



პირველადი დახმარების მასტერკლასი სკოლის მოსწავლეებისთვის

ელენე ზურაბიშვილი

ასისტენტ-პროფესორი, ჯანდაცვის მეცნიერებათა ფაკულტეტის

დეკანის მოადგილე

მოქმედი ექიმი

აღმოსავლეთ ევროპის უნივერსიტეტი

2025

ხანგრძლივობა: 1.5–2 საათი

ტრენერი: ელენე ზურაბიშვილი

მიზნები:

- პირველადი დახმარების ძირითადი პრინციპების ახსნა;
  - გადაუდებელი სიტუაციის შეფასება;
  - რეაგირება ხშირ ტრავმებსა და მდგომარეობებზე;
  - პირველადი დახმარების გაწევა პროფესიონალური დახმარების მოსვლამდე.
- 

### 1. შესავალი (10 წუთი)

- გაცნობა/თავის წარდგენა და შესავალი სიტყვა;
  - მცირე ინტერაქტიული კითხვა: „რატომ არის საჭირო პირველადი დახმარება?“;
  - მასტერკლასის მიზნების განმარტება.
- 

### 2. გადაუდებელი შემთხვევების ამოცნობა (10 წუთი)

- როდის უნდა დავურეკოთ დახმარებას (**DRSABC** პრინციპი: **Danger** (საფრთხე), **Response** (რეაქცია), **Send for help** (დახმარების გამოძახება), **Airway** (სასუნთქი გზა), **Breathing** (სუნთქვა), **Circulation** (ცირკულაცია);
  - როგორ დავურეკოთ სასწრაფოს და რა უნდა ვუთხრათ;
  - განსხვავება სიცოცხლისთვის საშიშ და უმნიშვნელო დაზიანებებს შორის.
- 

### 3. ძირითადი პირველადი დახმარების საკითხები (45–60 წუთი)

პრაქტიკული მუშაობა მანეკენზე:

⇒ გულის გაჩერება და CPR

- CPR-ის დემონსტრაცია მანეკენზე
- პრაქტიკა ჯგუფებში/წყვილებში

⇒ დახშული სასუნთქი გზები (დახრჩობა)

- დახრჩობის ამოცნობა

- ზურგზე დარტყმებისა და მუცლის წნევის დემონსტრაცია

⇒ დამსხვრეული ჭრილობები და სისხლდენა

- პირდაპირი წნევის გამოყენება სისხლდენისას
- ხელისა ან ფეხის გადახვევის პრაქტიკა მანეკენზე

⇒ დამწვრობები

- როგორ მოვიქცეთ (გაგრილება გამდინარე წყლით, თავისუფლად დაფარვა)
- ხშირი შეცდომების ახსნა

⇒ გულის წასვლა

- გულის წასვლის ნიშნები
- როგორ მოვიქცეთ გულის წასვლისას

---

#### 4. პირველადი დახმარების მითების ქვიზი (10 წუთი)

მოკლე ინტერაქტიული ქვიზი: „სწორია თუ არასწორი?“

---

#### 5. პირველადი დახმარების პირადი ნაკრების შედგენა (5 წუთი)

საბაზისო ნივთების ჩვენება: პლასტერები, ბინტები, ანტისეპტიკური ხელსახოცები და სხვა.

---

#### 6. შეჯამება და კითხვა-პასუხი (10–15 წუთი)