

Prestos utbildning i Första Hjälpen anpassar vi efter era risker och behov. Vid livshotande olycka eller akut sjukdom kan första hjälpen utanför sjukhus vara livsavgörande, i väntan på professionellt medicinskt omhändertagande. Den här utbildningen ger enkla kunskaper i undersökning och första hjälp vid akuta skador och sjukdomstillstånd.

## MÅL

Att öka chanserna för personer som drabbats av akut skada eller sjukdom att överleva samt minska de negativa följderna av händelsen.

## MÅLGRUPP

Detta är en grundläggande utbildning som alla bör ha, därför vänder sig kursen till samtliga människor.

## SYFTE

Alla deltagare ska ges grundläggande kunskaper i hur man undersöker och ger en första hjälp vid akuta skador och sjukdomstillstånd.

## KURSBESKRIVNING

Kursen består till stor del av praktiska moment. Möjlighet finns att anpassa innehållet till era specifika önskemål. Utbildningen utgår från HLR-rådets riktlinjer.

## INNEHÅLL

- Vidta säkerhetsåtgärder (bl.a. att tillgodose hjälparens säkerhet samt att tillkalla hjälp och larma)
- Observera vitala tecken (från första bedömning till fortsatt övervakning)
- Hjärt-lungräddning med hjärtstartare
- Första hjälpen:
  - luftvägsstopp
  - medvetslöshet
  - stroke
  - bröstsmärtor
  - cirkulationssvikt
  - allvarlig blödning

Innehållet kan i övrigt anpassas efter era önskemål, några exempel:

- brännskador samt frätskador
- anafylaktisk chock
- akuta diabeteskomplikationer
- psykosocialt stöd i en akut situation
- nack-, rygg- och övriga skelettskador
- ögonskador
- sårskador
- klämskador
- stukning och urledvridning
- förgiftningar

## KURSLÄNGD

Kursen omfattar 4 timmar.

