

## HLR + hjärtstartare + första hjälpen

**Varje dag drabbas fler än 15 personer av ett plötsligt oväntat hjärtstopp i Sverige och många fler än så skadar sig allvarligt eller drabbas av någon akut sjukdom.**

Vi lär er rädda liv och agera på rätt sätt vid hjärtstopp, akuta sjukdomar och övriga skador. Våra kunniga instruktörer med verklig erfarenhet av HLR och första hjälpen erbjuder denna utbildning på endast 3 timmar. Denna kurs följer de senaste riktlinjerna från Svenska rådet för hjärt och lungräddning och ger deltagarna som genomför kursen ett kompetenskort på godkänd HLR utbildning.

Denna HLR och första hjälpen kurs består av både teori och praktik och ger kunskaper i hjärt-lungräddning, hur man använder en hjärtstartare samt hur man gör första hjälpen vid andra typer av olyckor och skador. Vi övar bara med riktiga HLR dockor och övningshjärtstartare av god kvalitet och användarvänlighet som ger en verklighetstrogen känsla gällande utförande av HLR och applicerande av hjärtstartare.



### Målgrupp:

Företag, organisationer, föreningar och privatpersoner. Kursen består av både teori och praktik

### Innehåll:

- Varför hjärt- och lungräddning?
- L- Livsfarligt läge
- A - Skapa fria luftvägar
- Medvetandekontroll
- Andningskontroll
- Stabilt sidoläge
- Larma 112 på rätt sätt
- Kedjan som räddar liv
- Utföra HLR - Hjärt-lungräddning på rätt sätt
- Agera vid luftvägsstopp

### Hjärtstartare:

- Information om hjärtstartaren
- Demonstration av hjärtstartaren
- Apparatgenomgång
- Säkerhet vid användning
- Praktiskt övning med hjärtstartaren

### Innehåll första hjälpen

- Vilka risker finns på er arbetsplats?
- L- Livsfarligt läge (prioritera och handla)
- A - Airways (skapa fria luftvägar)
- B - Breathing (andning)
- C - Cirkulation och stoppa blödningar
- D - Disability (medvetandegrad)
- E - Exponering och skydd
- Användning av förbandsutrustning
- Omhändertagande av olika skador

### Akuta sjukdomar

- Astma, allergiska reaktioner
- Diabetes
- Epilepsi
- Hjärt- och kärlsjukdomar
- Stroke

### Tidsåtgång:

3 timmar.