

# UTBILDNING FÖRSTA HJÄLPEN OCH HJÄRT- OCH LUNGRÄDDNING

Varje år inträffar cirka 30 000 arbetsplatsolyckor och i cirka 5 500 personer i Sverige drabbas årligen av plötsligt hjärtstopp. Det är väsentligt att omedelbart kunna ingripa genom att tillämpa korrekta och lämpliga första hjälpen – åtgärder. En tidig insats kan göra skillnad vid livshotande tillstånd och rädda liv.

## Målgrupp

Första hjälpen – utbildningen riktar sig till alla på ett företag eller en organisation och inga speciella förkunskaper krävs.

Utbildningen består i huvudsak av praktisk träning och sker i enlighet med Svenska Första hjälpen – rådets riktlinjer för första hjälpen. Efter godkänd utbildning utfärdas kompetenskort som bevis på utförd utbildning.

## Kursmål

Efter genomförd utbildning ska deltagaren kunna:

- Bedöma situationen och larma 112.
- Placera en person i stabilt sidoläge.
- Utföra hjärt- lungräddning.
- Skapa fri luftväg.
- Stoppa blödningar och lägga förband på öppna sår.
- Ta hand om akuta sjukdomar som stroke, hjärtinfarkt och allergier samt ge ett första psykosocialt stöd.

## Kursinnehåll

- Riskbedömning
- Larmrutiner
- Livsfarligt läge
- Luftvägsstopp, medvetslöshet och hjärtstopp
- Stroke, bröstsmärtor, cirkulationssvikt och allvarlig blödning
- Brännskador och frätskador

- Allergisk chock och akuta diabeteskomplikationer
- Psykosocialt stöd i en akut situation

**Kursfakta:** Tidsåtgång: 4 timmar.

**Plats:** Hos Securitas eller i kundens lokaler.

Max antal deltagare: 12 personer.

**Repetition:** Enligt Arbetsmiljöverket ska åtgärder vidtas för att kunskaper och färdigheter i första hjälpen och hjärt- och lungräddning hålls aktuella.

