

FØRSTEHJELP



INNHold:

- Kjeden som redder liv
- Skadestedet
- Hjerne- og lungeredning
- Andre skader
- Akutte sykdommer

Produktnr: 2410

Bli en god førstehjelper!

Det er stor sannsynlighet for at du en eller annen gang kommer først til et skadested, eller kommer i en situasjon der en eller flere personer trenger medisinsk hjelp. Da er det din plikt å hjelpe. E-læringskurset **Førstehjelp** viser deg hvordan du utfører livreddende førstehjelp, som å sikre frie luftveier, utføre hjerte- og lungeredning (HLR), stanse store blødninger og forebygge mot nedkjøling inntil profesjonelle helsearbeidere ankommer. E-læringskurset inneholder en test. Når denne er bestått får du tilgang til et kursbevis.

- Kjeden som redder liv består av ulike tiltak som må utføres tidligst mulig av deg som førstehjelper.
- Det er dine handlinger som kan utgjøre forskjellen mellom liv og død for den skadede eller syke.
- For å bidra med rask behandling, er det viktig å ha aktuelt førstehjelpsutstyr lett tilgjengelig.
- Som førstehjelper ved ulykker er det viktig at du først og fremst tenker på din egen sikkerhet.
- Skadestedet må sikres før du setter i gang med førstehjelp, slik at du selv ikke kommer til skade.
- Deretter må du ringe medisinsk nødtelefon 1-1-3, mens du får oversikt over situasjonen.
- Sett mobilen på høyttaler, så får du veiledning og hjelp underveis.
- Få hjelp av andre, organiser arbeidet og fordel oppgaver.
- Gi livreddende førstehjelp inntil profesjonelle helsearbeidere ankommer.
- Når en person er livløs, skal du starte hjerte- og lungeredning (HLR) umiddelbart.
- Dette for å holde blodsirkulasjonen og pusten i gang i påvente av en hjertestarter.
- Et tidlig strømstøt fra en hjertestarter kan ofte få hjertet til å begynne å slå igjen.
- Andre skader kan være blødninger, brannskader, bruddskader og hode-, nakke- og ryggskader.
- Akutte sykdommer kan være hjertekrampe (angina), hjerteinfarkt, hjerneslag, astma, diabetes (sukkersyke) og kramper.

INNHOLDSFORTEGNELSE

KJEDEN SOM REDDER LIV

Kjeden som redder liv

SKADESTEDET

Førstehjelpsutstyr

Først på skadestedet

Sikre skadestedet

Medisinsk nødtelefon 1-1-3

Undersøkelse

Luftveier

Pust

Sirkulasjon

Bevissthet

Blottlegging

Sideleie

HJERTE- OG LUNGEREDNING

Hjerte- og lungeredning (HLR)

Bruk av hjertestarter

Fremmedlegeme i luftveiene

Drukning

ANDRE SKADER

Blødninger

Brannskader

Bruddskader

Hode-, nakke- og ryggskader

AKUTTE SYKDOMMER

Hjertesykdommer

Hjerneslag

Astma

Diabetes (sukkersyke)

Kramper