



Обучение первой помощи.

Где и зачем проходить обучение

Время изучения: 10
мин

Вы узнаете:

- Требования для лиц, обучающихся навыкам оказания первой помощи. Важность прохождения обучений первой помощи.
- Организации, где можно обучиться и пройти курсы и мастер-классы по первой помощи и их контакты.

Зачем проходить курсы оказания первой помощи

В критической ситуации теория из книг или статей не заменит реальных навыков. Чтобы не растеряться, действовать быстро и правильно, нужно заранее отработать приемы первой помощи на практике. Умения и навыки оказания первой помощи особенно важны в условиях чрезвычайной ситуации, когда на счет идут минуты и даже секунды.

Вы сможете помочь только в том случае, если уже делали это раньше: знаете, как правильно провести сердечно-легочную реанимацию, остановить кровотечение или наложить повязку. Без тренировки под руководством опытных инструкторов эти действия могут быть неэффективными или даже опасными.

Пройти курсы первой помощи — значит получить не просто знания, а навык, который однажды может спасти чью-то жизнь. И этот шанс стоит того, чтобы им воспользоваться.

Нормативные требования

Сроки обучения

Согласно общим требованиям для лиц, обучающихся правилам оказания первой помощи и принимающих участие в деятельности общественных объединений, добровольческих организаций, **сроки обучения** определяются общественным объединением и добровольческой организацией.

Для других категорий граждан сроки также устанавливаются в зависимости от вида образования/обучения и могут включать в себя требования по длительности обучения, например, не менее 8 или 16 часов ([«Организация подготовки населения и сотрудников экстренных оперативных служб приемам оказания первой помощи на территории Российской Федерации»](#)).

Краткосрочное обучение

Кроме того, отдельные приемы оказания первой помощи могут быть использованы для краткосрочных курсов, требующих специализированной подготовки к действиям в условиях чрезвычайной ситуации.

К таким приемам относят:

- остановку наружного кровотечения;
- придание устойчивого бокового положения;
- наложение повязок при травмах различных областей тел;
- термоизоляцию при воздействии низких температур;
- проведение сердечно легочной реанимации до появления признаков жизни.

Подобный краткосрочный курс может быть реализован за 4 часа. Максимальный упор в таком случае должен проводиться на отработку практических приемов оказания первой помощи.

Где пройти обучение

Обучение первой помощи в рамках движения «Волонтеры-медики»

Одним из направлений деятельности Всероссийского общественного движения **«Волонтеры-медики»** является обучение первой помощи населения.

В **2019 году** ВОД «Волонтеры-медики» получило лицензию на осуществление образовательной деятельности и совместно с главным внештатным специалистом Министерства здравоохранения Российской Федерации по первой помощи Л.И. Дежурным были разработаны образовательные программы для обучения волонтеров и населения. В **2020 году** был успешно внедрен и отработан единый стандарт обучения

первой помощи для волонтеров-медиков, волонтеров-инструкторов, а также дистанционный курс для всех возрастных групп населения.

- Чтобы стать волонтером или пройти обучение, необходимо зарегистрироваться [на сайте организации](#).
- Ссылка [на телеграм-канал](#).
- Ссылка [ВКонтакте](#).

Обучение первой помощи в рамках Российского красного креста

Научиться спасать жизни можно пройдя курсы и мастер-классы по оказанию первой помощи **Российского Красного Креста**. Общероссийская общественная организация «Российский Красный Крест» осуществляет свою деятельность с **1867 года**. Российский Красный Крест является участником Международного Движения Красного Креста и Красного Полумесяца.

Обучение населения приемам оказания первой помощи является традиционным видом деятельности Международного Движения Красного Креста и Красного Полумесяца во всем мире. На протяжении полутора веков миллионы добровольцев по всему свету спасали и спасают жизни людей во время стихийных бедствий, в зонах вооруженных конфликтов и в других чрезвычайных ситуациях.

- Подробнее о деятельности Российского Красного Креста можно ознакомиться [по ссылке](#).

Обучение первой помощи в рамках Всероссийского студенческого корпуса спасателей

Формирование навыков, направленных на умение оказать первую помощь, и знаний о том, как действовать в сложных и чрезвычайных ситуациях, является одним из ключевых направлений **Всероссийского студенческого корпуса спасателей**.

Всероссийский студенческий корпус спасателей проводит систематическую работу, направленную на подготовку детей и молодежи по основам безопасной жизни и спасательного дела, подготовку различных категорий граждан к действиям в сложных и чрезвычайных ситуациях, развитие добровольчества в ЧС.

- Чтобы узнать больше о работе добровольцев ВСКС, переходите [по ссылке](#).

Обучение первой помощи в рамках Территориальных центров медицины катастроф

Также в настоящее время в соответствии с Правилами организации деятельности **Территориальных центров медицины катастроф** одной из функций центров является обучение населения оказанию первой помощи при чрезвычайных ситуациях.

Контакты

- Единый телефон пожарных и спасателей — 01 или 101
- Справочная МЧС России — +7 (495) 983-79-01
- Единый «телефон доверия» — +7 (495) 400-99-99
- Электронная почта МЧС России (не для подачи обращений граждан) — info@mchs.gov.ru

В Москве

Территориальным центром медицины катастроф в городе Москве является Государственное бюджетное учреждение здравоохранения города Москвы особого типа «Московский территориальный научно-практический центр медицины катастроф (ЦЭМП) Департамента здравоохранения города Москвы».

- Подробнее об образовательных программах можно узнать [по ссылке](#).