



Målgrupp och syfte

De första minuterna efter en olycka är ofta avgörande för hur allvarliga följderna blir. Hur omgivningen agerar minuterna innan ambulansen kommer kan rädda liv och minska skadorna.

Teori varvas med praktiska övningar. Utbildningsgruppen kan omfatta upp till 12 personer. Utbildningsprogrammet utformas utifrån lokala behov och risker. Vi kan även utföra kombinationsutbildningar med första hjälpen och brandskydd **eller som repetitionsutbildning.**

Kompetenskort delas ut till samtliga deltagare.

Längd: 2-3 timmar
Plats: Era lokaler eller Göteborgs Brandservice lokaler
Omfattning: Enligt HLR-rådets riktlinjer

Grupp om max 12 personer.

Utbildningsmål

Efter genomförd utbildning ska kursdeltagarna ha tillräckliga teoretiska och praktiska kunskaper för att kunna ingripa vid ett hjärtstopp, luftvägsstopp samt testat en hjärtstartare.

Kursinnehåll

- Kontroll av medvetande - andning - puls
- Omhändertagande av medvetslös person - fria luftvägar, stabilt sidoläge
- Mun till mun andning vid andningsstopp
- Utföra första hjälpen vid luftvägsstopp
- Hjärt-lungräddning vid hjärtstopp
- **Genomgång av hjärtstartare AED**
- Praktiska övningar

AFS 1999:7 Första hjälpen och krisstöd:
"Tillräckligt antal personer skall ha kunskaper i första hjälpen. Återkommande utbildning, praktisk repetition och övning bör återkomma regelbundet."

