

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

(1) ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ ΥΓΕΙΑΣ		
ΤΜΗΜΑ	ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΜΕΠ	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΧΕΙΜΕΡΙΝΟ
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ <i>σε περίπτωση που οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται σε διακριτά μέρη του μαθήματος π.χ. Διαλέξεις, Εργαστηριακές Ασκήσεις κ.λπ. Αν οι πιστωτικές μονάδες απονέμονται ενιαία για το σύνολο του μαθήματος αναγράψτε τις εβδομαδιαίες ώρες διδασκαλίας και το σύνολο των πιστωτικών μονάδων</i>	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
Θεωρία	2	3	
<i>Προσθέστε σειρές αν χρειαστεί. Η οργάνωση διδασκαλίας και οι διδακτικές μέθοδοι που χρησιμοποιούνται περιγράφονται αναλυτικά στο (δ).</i>			
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ <i>γενικού υποβάθρου, ειδικού υποβάθρου, ειδίκευσης, γενικών γνώσεων, ανάπτυξης δεξιοτήτων</i>	ΜΓΥ (Μάθημα Γενικού Υποβάθρου)		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	-		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	ΕΛΛΗΝΙΚΗ		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΟΧΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	https://eclass.uth.gr/courses/PHYSIO_U_198/		

(2) ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

<p>Μαθησιακά Αποτελέσματα <i>Περιγράφονται τα μαθησιακά αποτελέσματα του μαθήματος οι συγκεκριμένες γνώσεις, δεξιότητες και ικανότητες καταλλήλου επιπέδου που θα αποκτήσουν οι φοιτητές μετά την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος.</i></p> <p><i>Συμβουλευτείτε το Παράρτημα Α</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Περιγραφή του Επιπέδου των Μαθησιακών Αποτελεσμάτων για κάθε ένα κύκλο σπουδών σύμφωνα με το Πλαίσιο Προσόντων του Ευρωπαϊκού Χώρου Ανώτατης Εκπαίδευσης • Περιγραφικοί Δείκτες Επιπέδων 6, 7 & 8 του Ευρωπαϊκού Πλαισίου Προσόντων Διά Βίου Μάθησης και το Παράρτημα Β • Περιληπτικός Οδηγός συγγραφής Μαθησιακών Αποτελεσμάτων
<p>Ο φοιτητής με το πέρας των μαθημάτων θα είναι σε θέση να γνωρίζει:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Γενικές αρχές εφαρμογής των πρώτων βοηθειών σε επείγουσες καταστάσεις και ποιος ο σκοπός τους. 2. Ποιοι είναι οι πιθανοί τραυματισμοί και επείγουσες καταστάσεις που χρήζουν άμεσης εφαρμογής πρώτων βοηθειών 3. Μεθόδους και τεχνικές για γρήγορη, ψύχραιμη και ασφαλή προσέγγιση του πάσχοντα

4. Τεχνικές για γρήγορο έλεγχο, εκτίμηση της βαρύτητας της κατάστασης του πάσχοντος, εκτίμηση και καθορισμό των προτεραιοτήτων, για παροχή Πρώτων Βοηθειών (συμπεριλαμβανομένης της παροχής ΚΑΡΠΑ) και κλήση για παροχή Εξειδικευμένης Βοήθειας
5. Βασικές παρατηρήσεις και ενέργειες για την αντιμετώπιση επειγόντων περιστατικών.
6. Τρόπος μετακίνησης και μεταφοράς
7. Τρόπους παροχής πρώτων βοηθειών σε ειδικές ομάδες ασθενών που εντάσσονται σε πρόγραμμα θεραπευτικής άσκησης.

Γενικές Ικανότητες

Λαμβάνοντας υπόψη τις γενικές ικανότητες που πρέπει να έχει αποκτήσει ο πτυχιούχος (όπως αυτές αναγράφονται στο Παράρτημα Διπλώματος και παρατίθενται ακολούθως) σε ποια / ποιες από αυτές αποσκοπεί το μάθημα;

<i>Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών</i>	<i>Σχεδιασμός και διαχείριση έργων</i>
<i>Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις</i>	<i>Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα</i>
<i>Λήψη αποφάσεων</i>	<i>Σεβασμός στο φυσικό περιβάλλον</i>
<i>Αυτόνομη εργασία</i>	<i>Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου</i>
<i>Ομαδική εργασία</i>	<i>Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής</i>
<i>Εργασία σε διεθνές περιβάλλον</i>	<i>Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης</i>
<i>Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον</i>	<i>.....</i>
<i>Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών</i>	<i>Άλλες...</i>
	<i>.....</i>

- Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών.
- Λήψη αποφάσεων.
- Άσκηση κριτικής και αυτοκριτικής.
- Αυτόνομη εργασία.
- Προσαρμογή σε νέες καταστάσεις.
- Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας και ευαισθησίας σε θέματα φύλου.
- Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον.

(3) ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

Περιεχόμενα του μαθήματος.

Ενότητα 1. Εισαγωγή και γενικές αρχές πρώτων βοηθειών.

- Σκοπός των πρώτων βοηθειών.
- Γενικές αρχές πρώτων βοηθειών.
- Απαραίτητα τηλέφωνα.
- Αξιολόγηση πάσχοντα.
- Φαρμακείο Πρώτων Βοηθειών, επιδέσεις .

Ενότητα 2. Τραυματικές κακώσεις.

- Διαστρέμματα: αναγνώριση, πρόληψη και παροχή Πρώτων Βοηθειών.
- Μυϊκές θλάσεις: αναγνώριση, πρόληψη και παροχή Πρώτων Βοηθειών.
- Εξάρθρωμα, αναγνώριση, πρόληψη και παροχή Πρώτων Βοηθειών .

- Κατάγματα: Αναγνώριση, πρόληψη και παροχή Πρώτων Βοηθειών.
- Μεταφορά με ασφάλεια.

Ενότητα 3. Επιδεσμολογία, ποικιλία επιδέσμων.

- Είδη επιδέσμων και χρήση τους (τριγωνικοί, κυλινδρικοί, οκταειδείς, επίδεση κεφαλής και ματιού, δικτυωτοί επίδεσμοι).
- Νάρθηκες: είδη, χρησιμότητα και εφαρμογή τους.

Ενότητα 4. Αιμορραγία.

- Είδη αιμορραγίας (τραυματικής αιτιολογίας, ρινορραγία, ωτορραγία, γαστρορραγία, αιμόπτυση, κισσοί – αιμορροΐδες).
- Αξιολόγηση περιστατικού.
- Παροχή πρώτων βοηθειών.

Ενότητα 5. Δηλητηριάσεις – Τσιμπήματα.

- Κατηγορίες δηλητηριάσεων (από τρόφιμα, από γεωργικά φάρμακα, από ζώα).
- Τσιμπήματα φιδιών, Δαγκώματα από ζώα, Τσιμπήματα από έντομα, δαγκώματα-τσιμπήματα-επαφή με θαλάσσιους οργανισμούς και παροχή πρώτων βοηθειών.
- Αναγνώριση δηλητηριάσεων, πρόληψη και παροχή Πρώτων Βοηθειών.
- Απομάκρυνση και εξουδετέρωση του δηλητηρίου, ειδικές αγωγές και αντίδοτα δηλητηρίων.

Ενότητα 6. Θερμικές κακώσεις.

- Από θερμότητα (έγκαυμα, θερμοπληξία), από ψύχος (κρουοπαγήματα, κρουοπληξία), ήλιος, ηλίαση, ηλεκτρισμός, (ηλεκτροπληξία, κεραυνοπληξία), ακτινοβολία, πνιγμός, πνιγμονή.
- Πυρετός/Υποθερμία.
- Αναγνώριση και παροχή πρώτων βοηθειών.
- Εγκαύματα (είδη, ταξινόμηση): Αναγνώριση εγκαυμάτων, πρόληψη και παροχή Πρώτων Βοηθειών.

Ενότητα 7. Ειδικές κακώσεις, ξένα σώματα.

- Τραυματισμοί από ξένα σώματα.
- Ξένο σώμα στο δέρμα (παρασχίδες – αγκίστρια), στο μάτι, στη μύτη, στο αυτί, κατάποση ξένου σώματος.
- Αντιμετώπιση και παροχή πρώτων βοηθειών.

Ενότητα 8. Πνιγμονή.

- Πνιγμός από ξένο σώμα: αναγνώριση, παροχή πρώτων βοηθειών.
- Πνιγμός στο νερό: αναγνώριση, παροχή πρώτων βοηθειών.

Ενότητα 9. Καρδιοαγγειακά και Αναπνευστικά νοσήματα και πρώτες βοήθειες.

- Καρδιοαγγειακά Νοσήματα: Αντιμετώπιση οξέος στεφανιαίο επεισόδιο (έμφραγμα, στηθάγχη, καρδιακή ανακοπή), ταχυκαρδία, βραδυκαρδία, υπέρταση, υπόταση.
- Αναπνευστικά νοσήματα (Διαταραχές της αναπνοής, απόφραξη αεροφόρων οδών, τεχνητή υποστήριξη της αναπνοής).

Ενότητα 10. Νευρολογικά και άλλα νοσήματα και πρώτες βοήθειες.

- Αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, κρανιοεγκεφαλικές κακώσεις: αναγνώριση και παροχή πρώτων βοηθειών.
- Απώλεια αισθήσεων/λιποθυμία: αναγνώριση και παροχή πρώτων βοηθειών.
- Σοκ/καταπληξία: αναγνώριση και παροχή πρώτων βοηθειών.
- Σπασμοί: αναγνώριση και παροχή πρώτων βοηθειών.

Ενότητα 11. Ενότητα Διαβήτη και πρώτες βοήθειες.

- Κίνδυνοι για διαβητικό ασθενή και ασθενή που υποβάλλεται σε πρόγραμμα θεραπευτικής άσκησης. Υπογλυκαιμία. Πρόληψη και παροχή Πρώτων Βοηθειών.
- Λιποθυμία, εμετός, σπασμοί, αλλεργικές αντιδράσεις, διαβητικό κώμα.

Ενότητα 12. Καρδιοαναπνευστική Αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ).

- Εισαγωγή στην τεχνητή αναπνοή και καρδιοπνευμονική αναζωογόνηση (ΚΑΡΠΑ).
- Βασική υποστήριξη της ζωής (BLS) σε ενήλικα, παιδιά και βρεφος.
- Θέση ανάνηψης.
- Χρήση αυτόματου εξωτερικού απινιδωτή.

Ενότητα 13. Φυσικοθεραπεία, Θεραπευτική άσκηση και Ασφάλεια.

- Οργάνωση και εξοπλισμός φυσικοθεραπευτηρίου για παροχή πρώτων βοηθειών σε αθλητή, μυοσκελετική κάκωση.
- Οργάνωση και εξοπλισμός για παροχή πρώτων βοηθειών σε πρόγραμμα καρδιοαγγειακής αποκατάστασης.
- Οργάνωση και εξοπλισμός για παροχή πρώτων βοηθειών σε πρόγραμμα αναπνευστικής φυσικοθεραπείας.
- Παροχή πρώτων βοηθειών στο γήπεδο.

Ενότητα 14. Τελική Αξιολόγηση.

- Αξιολογείται η συνολική επίδοση των φοιτητών σύμφωνα με τον κανονισμό σπουδών του Ιδρύματος και τον τρόπο αξιολόγησης του μαθήματος όπως αναφέρεται παρακάτω.

(4) ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<p>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ <i>Πρόσωπο με πρόσωπο, Εξ αποστάσεως εκπαίδευση κ.λπ.</i></p>	<p>Πρόσωπο με πρόσωπο</p> <p>Στις μεθόδους διδασκαλίας του μαθήματος περιλαμβάνονται πολλές διδακτικές μέθοδοι και μέσα μεταξύ των οποίων:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Καθοδηγούμενη μελέτη καίριων άρθρων και λοιπών πηγών, τα οποία γνωστοποιούνται εκ των προτέρων ώστε ο φοιτητής να κατανοεί αποτελεσματικότερα το περιεχόμενο των διαλέξεων-εισηγήσεων. • Διαλέξεις-εισηγήσεις με χρήση πίνακα, διαφανοσκόπειου, σταθερό προβολικό σύστημα (overhead projector), βίντεο και τηλεόραση. • Συζήτηση στην τάξη και ανατροφοδότηση.
---	--

	<ul style="list-style-type: none"> Ερωτήσεις για την κατανόηση των σημαντικών σημείων κάθε διάλεξης-εισήγησης, τις οποίες ο κάθε φοιτητής απαντά και αυτοαξιολογείται. 																								
<p align="center">ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</p> <p align="center"><i>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</i></p>	<p>Χρήση Τ.Π.Ε. στη Διδασκαλία, στην Εργαστηριακή Εκπαίδευση, στην Επικοινωνία με τους φοιτητές</p> <ul style="list-style-type: none"> Χρήση Τεχνολογιών Πληροφορικής και Επικοινωνιών (ΤΠΕ) (πολυμέσων, ηλεκτρονική συζήτηση μέσω πλατφόρμας ασύγχρονης εκπαίδευσης και ηλεκτρονικού ταχυδρομείου). 																								
<p align="center">ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</p> <p><i>Περιγράφονται αναλυτικά ο τρόπος και μέθοδοι διδασκαλίας. Διαλέξεις, Σεμινάρια, Εργαστηριακή Άσκηση, Άσκηση Πεδίου, Μελέτη & ανάλυση βιβλιογραφίας, Φροντιστήριο, Πρακτική (Τοποθέτηση), Κλινική Άσκηση, Καλλιτεχνικό Εργαστήριο, Διαδραστική διδασκαλία, Εκπαιδευτικές επισκέψεις, Εκπόνηση μελέτης (project), Συγγραφή εργασίας / εργασιών, Καλλιτεχνική δημιουργία, κ.λπ.</i></p> <p><i>Αναγράφονται οι ώρες μελέτης του φοιτητή για κάθε μαθησιακή δραστηριότητα καθώς και οι ώρες μη καθοδηγούμενης μελέτης σύμφωνα με τις αρχές του ECTS</i></p>	<table border="1" data-bbox="692 533 1356 1043"> <thead> <tr> <th>Δραστηριότητα</th> <th>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Διαλέξεις</td> <td align="center">30</td> </tr> <tr> <td>Αυτοτελής Μελέτη</td> <td align="center">45</td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> </tr> <tr> <td>Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)</td> <td align="center">75</td> </tr> </tbody> </table>	Δραστηριότητα	Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου	Διαλέξεις	30	Αυτοτελής Μελέτη	45																	Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)	75
Δραστηριότητα	Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου																								
Διαλέξεις	30																								
Αυτοτελής Μελέτη	45																								
Σύνολο Μαθήματος (25 ώρες φόρτου εργασίας ανά πιστωτική μονάδα)	75																								
<p align="center">ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</p> <p><i>Περιγραφή της διαδικασίας αξιολόγησης</i></p> <p><i>Γλώσσα Αξιολόγησης, Μέθοδοι αξιολόγησης, Διαμορφωτική ή Συμπερασματική, Δοκιμασία Πολλαπλής Επιλογής, Ερωτήσεις Σύντομης Απάντησης, Ερωτήσεις Ανάπτυξης Δοκιμίων, Επίλυση Προβλημάτων, Γραπτή Εργασία, Έκθεση / Αναφορά, Προφορική Εξέταση, Δημόσια Παρουσίαση, Εργαστηριακή Εργασία, Κλινική Εξέταση Ασθενούς, Καλλιτεχνική Ερμηνεία, Άλλη / Άλλες</i></p> <p><i>Αναφέρονται ρητά προσδιορισμένα κριτήρια αξιολόγησης και εάν και που είναι προσβάσιμα από τους φοιτητές.</i></p>	<p>Η αξιολόγηση της επίδοσης του φοιτητή ανευρίσκεται στην ιστοσελίδα του μαθήματος και εξειδικεύεται ως εξής:</p> <p>Πραγματοποιείται είτε μια τελική γραπτή αξιολόγηση (ή προφορική, παρουσία δύο εκπαιδευτικών) είτε σε συνδυασμό με ενδιάμεση αξιολόγηση (πρόοδος). Η τελική αξιολόγηση του μαθήματος πραγματοποιείται μετά το τέλος του διδακτικού εξαμήνου σε όλη την ύλη που διδάχθηκε. Ο φοιτητής καλείται να απαντήσει σε ερωτήσεις (ανάπτυξης ή πολλαπλών επιλογών) που καλύπτουν ισομερώς τις διδακτικές ενότητες του μαθήματος και επιπλέον σε ερωτήσεις που απαιτούν κριτική σκέψη. Ο τελικός βαθμός είναι από 0-10 και καθορίζεται από την τελική εξέταση ή συνυπολογίζεται σε περίπτωση ενδιάμεσης αξιολόγησης-προόδου με προκαθορισμένο συντελεστή βαρύτητας από την αρχή του εξαμήνου.</p> <p>Η αξιολόγηση της επίδοσης των φοιτητών πραγματοποιείται σύμφωνα με τον κανονισμό του Ιδρύματος. Η τελική βαθμολογία καταχωρείται στην δεκάβαθμη κλίμακα (0-10) με ελάχιστο βαθμό επιτυχίας το 5.</p>																								

(5) ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Γερμενής Τ (1994). Μαθήματα Πρώτων Βοηθειών δια επαγγέλματα Υγείας , 1η έκδοση, Εκδόσεις Βήτα 1994.
2. Μπαλτόπουλος Γ. Πρώτες βοήθειες. Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Π.Χ Πασχαλίδης,2001.
3. Πετρίδης Α, Ευτυχίδου ΕΠ, Τσόχας Κ. Πρώτες Βοήθειες. Αθήνα: Ιατρικές Εκδόσεις Π.Χ Πασχαλίδης, 2012.
4. Τσούσκας Λ., 2007. Επείγουσα Νοσηλευτική Φροντίδα - Πρώτες Βοήθειες. University Studio Press, Αθήνα.
5. Τσόχας Κ, Πετρίδης Α (1998). Πρώτες Βοήθειες. Βασικές γνώσεις, 1η έκδοση. Εκδόσεις Λύχνος. Αθήνα 1998.
6. [Ambulance](#) J. (2014). First Aid Manual. Dorling Kindersley, London.
7. American Academy of Orthopedic Surgeons (2016). Emergency Care and Transportation of Sick and Injured.
8. [Flegel](#) M. (2014). Sport First Aid. Human Kinetics Publishers, Inc.