

# FÖRSTA HJÄLPEN – HLR

## Kursbeskrivning



**Längd:** 3-4 timmar beroende på kursens utformning

**Plats:** Dafos lokaler i Tyresö eller kundens lokaler

**Max antal deltagare:** 12 st

**Kurstillfällen:** Se vår hemsida [www.dafo.se](http://www.dafo.se)



### Målgrupp och utformning

Plötsligt får en arbetskamrat ett hjärtstopp! Plötsligt faller en kund ihop, utan andning och utan puls! Det gäller att snabbt och korrekt undersöka den skadade, larma och ta hand om personen. På HLR-kursen får deltagarna lära sig hur man ska avgöra om en livlös person har andnings- och hjärtstopp och vilken livräddande behandling som krävs.

HLR-utbildningen riktar sig till alla på ett företag eller en organisation och inga speciella förkunskaper krävs. Utbildningen ska ge deltagarna kunskap och beredskap för att kunna och våga agera vid en olycka.

Teori varvas med praktiska övningar. Vi kan även utföra kombinationsutbildningar med första hjälpen och brandskydd.

### Utbildningsmål

Utbildningen syftar till att ge deltagarna grundläggande kunskaper i livräddande med hjärt-lungräddning.

Efter genomförd utbildning ska kursdeltagarna ha tillräckliga teoretiska och praktiska kunskaper för att kunna ingripa vid hjärtstopp och omhänderta en medvetslös person.

### Kursinnehåll

- Omhändertagande av medvetslös person
- Åtgärder vid luftvägsstopp
- Åtgärder vid hjärtstopp
- Praktiska övningar

*AFS 1999:7 Första hjälpen och krisstöd:  
"Tillräckligt antal personer skall ha kunskaper i första hjälpen. Återkommande utbildning, praktisk repetition och övning bör återkomma regelbundet."*