

Uddannelsesplan

Basisuddannelse

Basal førstehjælp til børn

240 minutter

December 2021



Dansk Førstehjælpsråd

Om uddannelsen Basal førstehjælp til børn

Undervisningstid:

240 minutter

Overordnet kompetencemål:

Deltageren kan handle ud fra førstehjælpens hovedpunkter i forbindelse med tilskadekomst hos børn.

Deltageren kan både selvstændigt og i samarbejde med andre håndtere et bevidstløst barn både med og uden normal vejtrækning jf. ERC guidelines for basal genoplivning for børn.

Deltageren kan give relevant førstehjælp til et barn der har fremmedlegeme i luftvejen jf. ERC guidelines for fjernelse af fremmedlegemer.

Deltageren skal kende "alarmsymptomer" på infektionssygdomme og tilkalde relevant hjælp.

Det centrale indhold på uddannelsen:

- Velkomst og præsentation
- Præsentation af uddannelsens rammer, undervisningsform og indhold samt praktiske orienteringspunkter
- Førstehjælpens hovedpunkter
- Bevidsthedstilstand (herunder alarmsymptomer ved infektionssygdomme)
- ABC-metoden
- Stabilt sideleje (større børn)
- Overlevelseskæden
- Hjerte-Lunge-Redning (HLR)
- Fjernelse af fremmedlegemer i luftvejen
- Praksisnære scenarier øves med hovedvægten på træning af førstehjælperens hovedpunkter.

Gennemførelsen af uddannelsen:

Det forventes, at kurset gennemføres med et minimum af teori, og primært gennemføres ved hjælp af praksisnære øvelser, deltagerrefleksion og praktisk træning. Øvelser og træning skal gennemføres på relevant og egnet areal og med inddragelse af virkelighedsnære rekvisitter

Særlige bemærkninger:

DFR anbefaler opdatering af denne uddannelse inden for 24 måneder.

Kvalitetskrav til uddannelsen:

Instruktør:	Skal være registreret hos Dansk Førstehjælpsråd og har modtaget særlig information om, at uddannelsen skal gennemføres praktisk.
Undervisningsmaterialer:	<p>Udarbejdes jf. kompetencemålene af den enkelte instruktør eller leveres af egen organisation.</p> <p>Der må maksimum være 4 personer pr. HLR træningsdukke. Bemærk tid pr. deltager i uddannelsesplan 'Førstehjælp ved hjertestop'.</p> <p>Dukkerne skal være baby- eller juniordukker.</p> <p>Det forventes, at AED/hjertestarter-træneren kan advisere og har træningselektroder til placering på dukkerne.</p> <p>Der skal udleveres en førstehjælpbog/hæfte pr. deltager. DFR anbefaler, at bogen/hæftet er deltagerens ejendom.</p> <p>Førstehjælpbogens/-hæftets indhold skal være dækkende i forhold til den gennemførte førstehjælpsuddannelse og således omfatte uddannelsens hoved- og delkompetencebeskrivelser.</p> <p>Det udleverede materiale skal være udarbejdet efter Dansk Førstehjælpsråds retningslinjer for udarbejdelse af førstehjælpsbøger.</p>
Undervisningsform:	<p>Der skal anvendes en praksisnær undervisningsform og et minimum af teori. Når teori anvendes, skal den spille direkte op til førstehjælpsfaglige handlinger. Se kompetencemål i uddannelsesplanen.</p> <p>Alle deltagere skal have minimum 3 minutters effektiv træning på en genoplivningsdukke.</p>
Tid:	Uddannelsens varighed er 240 minutter. Den angivne tid er en minimumsvarighed der skal overholdes. Undervejs kan der indlægges korte pædagogiske 5-10 minutters pauser (klargøring til næste emne/øvelse mm.), dog max én pause pr. time.
Deltagerantal:	Der må maksimalt være 16 deltagere pr. registreret førstehjælpsinstruktør
Bevis:	<p>Der skal genereres et elektronisk DFR-bevis, såfremt deltageren har været aktiv og deltagende i alle timerne samt kan håndtere kompetencemålene. Dette vurderes af instruktøren. Beviset er gyldigt i 24 måneder, jf. DFR's retningslinjer.</p> <p>Der skal markeres ved: Basal førstehjælp til børn (4 timer)</p>

Del 1

Delkompetence: Velkomst og præsentation

Deltageren har i samarbejde med de øvrige deltagere, afstemt forventninger til uddannelsen og dannet sig en holdning til vigtigheden af at kunne yde førstehjælp.

Deltageren er bekendt med uddannelsens rammer, indhold og krav til udstedelse af beviser.

Indhold:

- Præsentation af underviser
- Deltagerøvelse med præsentation
- Motivation og krav til deltageren Information om uddannelsens rammer, undervisningsform, indhold og krav til udstedelse af bevis.

Samlet tidsanvendelse:

15 minutter

Hvis denne uddannelse gennemføres som et kursusforløb sammen med anden basis- eller tilvalgsuddannelse, indgår denne del kun ved start af kursusforløbet.

Gennemføres andre basis- eller tilvalgsuddannelser som selvstændige kurser, skal der tillægges tid til disse uddannelser, svarende til del 1 i denne uddannelsesplan.

Nedenfor følger en oversigt over uddannelsens delelementer, evt. til brug for skema til præsentation eller flipover.

Del 1	15 minutter	Velkomst og præsentation
Del 2	60 minutter	Førstehjælpens hovedpunkter, ABC og "alarmsymptomer"
Del 3	120 minutter	Hjerte-lunge-redning til børn
Del 4	30 minutter	Fremmedlegemer i luftvejen
Del 5	15 minutter	Afslutning og udstedelse af bevis
I alt:	240 minutter	

"Best practice" og anbefalede procedurer:

DFR anbefaler, at opstarten er så aktiv som muligt og med stor deltageraktivitet- gerne ved øvelser. Dette er bl.a. for at skabe et positivt og trygt læringsrum for deltagerne, samt for at sikre at alle deltagerne bliver aktive og deltagende under praktiske øvelser og deltagerrefleksion.

Kompetencesikring:

Du skal sikre, at deltageren er aktiv i hele processen og at alle bliver hørt undervejs. Følg op på de deltagere, der tidligere har oplevet at yde førstehjælp, og brug deres erfaringer aktivt i undervisningen.

Endvidere skal du sikre, at deltageren har reflekteret, via den anvendte læreproces, over sit syn på førstehjælp og er motiveret for læringen.

Beviset udstedes under forudsætning af instruktørens vurdering af dels fuld tilstedeværelse og dels aktiv deltagelse. Den aktive deltagelse vedrører, at deltageren:

- Viser virkelyst i øvelser, træning samt sparring herom med instruktør og øvrige deltagere på holdet
- Gennemfører øvelser og træning på en tilfredsstillende måde i relation til de i undervisningen afprøvede førstehjælps-situationer
- Lever op til de for uddannelsen fastsatte kompetencemål og har deltaget i hele uddannelsen.

Del 2

Delkompetence: Førstehjælpens hovedpunkter, ABC og "alarmsymptomer"

Deltageren kan planlægge og udføre førstehjælpshandlinger i forhold til førstehjælperens hovedpunkter ved vejrtrækningsproblemer.

Deltageren kan vurdere og afgøre om et større eller mindre barn er vågen, bevidsthedspåvirket eller bevidstløs.

Deltageren kan handle ud fra ABC-metoden, herunder sikre frie luftveje og kontrollere om personen har vejrtrækning. Deltageren kan genkende en normal vejrtrækning og kan handle korrekt ved unormal eller ingen vejrtrækning samt ved tvivlstilfælde.

Deltageren kan lejre et barn, med normal vejrtrækning i stabilt sideleje.

Deltageren kan ved alvorlig sygdom kende "alarmsymptomer"; kramper og hudblødninger.

Indhold:

- Førstehjælpens hovedpunkter
- Kontrol af bevidsthedstilstand
- ABC metoden
- Sideleje

Samlet tidsanvendelse:

60 minutter

"Best practice" og anbefalede procedurer:

Førstehjælpens hovedpunkter følger den praksis som pågældende organisation har valgt i undervisningsmaterialet.

Overlevelseskæden jf. Dansk Råd for Genoplivning og ERC¹.

Guidelines for ABC metoden henviser til ERC's nyeste guidelines for lægmand

Vurdering af bevidstheds niveau og ABC-princippet anvendes til vurdering af kritisk tilskadekomne og syge børn og førstehjælpen planlægges ud fra denne prioritering.

Kompetencesikring:

Du skal vurdere deltagerne på baggrund af den førstehjælp, som de yder ved de gennemførte scenarier/praktiske øvelser. Metoderne der anvendes, skal stemme overens med det anvendte undervisningsmateriale og egen organisations anbefalinger.

Du skal sikre at deltageren kan:

- Vurdere personens bevidsthedstilstand, samt skabe frie luftveje og undersøge om der er normal vejrtrækning
- Genkende en normal vejrtrækning hos børn og babyer
- Evt. råber hjælp, på et situationsbestemt tidspunkt hvis der er behov for yderligere assistance
- Kontrollere om der er normal vejrtrækning, efter at have skabt frie luftveje
- Lejre et større barn med normal vejrtrækning i stabilt sideleje
- Tilkalde hjælp 1-1-2, efter kontrol af vejrtrækning eller efter barnet er placeret i stabilt sideleje

Del 3

Delkompetence: Hjerter-lunge-redning til børn

Deltageren kender sin rolle i overlevelseskæden, og har forståelsen for, at sammenhængen i kæden er vigtig for barnets overlevelse.

Deltageren kan genkende en normal vejrtrækning, og kan handle korrekt ved unormal eller ingen vejrtrækning samt ved tvivlstilfælde. Deltageren kan give Hjerter-Lunge-Redning (HLR) til børn, med fokus på kvalitets-HLR herunder at minimere tiden hvor der ikke foretages HLR.

Deltageren kan overlevere et barn med vejrtrækningsproblemer/hjertestop til professionelt rednings-beredskab og videregive relevante oplysninger.

Deltageren kender funktionen af hjertestarter (AED)

Indhold:

- Overlevelseskæden
- Hvordan defineres hjertestop i genoplivningsproceduren
- Hjerter-Lunge-Redning (HLR) til spædbørn og større børn
- Demonstration af hjertestarter (AED) og orientering af gældende sikkerhedsregler
- Overlevering til præhospital enhed
- Praktisk træning, øvelser/scenarier

Samlet tidsanvendelse:

120 minutter

”Best practice” og anbefalede procedurer:

Guidelines for ABC metoden og ERC’s nyeste guidelines.

DFR vil sikre bedst mulig indlæring i forbindelse med HLR-undervisningen, og tager udgangspunkt i, at praktisk undervisning i førstehjælp er bedst. Derfor skal alle deltagere skal have min. 3 minutters effektiv træning på en genoplivningsdukke (baby eller junior).

Du skal benytte din organisations version af overlevelseskæden.

Førstehjælperen kan råbe efter hjælp hvis de finder det nødvendigt i situationen. At råbe efter hjælp er ikke en del af algoritmen og skal ikke indøves.

Under demonstrationen af hjertestarter kan du med fordel inddrage en eller to kursister.

Kompetencesikring:

Du skal vurdere deltagerne på baggrund af den førstehjælp, som de yder ved de gennemførte scenarier/praktiske øvelser. Metoderne der anvendes, skal stemme overens med det anvendte undervisningsmateriale og egen organisations anbefalinger.

Du skal sikre, at deltageren kender førstehjælperens rolle i overlevelseskæden og hvorfor sammenhængen er vigtig.

Du skal sikre, at deltageren igennem førstehjælpshandlingen kan:

- Handle korrekt ved unormal eller ingen vejrtrækning samt ved tvivlstilfælde
- Udføre Hjerter-Lunge-Redning (HLR) til et bevidstløst barn uden normal vejrtrækning:
 - Herunder finde det korrekte tryksted (midt på brystkassen)
 - Give 5 indblæsninger kontrollere vejrtrækning igen

- Give 30 brystkompressioner og 2 indblæsninger i kombination og opretholde en frekvens på minimum 100 – og max 120 brystkompressioner i minuttet
- Håndtere et barn hvor indblæsningerne ikke er muligt, ved maksimalt at bruge 10 sekunder på indblæsningsforsøg
- Give brystkompressioner, hvor førstehjælperen undgår ”at hvile” hånden eller to fingre på barnets brystkasse, uden dog at miste hudkontakten til trykstedet, og derved sikrer at brystkassen mellem hver kompression udvides anatomisk mest muligt (i guidelines omtalt som ”recoil”)
- Hvis man er alene: Udføre HLR i 1 min., før der ringes 1-1-2
- Hvis man er flere: ringe 1-1-2 og afgive relevante oplysninger, mens HLR påbegyndes
- Overlevere den tilskadedkomne til professionelt redningsmandskab og oplyse hvad der er sket og hvad der er foretaget, og førstehjælperens observationer. Herunder:
 - At kende ulykkesmekanismen
 - Var barnet vågen da førstehjælperen ankom
 - Har der været ændringer i bevidsthedsniveauet
 - Var der vejrtrækning som senere forsvandt
 - Har barnet haft kramper – hvor i kroppen og gerne hvor længe
 - Hvad fortæller de omkringstående/pårørende mm.
 - Forstå at denne ”subjektive” oplevelse af situationen er vigtig for den videre behandling

Del 4

Delkompetence: Fremmedlegemer i luftvejen

Deltageren kan yde førstehjælp ved fremmedlegeme i luftvejen hos børn.

Deltageren kan skelne mellem en svær og en mild blokering, ved fremmedlegemer i luftvejen

Indhold:

- Fjernelse af fremmedlegeme i luftvejen hos børn og spædbørn – herunder anvendelse af Heimlichs metode
- Praktisk træning, øvelser/scenarier

Samlet tidsanvendelse:

30 minutter

”Best practice” og anbefalede procedurer:

Guidelines for fjernelse af fremmedlegemer i luftvejen efter ERC’s guidelinesⁱⁱ.

Kompetencesikring:

Du skal vurdere deltagerne på baggrund af den førstehjælp, som de yder ved de gennemførte scenarier/praktiske øvelser. Metoderne der anvendes, skal stemme overens med det anvendte undervisningsmateriale og egen organisations anbefalinger.

Du skal sikre, at deltageren igennem førstehjælpshandlingen kan fjerne fremmedlegemer i luftvejene hos børn som beskrevet i ERC guidelines, og organisationens materiale.

Du skal sikre, at deltageren:

- Skelner mellem mild og alvorlig blokering af luftvejene
- Opfordrer det større barn, med mild blokering til at hoste

Alvorlig blokering:

Spædbørn:

- Fjerner fremmedlegemer hos et spædbarn ved at slå 5 gange i ryggen
- Derefter give 5 brystkompressioner, fem tryk midt på brystkassen med to fingre jf. guidelines.
- Skifte mellem 5 slag i ryggen og op til fem tryk midt på brystkassen med to fingre.

Større børn:

- Fjerner fremmedlegemer hos større børn (>1 år) ved at slå 5 gange i ryggen
- Efterfølgende, såfremt fremmedlegemet ikke er fjernet give det større barn op til fem tryk i bughulen (Heimlich metoden), jf. guidelines
- Skifte mellem 5 slag i ryggen og op til 5 tryk i bughulen

På et situationsbestemt rigtigt tidspunkt skal der tilkaldes hjælp 1-1-2, dog senest hvis barnet mister bevidstheden. Herefter påbegyndes HLR og vejledningen fra den sundhedsfaglige medarbejder på alarmcentralen følges.

Alle børn der har været udsat for tryk i bughulen eller i brystkassen, skal henvises til undersøgelse hos læge.

Del 4

Delkompetence: Afslutning og evaluering

Deltageren er orienteret om hvordan elektronisk bevis for deltagelse hentes, og har reflekteret over sin læring på denne uddannelse samt hvordan den kan anvendes i hverdagen.

Deltageren kender Dansk Førstehjælpsråds uddannelsesstruktur, bevisets gyldighed og muligheden for yderligere lærings-, kompetencevedligeholdelse og opdatering.

Indhold:

- Afslutning og kobling til handling i hverdagen
- Dine e-beviser på DFR-portal
- Opfordring til at holde dine førstehjælpskompetencer vedlige via DFR opdateringsuddannelser
- Evaluering af kurset

Samlet tidsanvendelse:

15 minutter

Hvis denne uddannelse gennemføres som et kursusforløb sammen med anden basis- eller tilvalgsuddannelse, indgår denne del kun ved afslutning af kursusforløbet. Gennemføres andre basis- eller tilvalgsuddannelser som selvstændige kurser, skal der tillægges tid til disse uddannelser, svarende til del 4 i denne uddannelsesplan.

”Best practice” og anbefalede procedurer:

Afslutningen skal gennemføres så positivt som muligt, så deltagerne føler de kan gøre en forskel og vil være tryk ved at handle i en ulykkessituation.

Deltagerne skal have mulighed for at give tilbagemeldinger til instruktøren.

Der gives information om det elektroniske bevis, og muligheden for at printe sit eget bevis. Der kan hentes mere information på <https://kursusbevis.førstehjælpsråd.dk/>

Du kan eventuelt indsætte skærbilleder i din præsentation fra systemet, så du kan afholde dette offline.

Kursisterne skal gøres opmærksom på, at de elektroniske beviser slettes automatisk efter tre år.

Kompetencesikring:

Du skal sikre, at deltageren udfører refleksion over uddannelsens indhold og egen læring i forhold til efterfølgende at kunne handle i hverdagen

Materialeliste:

Førstehjælpsbøger/hæfter
Genoplivningsdukker svarende til antal deltagere
En hjertestarter
Relevante virkelighedsnære rekvisitter efter instruktørens vurdering

Supplerende materialeliste:

Evt. tæpper

Revision, ændringer i denne version:

Alarmeringstidspunktet ved fremmedlegemer i luftvejen ændret til: På et situationsbestemt rigtigt tidspunkt skal der tilkaldes hjælp 1-1-2, dog senest hvis barnet mister bevidstheden

Kildehenvisninger:

ⁱ Dansk Råd for Genoplivning og European Resuscitation Council

ⁱⁱ European Resuscitation Council