

## Retningslinjer for førstehjælpskurser afviklet fra 21. april 2020

### Kursister:

Der må maksimalt være 9 kursister samlet.

Kurset skal afholdes i et lokale hvor der er minimum 4 m<sup>2</sup> gulvareal pr. kursist. Kursister skal placeres så der er minimum 2 meters afstand imellem dem under teori, oplæg til praktiske øvelser, demonstration, evaluering og lignende.

Kursister skal have adgang til hyppig håndvask eller desinfektion af hænder (mindst hver anden time).

Kursisterne skal inden undervisningen starter orienteres om hygiejnereglerne:

<https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Forebyg-smitte-mod-coronasmitte>

### Genoplivningsdukker:

Genoplivningsdukker skal afsprittes imellem hver kursist.

Dansk Førstehjælpsråd anbefaler, at hver kursist har sin egen dukke til rådighed under kurset.

Dansk Førstehjælpsråd anbefaler, at hver kursist har sin egen ansigtsmaske. Hvis dukken er af et fabrikat så indblæsningsluften passerer retur gennem næse og mund (f.eks. AMBU), så skal hver deltager tillige have sin egen lungepose.

Maskerne skal som minimum rengøres efter fabrikantens anvisninger.

Det er ikke tilladt at benytte indblæsningsmasker som lommemasker eller life-keys som erstatning for en ansigtsmaske pr. person.

Når maskerne indsamles skal instruktøren vaske eller desinficere hænder umiddelbart efter. Ligeledes når maskerne rengøres.

### Praktiske øvelser og demonstrationer:

Alle skal vaske eller desinficere hænder før og efter praktiske øvelser. Man skal ikke røre ved sit eget eller andres ansigt.

ABC, kontrol af bevidsthed, kontrol af vejtrækning eller andre ting der kan indøves på genoplivningsdukkerne, skal indøves på disse.

Kursister skal inddeles i faste grupper af maksimalt 3 personer. Det er i disse grupper at deltagerne øver.

Dansk Førstehjælpsråd anbefaler, at kursisterne benytter handsker som kan desinficeres inden praktiske øvelser.

---

### Medlemsorganisationer:

Beredskabsforbundet, Beredskabsstyrelsen, Danske Beredskaber, Dansk Folkehjælp, Falck Danmark A/S, Forsvarets Sanitetskommando, Røde Kors

Udstyr som betjenes af flere, f.eks. hjertestartertrænere, biler som indgår i praktiske øvelser og lignende, skal ligeledes sprittes af imellem hver kursist betjener det. Der henstilles til, at man i videst muligt omfang bruger engangsmaterialer, f.eks. til forbindinger.

Det er tilladt kortvarigt at sminke kursister til øvelsesbrug, man skal dog ikke benytte samme sminke eller samme svampe/klude til flere kursister.

### **Generelt:**

Der skal tages særligt hensyn til hygiejne og holdes så høj hygiejnestandard som muligt.

En så stor del af kurset som muligt, skal foregå udendørs.

Deltagere eller instruktører der udviser symptomer på COVID-19 eller har haft andre symptomer inden for de sidste 48 timer, må ikke deltage på kurserne. Det samme gælder deltagere eller instruktører der har feber eller føler sig utilpasse.

Deltagere eller instruktører, hvis familie har symptomer eller er smittede, skal følge Sundhedsstyrelsens retningslinjer for "nære kontakter".

Personer i særlige risikogrupper må ikke deltage på kurserne, det samme gælder for instruktører. Se Sundhedsstyrelsens definition af personer i særlig risikogrupper her:

<https://www.sst.dk/da/corona/Saerlige-risikogrupper>

Der henvises i øvrigt til Arbejdstilsynets vejledninger, f.eks.

<https://at.dk/nyheder/2020/04/coronasmitte-liberaleserviceerhverv/>

Dansk Førstehjælpsråd, 20. april 2020

---

### **Medlemsorganisationer:**

Beredskabsforbundet, Beredskabsstyrelsen, Danske Beredskaber, Dansk Folkehjælp, Falck Danmark A/S, Forsvarets Sanitetskommando, Røde Kors