

# Uddannelsesplan

## Førstehjælp ved blødninger

Varighed 90 minutter

Maj 2015



Dansk Førstehjælpsråd

---

Dansk Førstehjælpsråds medlemsorganisationer:



---

Samarbejdsorganisationer:



## Uddannelsesplan for "Førstehjælp ved blødninger"

Varighed: 1,5 timer (90 minutter)

### Overordnet kompetencemål

Deltageren kan vurdere og yde den relevante førstehjælp i forbindelse med både mindre og større blødninger uanset placering på kroppen og blødningens hastighed. Derudover kan deltageren yde relevant førstehjælp ved mistanke om indre blødninger.

Deltageren skal handle ud fra førstehjælpens 4 hovedpunkter.

Deltageren kan handle forebyggende i forhold til at undgå kredsløbssvigt som følge af blødninger.

#### Det centrale indhold på uddannelsen

- Førstehjælp ved større blødninger
- Førstehjælp ved synlige mindre blødninger
- Førstehjælp ved indre blødninger
- Forebyggelse af kredsløbssvigt relateret til blødninger
- Evaluering og bevisudlevering

**Samlet tidsanvendelse:**

90 minutter

### Gennemførelsen af uddannelsen:

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

I denne plan for tilvalgsuddannelse antages, at denne uddannelse afvikles sammen med basisuddannelsen "Førstehjælp ved hjertestop" og evt. andre tilvalgsuddannelser som et samlet kursusforløb. Der henvises til en funktionsuddannelse vedr. sammensætningen af de to eller flere uddannelser.

Afvikles denne tilvalgsuddannelse, Førstehjælp ved blødninger, som et selvstændigt kursus, skal det afvikles på 120 minutter, og der tillægges dele vedr. indledning og afslutning som de er beskrevet i basisuddannelsen "Førstehjælp ved hjertestop".

### Særlige bemærkninger:

For at få DFR's førstehjælpskompetence eller Funktionsuddannelseskompetence, skal denne uddannelse gennemføres i forlængelse af basisuddannelsen "Førstehjælp ved ulykker" eller "Førstehjælp ved hjertestop", eller deltageren skal inden for de sidste 24 måneder have gennemført en DFR Basisuddannelse.

Basal genoplivning er ikke en del af denne uddannelse.

## Kvalitetskrav til "Førstehjælp ved blødninger":

Område	Beskrivelse
<b>Instruktør</b>	Registreret hos Dansk Førstehjælpsråd og har modtaget særlig information om, at uddannelsen skal gennemføres praktisk.
<b>U/V materiel</b>	Udarbejdes jf. kompetencemålene af den enkelte instruktør eller leveres af egen organisation.  1 stk. fast forbindelse pr. deltager, 1 stk. trekantstørklæde pr. 2 deltagere, 1 stk. alm. tæppe (uld/bomuld) pr. 4 deltagere.
<b>Deltagermateriale</b>	Der skal udleveres en førstehjælpsbog/hæfte pr. deltager. DFR anbefaler, at bogen/hæftet efterfølgende er deltagerens ejendom.  Førstehjælpsbogens/-hæftets indhold skal være dækkende i forhold til den gennemførte førstehjælpsuddannelse og således omfatte uddannelsens hoved- og delkompetencebeskrivelser. Det udleverede materiale skal være udarbejdet ifølge Dansk Førstehjælpsråds retningslinjer for udarbejdelse af førstehjælpsbøger.
<b>Undervisningsform</b>	Der skal anvendes en praksisnær undervisningsform, og minimum af teori. Når teori anvendes, skal den lægge direkte op til førstehjælpsfaglige handlinger. Se kompetencemål i beskrivelse.
<b>Tid</b>	Uddannelsen har en varighed af i alt 90 minutter. Undervejs kan der indlægges korte 5-10 minutters pauser (klargøring til næste emne/øvelse mm.), dog maksimalt én pause pr. time.  Det er ikke tilladt at afvikle uddannelsen på kortere tid.
<b>Deltagerantal</b>	Der må maksimalt være 16 deltagere pr. registret DFR instruktør.
<b>Bevisudstedelse</b>	Der genereres et elektronisk DFR-bevis, såfremt deltageren har været aktiv og deltagende i alle timerne samt kan håndtere kompetencemålene. Dette vurderes af instruktøren. Der skal afkrydses i tilvalgsuddannelsen: <ul style="list-style-type: none"> <li>Førstehjælp ved blødninger (1,5 timer)</li> </ul>