

HLR och första hjälpen

Kursfakta

Antal deltagare: Upp till 12 per instruktör

Tidsåtgång: 3,5-4 timmar

Plats: Vi kommer till er arbetsplats eller boka in er i vår utbildningslokal i Järfälla

Intyg: Efter genomförd kurs får deltagaren ett personligt kursintyg. Företaget kan få ett samlat intyg.

- ✓ Personligt kursintyg
- ✓ Instruktörer med lång erfarenhet
- ✓ Praktiska övningar
- ✓ Utbildningen följer HLR-rådets riktlinjer
- ✓ Uppfyller kraven för AFS 2023:2

Innehåll

- Bedömningsmodell SX-ABCDE
- Medvetande- och andningskontroll
- Hjärt-lungräddning: Egen övningsdocka
- Hjärtstartare: Parövning med hjärtstartare
- 112 och dess stödjande roll
- Åtgärder vid luftvägsstopp: Parövning
- Stabilt sidoläge: Parövning
- Sjukdomsfall (hjärt- kärlsjukdom, stroke, diabetes, krampanfall, allergi, astma)
- Olycksfall (rygg/nackskador, extrem blödning, Cirkulationssvikt)
- Information om SMS-livräddare och 112-app

Valbara tillägsämnen

- **Trauma:** mindre sårskador, hjärnskakning, buksmärta, fraktur, stukning, brännskador, frätskador
- **Miljörelaterade händelser:** bett och stick, opioid-överdos, nedkylning och köldskador, värmeslag och vätskebrist.
- **Masskadesituation:** Prioritering av skadade, förflyttningstekniker till säker plats
- **Psykiska reaktioner:** krisstöd, självmordstankar



Beskrivning

Det här är i grunden samma utbildning som "HLR med hjärtstartare" men utöver detta tar kursen upp Första Hjälpen, SX-ABCDE. I första hjälpen-delen lägger vi stor tyngd på akuta sjukdomsfall och olycksfall. Vi utför många praktiska träningar och blandar teori med grupparbeten. Deltagarna får både praktisk träning och kunskap hur man bör agera i väntan på ambulans om olyckan är framme. Utbildningen hjälper er att uppfylla kraven i Arbetsmiljöverkets föreskrift om första hjälpen AFS 2023:2

Lärandemål för kursdeltagare

- identifiera vanligt förekommande livshotande skador och sjukdomar
- larma 112 och ge en tydlig beskrivning av händelsen och antal personer i behov av hjälp
- tidigt starta HLR med god kvalitet och använda en hjärtstartare säkert och effektivt
- ge första hjälpen utifrån SX-ABCDE till dess att ambulans/räddningstjänst anländer

Pedagogiska instruktörer med lång erfarenhet

Vi satsar på kvalitet så alla får öva med verklighetstroga HLR-dockor och träningshjärtstartare. Alla våra instruktörer är godkända från Svenska Rådet för hjärt-lungräddning och lägger stor vikt på pedagogik.



Klicka [här](#) eller scanna QR-koden för att läsa mer eller skicka en offertförfrågan.

