

# Uddannelsesplan

Særtillæg 1

## Førstehjælp ved ulykker, del 2

90 minutter

Oktober2020



Dansk Førstehjælpsråd

## **Delkompetence: Førstehjælpens hovedpunkter og praktiske øvelser**

Deltageren kan planlægge og udføre de nødvendige handlinger, der tilgodeser egen og andres sikkerhed.

Deltageren kan ved anvendelse af ABC-metoden vurdere om en tilskadekomne har kritiske skader og håndtere disse, herunder fjernelse af fremmedlegemer i luftvejen, bevidstløse med normal vejrtrækning og personer der er truet af kredsløbssvigt.

Deltageren kan vurdere om der er behov for professionel hjælp, og tilkalde denne på et hensigtsmæssigt tidspunkt.

Deltageren kan give psykisk førstehjælp til tilskadekomne, i de første minutter, i forbindelse med ulykker.

### **Indhold:**

- Skab sikkerhed ved for eksempel: el-ulykker, trafikulykker, drukneulykker, hængning og strangulering, brønd- og siloulykker, ulykker med maskiner og brandulykker
- Nødflytning i forbindelse med ovenstående
- Vurdering af personen og livreddende førstehjælp – herunder ABC-metoden og fjernelse af fremmedlegemer i luftvejen
- Tilkald hjælp: 112 eller kontakt læge
- Førstehjælp til tilskadekomne med bevidsthedspåvirkning og til tilskadekomne med normal vejrtrækning
- Stabilt sideleje
- Lejring ved symptomer på kredsløbssvigt
- Psykisk førstehjælp
- Praksisnære scenarier med hovedvægten lagt på træning af hovedpunkterne.

### **Samlet tidsanvendelse:**

90 minutter