

# Uddannelsesplan

Basisuddannelse

## Førstehjælp ved ulykker

120 minutter

Oktober 2020



Dansk Førstehjælpsråd

## Om Førstehjælp ved ulykker

### Undervisningstid:

120 minutter

### Overordnet kompetencemål:

Deltageren kan handle ud fra førstehjælpens hovedpunkter, samt udføre relevant livreddende førstehjælp til tilskadekomne med fremmedlegemer i øvre luftveje, bevidsthedspåvirkning og med tegn på kredsløbssvigt.

Deltageren kan skabe sikkerhed for sig selv og tilskadekomne i forbindelse med ulykker. Deltageren kan yde førstehjælp ved større ulykker og kan nødflytte tilskadekomne der ligger på jorden eller sidder i bil.

Deltageren kan yde psykisk førstehjælp i de første minutter.

### Det centrale indhold på uddannelsen:

- Velkomst og præsentation
- Præsentation af uddannelsens rammer, undervisningsform og indhold samt praktiske orienteringspunkter.
- Skab sikkerhed og stands ulykken, eksempelvis ved: el-ulykker, trafikulykker, drukneulykker, hængning og strangulering, brønd- og siloulykker, ulykker med maskiner og brandulykker
- Nødflytning
- Vurdering af personen og livreddende førstehjælp – herunder ABC metoden og fjernelse af fremmedlegemer i luftvejen
- Tilkald hjælp: 1-1-2 eller kontakt læge
- Førstehjælp til tilskadekomne med bevidsthedspåvirkning, tilskadekomne med normal vejrtækning herunder stabilt sideleje/sideleje
- Førstehjælp ved tegn på kredsløbssvigt
- Psykisk førstehjælp
- Praksisnære scenarier øves med hovedvægten på træning af hovedpunkterne.

### Gennemførelsen af uddannelsen:

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

### Særlige bemærkninger:

Denne uddannelse er ikke en selvstændig uddannelse og skal derfor kombineres med en anden basisuddannelse eller en tilvalgsuddannelse.

Basal genoplivning er ikke en del af denne uddannelse

Bemærk, at denne plan kan gennemføres på flere måder, jf. nedenstående:

**Kvalitetskrav til uddannelsen:**

Instruktør:	Skal være registreret hos Dansk Førstehjælpsråd og har modtaget særlig information om, at uddannelsen skal gennemføres praktisk.
Undervisningsmaterialer:	<p>Udarbejdes jf. kompetencemålene af den enkelte instruktør eller leveres af egen organisation.</p> <p>Der skal udleveres en førstehjælpsbog/hæfte pr. deltager. DFR anbefaler, at bogen/hæftet er deltagerens ejendom.</p> <p>Førstehjælpsbogens/-hæftets indhold skal være dækkende i forhold til den gennemførte førstehjælpsuddannelse og således omfatte uddannelsens hoved- og delkompetencebeskrivelser.</p> <p>Det udleverede materiale skal være udarbejdet efter Dansk Førstehjælpsråds retningslinjer for udarbejdelse af førstehjælpsbøger.</p>
Undervisningsform:	Der skal anvendes en praksisnær undervisningsform og et minimum af teori. Når teori anvendes, skal den spille direkte op til førstehjælpsfaglige handlinger. Se kompetencemål i uddannelsesplanen.
Tid:	Uddannelsens varighed er 120 minutter. Den angivne tid er en minimumsvarighed der skal overholdes. Undervejs kan der indlægges korte pædagogiske 5-10 minutters pauser (klargøring til næste emne/øvelse mm.), dog max én pause pr. time.
Deltagerantal:	Der må maksimalt være 16 deltagere pr. registreret førstehjælpsinstruktør
Bevis:	<p>Der skal genereres et elektronisk DFR-bevis, såfremt deltageren har været aktiv og deltagende i alle timerne samt kan håndtere kompetencemålene. Dette vurderes af instruktøren. Beviset er gyldigt i 24 måneder, jf. DFR's retningslinjer.</p> <p>Der skal markeres ved:          Førstehjælp ved ulykker (2 timer +)</p>