

# Utbildning

## Hjärt- och lungräddning med hjärtstartare



Varje år drabbas cirka 10 000 personer av plötsligt hjärtstopp i Sverige. Plötsligt hjärtstopp kan hända vem som helst, var som helst och ett snabbt agerande är avgörande för om personen ska överleva. Om ett plötsligt hjärtstopp skulle inträffa på din arbetsplats är det viktigt att du och dina medarbetare har goda kunskaper i hjärt- och lungräddning, en färdighet som ni bär med er oavsett var ni befinner er.

### Målgrupp

Hjärt- och lungräddarutbildningen med hjärtstartare riktar sig till alla personer och funktioner på ett företag eller i en organisation. Inga speciella förkunskaper krävs. Utbildningen sker i enlighet med Svenska HLR-rådets riktlinjer och består i huvudsak av praktisk träning. Efter godkänd utbildning utfärdas kompetenskort som bevis på utförd utbildning.

### Kursmål

Efter genomförd utbildning ska deltagaren kunna:

- Utföra medvetandekontroll.
- Utföra andningskontroll.
- Larma 112.
- Utföra HLR.
- Använda hjärtstartare.
- Bedöma skillnaden mellan effektiv hosta/milt luftvägshinder och ineffektiv hosta/allvarligt luftvägshinder.

- Utföra ryggslag och buktryck på stående eller sittande person med ineffektiv hosta/allvarligt luftvägshinder.

### Kursinnehåll

- Konstatera hjärtstopp
- Larmrutiner
- HLR
- Användning av hjärtstartare
- Förståelse för vikten av regelbunden träning
- Teamträning med scenarioövningar
- Luftvägsstopp
- Stabilt sidoläge

### Kursfakta

Tidsåtgång: 3 timmar. Plats: Hos Securitas eller i kundens lokaler. Max antal deltagare: 12 personer. Repetition: Enligt Svenska rådet för hjärt- och lungräddning bör utbildningen repeteras varje halvår.

