλόγως. Αυτό περιλαμβάνει την εκμάθηση του να παραμένουν ήρεμοι και συλλογισμένοι κάτω από πίεση, προσφέροντας βοήθεια με τρόπο που μεγιστοποιεί τις πιθανότητες θετικής έκβασης για τον ασθενή.





# Μαθησιακά Αποτελέσματα

Σε επίπεδο ικανοτήτων, το πρόγραμμα "Πρώτες Βοήθειες σε Ενήλικες, Παιδιά και Βρέφη" εστιάζει στην ανάπτυξη της ικανότητας των εκπαιδευομένων να εφαρμόζουν τις γνώσεις και δεξιότητες που αποκτούν σε πραγματικές καταστάσεις. Αυτό περιλαμβάνει την ικανότητα να παρατηρούν σημάδια κινδύνου, να αξιολογούν την κατάσταση ασφαλείας και να προσδιορίζουν την καταλληλότερη απάντηση σε μια εκτάκτη ανάγκη. Οι εκπαιδευόμενοι θα εκπαιδευτούν να διαχειρίζονται το άγχος και την πίεση που συνοδεύει τις κρίσεις, καλλιεργώντας την ικανότητα να παραμένουν ήρεμοι και λειτουργικοί. Επίσης, το πρόγραμμα αναπτύσσει την ικανότητα των συμμετεχόντων να συνεργάζονται με άλλους σε μια κατάσταση εκτάκτου ανάγκης, ενισχύοντας την ομαδική εργασία και την επικοινωνία, κρίσιμα στοιχεία για την αποτελεσματική διαχείριση περιστατικών. Τέλος, θα ενθαρρύνονται να αναλαμβάνουν πρωτοβουλίες και να πάρουν γρήγορες αποφάσεις, βασισμένες στη σωστή κρίση και τη συνετή εκτίμηση των κινδύνων, καθιστώντας τους αποτελεσματικούς παρόχους πρώτων βοηθειών.



# Διδακτικές Ενότητες

## 1. Εισαγωγή στις πρώτες βοήθειες

Θεματικές υποενότητες: Πρώτες βοήθειες και βασική ορολογία, Περιεχόμενα και αναλώσιμα φαρμακείου πρώτων βοηθειών, Τεχνικές δεξιότητες

## 2. Καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση

Θεματικές υποενότητες: Βασική καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση και πνιγμονή σε ενήλικες - Θεωρητικό υπόβαθρο + Πρακτικό σεμινάριο, Βασική καρδιοαναπνευστική αναζωογόνηση και πνιγμονή σε παιδιά και βρέφη - Θεωρητικό υπόβαθρο + Πρακτικό σεμινάριο

## 3. Βασικές παθήσεις και η αντιμετώπισή τους I

Θεματικές υποενότητες: Αναφυλαξία και αλλεργικές αντιδράσεις, Παρόξυνση άσθματος, Έμφραγμα του μυοκαρδίου, Αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, Επιληπτικές κρίσεις - σπασμοί, Υπεργλυκαιμία/υπογλυκαιμία, Έμετος και διάρροια, Λοιμώξεις

## 4. Βασικές παθήσεις και η αντιμετώπισή τους II

Θεματικές υποενότητες: Αντιμετώπιση αιμορραγίας και θλαστικών τραυμάτων, Έκθεση σε περιβαλλοντικές συνθήκες (δήγματα και δαγκώματα, πνιγμός, ηλεκτροπληξία, θερμοπληξία, κρουπάγημα, δηλητηριάσεις), Εγκαύματα, Κατάγματα και διαστρέμματα, Κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις, Τροχαία ατυχήματα

## Γενικές Πληροφορίες Προγράμματος

Όλες οι διαλέξεις βιντεοσκοπούνται και είναι διαθέσιμες καθ' όλη τη διάρκεια του προγράμματος.



4 διδακτικές  
ενότητες



Ασκήσεις -  
Πρακτική  
άσκηση



56 ώρες - 1,5 μήνες  
(με πρακτική άσκηση)

50 ώρες - 1,5 μήνες  
(χωρίς πρακτική άσκηση)



Πιστοποιητικό  
Επιμόρφωσης



Υβριδική μέθοδος (εξ  
αποστάσεως  
σύγχρονη/ασύγχρονη  
διά ζώσης)



## Δίδακτρα Προγράμματος

Το κόστος του προγράμματος είναι 190€ (150€ χωρίς πρακτική) και καταβάλλεται σε 3 δόσεις. Η πρώτη δόση ορίζεται στα 80 ευρώ και καταβάλλεται με την υποβολή της αίτησης συμμετοχής. Η 1η δόση διδάκτρων είναι κοινή για όλους είτε ανήκουν σε κάποια εκπτώτικη κατηγορία είτε όχι.

Το πρόγραμμα εφαρμόζει εκπτώτικη πολιτική για τις παρακάτω κατηγορίες:

- 30% σε άνεργους
- 25% σε προσωπικό που εργάζεται σε ΑΕΙ, ΤΕΙ και Ερευνητικά κέντρα της ημεδαπής, αΜΕΑ, φοιτητές
- 20% σε πολύτεκνους – τρίτεκνους
- 15% σε άτομα που συνδέονται με πρώτου και δεύτερου βαθμού συγγένεια
- 10% σε καταβολή εφάπαξ ποσού με την εγγραφή

Τα δίδακτρα καταβάλλονται στην Alpha Bank, στον τραπεζικό λογαριασμό του Ειδικού Λογαριασμού Κονδυλίων Έρευνας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και εκδίδεται απόδειξη είσπραξης.

### ΠΡΟΣΟΧΗ:

Στην αιτιολογία κατάθεσης πρέπει να αναγράφεται το ονοματεπώνυμο του καταρτιζόμενου και οπωσδήποτε ο Κωδικός Προγράμματος.

ΑΡ. ΛΟΓΑΡΙΑΣΜΟΥ: 310-00-2002-020935

IBAN: GR6401403100310002002020935

ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΣ: Ειδικός Λογαριασμός Κονδυλίων Έρευνας Πανεπιστημίου Θεσσαλίας (ΕΛΚΕ ΠΘ)

ΚΩΔΙΚΟΣ ΕΡΓΟΥ: 4165.0328







Την Επιστημονική Ευθύνη για  
τον σχεδιασμό και την  
υλοποίηση του εκπαιδευτικού  
προγράμματος φέρει ο κ.  
Ιωάννης Πανταζόπουλος  
Αναπληρωτής Καθηγητής  
Επείγουσας Ιατρικής-  
Πνευμονολογίας Πανεπιστημίου  
Θεσσαλίας.



# ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΗΣΤΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ

**Κέντρο Επιμόρφωσης & Δια Βίου Μάθησης  
Πανεπιστημίου Θεσσαλίας**

Τηλ. +30 24210-06366/90

E-mail: [learning@uth.gr](mailto:learning@uth.gr)

WebSite: <https://learning.uth.gr/>

**Εκπαιδευτική Διαχείριση Προγράμματος**

Τηλ. +30 2413-502896

E-mail: [dem.uthessaly@gmail.com](mailto:dem.uthessaly@gmail.com)

WebSite: <https://dem-uth.com>

Γιαννιτσών & Λαχανά, Συγκρότημα Τσαλαπάτα  
Βόλος, Τ.Κ. 38334