Pielikums Nr.1

NMPD rīkojumam Nr. 1-3/2021/212

**Metodiskie norādījumi par pirmās palīdzības pamatzināšanu 12 stundu apmācības programmu un pirmās palīdzības pamatzināšanu 12 stundu apmācības programmu ar rakstisku teorētisko un praktisko triju stundu zināšanu pārbaudi.**

**(ārtelpās)**

Pirmās palīdzības apmācības pasniedzēji un apmācītājorganizācijas apmācības īsteno ievērojot Ministru kabineta 2012.gada 14.augusta noteikumus Nr.557 “Noteikumi par apmācībām pirmās palīdzības sniegšanā” (turpmāk – MK noteikumi Nr.557), Ministru kabineta 2020.gada 9.jūnija  noteikumus Nr.360 “Epidemioloģiskās drošības pasākumi Covid-19 infekcijas izplatības ierobežošanai” (turpmāk – MK noteikumi Nr.360),  Slimību profilakses un kontroles centra un Veselības inspekcijas sniegtās rekomendācijas epidemioloģiskās drošības pasākumiem.

1. Pirmās palīdzības apmācības klātienē ārtelpās notiek saskaņā ar MK noteikumu Nr.557 6.pielikumā norādīto – apmācāmo skaits grupā nepārsniedz 15 personas (skat. *tabulu* *Nr.1*.), vienlaikus, ievērojot arī MK noteikumos Nr.360 noteiktos grupu lielumus vakcinētām un pārslimojušām personām, nevakcinētām testētām personām un nevakcinētām netestētām personām.

2. Klātienes apmācībās ārtelpās var piedalīties pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs/instruktora palīgs/instruktors, pasniedzējs-stažieris un apmācāmie, kuri ir iepriekš iepazinušies ar katras apmācītājorganizācijas sagatavoto rakstisku instrukciju, kurā ir norādīta informācija, ka apmācāmie un pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs/instruktors/instruktora palīgs ir informēti, ka uz klātienes nodarbībām nedrīkst ierasties personas, kurām noteikta pašizolācija, mājas karantīna vai izolācija vai kurām ir elpceļu infekcijas slimības pazīmes (paaugstināta ķermeņa temperatūra, rīkles iekaisums, klepus, elpas trūkums). Šai informācijai par piesardzības pasākumiem (t.sk. par divu metru distances ievērošanu, par roku higiēnas un respiratorās higiēnas nosacījumiem, mutes un deguna aizsega lietošanas pienākumiem) ir jābūt redzami novietotai arī apmācību norises vietā ārtelpās. Pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs, pasniedzējs-stažieris un apmācāmie parakstās par iepazīšanos ar šo instrukciju apmācāmās grupas sarakstā atsevišķi izveidotās ailēs.

Ārtelpu apmācību norises vieta tiek izvēlēta tāda, lai apkārtējā vide netraucētu apmācību procesam.

3. Pirmās palīdzības apmācībās klātienē ārtelpās var piedalīties ar šādiem nosacījumiem, proti:

*tabula Nr.1*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Grupa** | **Kas piedalās** | **Cilvēku skaits grupā** | **Nosacījumi** |
| **I** | Pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs/instruktora palīgs/instruktors, pasniedzējs-stažieris, apmācāmie | 15 | 1.Personas, kurām ir **sadarbspējīgs vakcinācijas sertifikāts** vai **Covid-19 pārslimošanas sertifikāts** (derīguma termiņš ir 180 dienas kopš saslimšanas ar Covid-19 pirmā pozitīvā testa rezultāta)*.* S**adarbspējīgs vakcinācijas sertifikāts** apliecina, ka persona ir vakcinēta pret Covid-19 infekciju un **ir pagājušas četrpadsmit dienas pēc pilna vakcinācijas kursa pabeigšanas** ar Eiropas Zāļu aģentūras vai līdzvērtīgu regulatoru reģistrētām vai Pasaules Veselības organizācijas atzītām vakcīnām (Pfizer-BioNTech ražotā vakcīna Comirnaty, Moderna ražotā vakcīna, vai pēc Janssen vakcīnas vienas devas saņemšanas), vai no **divdesmit divām līdz deviņdesmit dienām** pēc vakcīnas "Vaxzevria" **pirmās devas saņemšanas un uzreiz** pēc "Vaxzevria" **otrās devas saņemšanas.** 2.Visas apmācības laikā pasniedzēji un apmācāmās personas nelieto mutes-deguna aizsegus, neievēro 2 m distancēšanos. |
| **II** | Pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs/instruktora palīgs/instruktors, pasniedzējs-stažieris, apmācāmie | 10 | 1.Personas uzrāda **testēšanas sertifikātu** - pēdējo 48 stundu laikā pirms klātienes mācību programmas uzsākšanas ir veikts Covid-19 tests, nosakot SARS-CoV-2 vīrusa RNS (PĶR tests), vai ne vēlāk kā pēdējo 6 stundu laikā ir veikts SARS-CoV-2 antigēna tests, un tas ir negatīvs. Testēšanu veic ārstniecības personas izbraukumā vai kādā no laboratorijām. Testēšanas rezultātu var apliecināt tikai sadarbspējīgs testēšanas sertifikāts.2. Praktisko manipulāciju apguves laikā pasniedzēji un apmācāmās personas lieto mutes-deguna aizsegus (respirators vismaz FFP2 klases bez vārsta٭), apmācāmie sadalās pāros un visas apmācības laikā nemainās, un ievēro 2m distancēšanos starp pāriem. 3. Apgūstot teorētisko apmācību sadaļu klātienē, pasniedzējs un apmācāmie savā starpā ievēro 2 m distancēšanos. 4. Praktiskās apmācības klātienē var notikt, ja pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs, pasniedzējs-stažieris un apmācāmie visas apmācības laikā lieto cimdus (vienreizējās lietošanas), kuri tiek mainīti regulāri/vai tiek veikta roku dezinfekcija ik pēc katras izpildāmās manipulācijas. |
| **III** | Pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs/instruktora palīgs/instruktors, pasniedzējs-stažieris, apmācāmie | 5 | 1. Piedalās apmācāmās personas, kuras **nav veikušas** **vakcināciju pret Covid-19 vai testēšanos**.2. Praktisko manipulāciju apguves laikā pasniedzēji un apmācāmās personas lieto mutes-deguna aizsegus (respirators vismaz FFP2 klases bez vārsta), apmācāmie sadalās pāros vai grupās un visas apmācības laikā nemainās, un ievēro 2m distancēšanos starp grupām (pāriem). 3. Apgūstot teorētisko apmācību sadaļu klātienē, pasniedzējs un apmācāmie savā starpā ievēro 2m distancēšanos.4. Praktiskās apmācības klātienē var notikt, ja pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs, pasniedzējs-stažieris un apmācāmie visas apmācības laikā lieto cimdus (vienreizējās lietošanas), kuri tiek mainīti regulāri/vai tiek veikta roku dezinfekcija ik pēc katras izpildāmās manipulācijas. |

٭ *Respirators tiek mainīts ik pēc 3 – 4 stundām, vai saskaņā ar ražotāja norādīto informāciju.*

4. Pasniedzējs izvēlas atbilstošas mācību metodes, lai nodrošinātu, ka katrs apmācāmais ir pilnībā apguvis un pārvalda visas praktiskās manipulācijas, kas atbilst NMPD 2016.gada 22.septembrī apstiprinātajām vadlīnijām un algoritmiem. Visas programmas apguves laikā pasniedzējs ieplāno pauzes (uz katrām 2 akadēmiskajām stundām vismaz 15 min). Šāds paužu režīms ir jāievēro arī apgūstot apmācību programmas teorētisko daļu attālināti (vebināra nodarbībās).

5. Apmācību ilgums (*skat. tabulu Nr.2*.):

*tabula Nr.2.*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Grupa** | **Cilvēku skaits** | **Apliecības veids** | **Nodarbību veids** | **Nodarbības ilgums***(kopējais laiks)* |
| **I** | 15 | Dzeltenās apliecības  | klātiene | **10** astronomiskās stundas |
|  | 15 | Sarkanās apliecības | klātiene | **12** astronomiskās stundas un **45 minūtes** |
|  | 15 | Dzeltenās apliecības | teorija – attālināti, praktiskā apmācība - klātienē | **10** astronomiskās stundas |
|  | 15 | Sarkanās apliecības | teorija – attālināti, praktiskā apmācība - klātienē | **12** astronomiskās stundas un **45 minūtes** |
| **II** | 10 | Dzeltenās apliecības  | klātiene | **8** astronomiskās stundas un **30 minūtes** |
|  | 10 | Sarkanās apliecības | klātiene | **10** astronomiskās stundas |
|  | 10 | Dzeltenās apliecības | teorija – attālināti, praktiskā apmācība - klātienē | **8** astronomiskās stundas un **15** minūtes |
|  | 10 | Sarkanās apliecības | teorija – attālināti, praktiskā apmācība - klātienē | **10** astronomiskās stundas |
| **III** | 5 | Dzeltenās apliecības  | klātiene | **7** astronomiskās stundas un **45** minūtes |
|  | 5 | Sarkanās apliecības | klātiene | **8** astronomiskās stundas un **30 minūtes** |
|  | 5 | Dzeltenās apliecības | teorija – attālināti, praktiskā apmācība - klātienē | **7** astronomiskās stundas un **30** minūtes |
|  | 5 | Sarkanās apliecības | teorija – attālināti, praktiskā apmācība - klātienē | **8** astronomiskās stundas un **15** minūtes |

6. Ja pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs un pasniedzējs-stažieris nav vakcinēts pret Covid-19, Covid-19 testu veic **vienu reizi nedēļā**, nosakot SARS-CoV-2 vīrusa RNS (PĶR tests), vai ne vēlāk kā pēdējo 6 stundu laikā ir veikts SARS-CoV-2 antigēna tests, un tas ir negatīvs. Pasniedzējam ir iegūts testēšanas sertifikāts par Covid-19 laboratorisko analīžu rezultātiem.

 7.Higiēnas prasības ārtelpām, proti:

1. ja ir pieejama ūdens padeve, tad bieži un rūpīgi mazgāt rokas ar siltu ūdeni un ziepēm, pēc tualetes apmeklējuma. Roku mazgāšanu veikt vismaz 20 sekundes. Roku nosusināšanai izmantot vienreizējās lietošanas papīra dvieļus. Ja nav iespējams mazgāt rokas, tad dezinficēt tās ar spirtu saturošiem roku dezinfekcijas līdzekļiem. Nepieskarties sejai (acīm, degunam un mutei) ar nemazgātām rokām;

***Informācija* Kā pareizi mazgāt rokas? *pieejama Slimību profilakses un kontroles centra mājas lapā*** [*https://www.spkc.gov.lv/lv/roku-higiena*](https://www.spkc.gov.lv/lv/roku-higiena)

1. roku dezinfekcijai pieejamā vietā izvietot 70% spirtu saturošus roku dezinfekcijas līdzekļus;
2. pasniedzējiem un apmācāmajiem ir brīvi pieejamas labierīcības;
3. lietotās virsmas un priekšmetus dezinficēt, izmantojot 70% spirtu saturošus dezinfekcijas līdzekļus, piemēram, galda virsmas, krēsla atbalsta virsmas;
4. apmācību vietā ir jābūt visam nepieciešamajam aprīkojumam, tai skaitā, elektrības padevei (apgaismojums nedrīkst radīt nelaimes gadījuma risku, tai skaitā paaugstinātu redzes sasprindzinājumu un apžilbinājumu), apmācību laikā tiek nodrošināta gan pasniedzēja, gan apmācāmo drošība, tai skaitā pasargājot no vides nelabvēlīgas ietekmes (lietus, vējš, spilgta saule, pārkaršana, atdzišana);
5. apmācību laikā pasniedzējs nodrošina, ka mācību līdzekļi nesaskaras ar zemi (piem. zem manekena vai personas, kura tēlo cietušo, ir jābūt novietotam paklājam, kuru var viegli dezinficēt), putekļiem.

8. Pēc katras apmācību grupas veic koplietotā mācību līdzekļa/inventāra dezinfekciju (piem. manekens, paklājs). Pasniedzējs regulāri, ik pēc katras nodarbības veic ārtelpas atrodošo virsmu apstrādi (galdi, krēsli) ar dezinficējošu līdzekli, saskaņā ar apmācītājorganizācijas izstrādāto ārtelpas un aprīkojuma dezinfekcijas plānu, kurš tiek izsniegts pirmās palīdzības apmācības pasniedzējam uz katru nodarbību.

9. Izlietotais mīkstais inventārs tiek savākts pēc katras apmācāmo grupas atsevišķi maisā un tiek izmests parastajos sadzīves atkritumos.

10. Apmācītājorganizācija/pirmās palīdzības apmācības pasniedzējs pirms praktisko nodarbību uzsākšanas katram apmācāmajam nodrošina pirmās palīdzības praktisko manipulāciju apguvei nepieciešamo materiālu komplektu (vienreizējās lietošanas cimdus, marles saites, trīsstūrveida lakatiņi, marles komprese, utt.), saskaņā ar Ministru kabineta 2010.gada 3.augusta noteikumu Nr.713 “Noteikumi par kārtību, kādā nodrošina apmācību pirmās palīdzības sniegšanā, un pirmās palīdzības aptieciņas medicīnisko materiālu minimumu” pielikumā norādīto.

12. Pārbaudījuma kārtošana notiek tikai pēc visas programmas apguves saskaņā ar MK noteikumu Nr. 557 46. - 49.punktā noteikto.

NMPD

Pirmās palīdzības apmācības sistēmas

organizēšanas nodaļas galvenā speciāliste

(pirmās palīdzības kontroles jautājumos)

Irēna Purmale