

	TÄIENDUSKOOLITUSE “PRAKTILINE ELUSTAMISKOOLITUS (ALS)” ÕPPEKAVA KÕ05 / versioon 03	Kehtib alates Kinnitas Koostaja	27.08.2026 Ants Põder koolitusjuht Ants Põder koolitusjuht
---	--	---------------------------------------	--

1. ÕPPEKAVA NIMETUS	“PRAKTILINE ELUSTAMISKOOLITUS (ALS)”
2. ÕPPEKAVA RÜHM	Meditsiin
3. ÕPPEKAVA EESMÄRK	Anda osalejatele teadmised ja praktilised oskused <i>Advanced Life Support</i> (ALS) tasemel elustamiseks, juhitudes <i>European Resuscitation Council</i> (ERC) 2025 elustamisjuhiseist.
4. ÕPIVÄLJUNDID	Teab elustamise aluspõhimõtteid ja rakendab efektiivselt mitte-tehnilisi oskusi. Oskab hinnata ja käsitleda halveneva seisundiga patsienti. Oskab elustada ALS tasemel ning töötada meeskonnas. Oskab kasutada/rakendada elustamisel ja patsiendi monitoorimisel vajalikke seadmeid ja tehnikaid. Teab elustamisjärgse ravi põhimõtteid.
5. SIHTGRUPP	Tervishoiusüsteemis töötav õenduspersonal ja arstid.
6. ÕPPEKEEL	Eesti keel
7. ÕPPIJATE ARV	Maksimaalselt 12 osalejat.
8. ÕPPE ALUSTAMISE TINGIMUSED	Registreerimine kodulehel www.leh.ee või e-posti vahendusel koolituskeskus@leh.ee
9. ÕPPEKAVA MAHT, ÕPPEMEETODID JA -VAHENDID	Õppekava kogumaht on varieeruv olenevalt ametipositsioonist: • Arstid/õde-brigaadijuhid: 18 akadeemilist tundi, millest 10 akadeemilist tundi moodustab e-õpe/iseseisev töö ja 8 akadeemilist tundi praktiline õpe/simulatsioonõpe. • EMO/IRO õde / II liige / EMT (II liige): 17 akadeemilist tundi, millest 9 akadeemilist tundi moodustab e-õpe/iseseisev töö ja 8 akadeemilist tundi praktiline õpe/simulatsioonõpe. • EMT (III liige) ja kiirabitehnik: 14 akadeemilist tundi, millest 6 akadeemilist tundi moodustab e-õpe/iseseisev töö ja 8 akadeemilist tundi praktiline õpe/simulatsioonõpe. Õppemeetodid: iseseisev töö, e-kursus, praktilised harjutused, simulatsioon, arutelu Õppevahendid: AS Lõuna-Eesti Haigla Koolituskeskuse tarvikud ja näitlikud õppevahendid.
10. ÕPPE SISU	- Vereringeseiskuse epidemioloogia (haiglasine ja -väline, ellujäämise ahel, elustamise kvaliteet, rindkere kompressioonid). - Mitte-tehnilised oskused ja kvaliteet (elustamise juhtimine, meeskonnatöö, ülesannete koordineerimine, ettevalmistus ja järelarutelu). - Halveneva seisundiga patsiendi äratundmine ja vereringeseiskuse ennetamine (<i>Early Warning Score</i>, seisundi halvenemise ja vereringeseiskuse põhjused, ABCDE lähenemine). - Elustamine ALS tasemel (tagasipööratavad surma põhjused,

	TÄIENDUSKOOLITUSE “PRAKTILINE ELUSTAMISKOOLITUS (ALS)” ÕPPEKAVA KÕ05 / versioon 03	Kehtib alates Kinnitas Koostaja	27.08.2026 Ants Pöder koolitusjuht Ants Pöder koolitusjuht
---	--	---------------------------------------	--

	eetilised aspektid, elustamise lõpetamine, erijuhud, surma tuvastamine). - Kardiomonitoring, elektrokardiograafia ja rütmi tuvastamine (monitoorimise viisid, südame elektrofüsioloogia, vereringeseiskuse vormid, bradüarütmia, tahhüarütmia, kõrge riskiga rütmihäired). - Vereringeseiskus erijuhtudel (4H4T, asukohast ja patsiendist tulenevad eritingimused). - Elustamisjärgne ravi ja prognoos. - Hingamisteede käsitlus ja ventilatsioon (baasvõtted ja maskventilatsioon, supraglottilised vahendid, endotrahheaalne intubatsioon, krikotüreotoomia). - Defibrillatsioon ja elektrokardiostimulatsioon (defibrillatsioon ja kardioversioon, elektrokardiostimulatsioon, implanteeritud kardiostimulaator). - Toetavad tehnikad ja oskused (kapnograafia, pulssoksümeetria, veregaaside analüüs, intraosssaalne veenitee, ultraheli kasutamine elustamisel, mehaaniline rindkere kompressioonseade, eCPR). - Lähedaste toetamine elustamisel. - Praktilised osaharjutused ja simulatsioonõpe.
11. ÕPPEKESKKOND	Õppetöö toimub koolituse läbiviimiseks sobivates õpperuumides, mis on varustatud vajaliku õppetehnikaga ja vastavad tervisekaitse- ja ohutusnõuetele.
12. ÕPPEMATERJALID	Õppematerjalid on loengumaterjalid.
13. LÕPETAMISE TINGIMUSED JA VÄLJASTATAVAD DOKUMENDID	Koolituse läbimise kriteeriumiteks on täies mahus osalemine koolitusel, praktiliste harjutuste korrektne sooritamise ning teadmisi kontrolliva testi sooritamise positiivsele tulemusele. Väljastatakse tunnistus “Praktiline elustamiskoolitus (ALS) 14 - 18 tundi” läbimise kohta.
14. KOOLITAJA KVALIFIKATSIOON	Tervishoiukorralduse infosüsteemis registreeritud tervishoiutöötaja, kes omab süvendatud teadmisi ALS (<i>Advanced Life Support</i>) tasemel elustamises.

ÕPPEKAVA KOOSTAMISE INFO	
ÕPPEKAVA EEST VASTUTAV TÖÖTAJA JA AMETIKOHT	Ants Pöder, Lõuna-Eesti Haigla AS koolitusjuht
ÕPPEKAVA KOOSTAMISE KUUPÄEV	27.08.2026