



3 timers førstehjelpskurs for foreldre og besteforeldre

Intensivkurs i nødtaktikk: De 20 minuttene før ambulansen kommer



Det tar 20 minutter før ambulansen kommer, og her lærer du hva du skal gjøre mens du venter. Dette er ikke et vanlig førstehjelpskurs, dette er et kurs i nødtaktikk med praktisk livreddende førstehjelp. Kurset er skreddersydd for behandling av barn etter fallskader, klemskader, støtskader, brannskader, brannskader, skåldningsskader, etseskader, forgiftning, kvelning og drukning. I Norge dør 50 barn hvert år - og 14 barn må til lege hver time grunnet ulykker. Fokuset er på nødtaktikk endrer din atferd og dermed din førstehjelp.

Timeplan

1600-1620 **Introduksjon til nødtaktikk og førstehjelp**

- Sentrale tema:
 - o Varsling av nødetat (nødnummer og hva man skal si)
 - o Angst for å hjelpe (40% av ambulansepersonell får angst)
 - o Combat pusting (hvordan tenke klart)
 - o SSS (før du hjelper)
 - o Primærundersøkelse (hva man må sjekke)

1620 – 1720 **Grunleggendeferdigheter**

- Sentrale tema:
 - o Når barnet kom borti noe varmt (>40°C er varmt for et barn)
 - Brannskader fra kokeplater, varmovn og varme gjenstander
 - Skåldningsskader fra å få kokende vann, te eller kaffe over seg
 - o Når barnet får strømstøt fra stikkontakt
 - o Når barnet mangler luft
 - Gjenstander setter seg fast i halsen
 - Kvelning fra klær, tau og annet som kom rundt halsen
 - Drukning i vann i badestamp, vanndam eller basseng
 - o ABC (praktisk anvendelse på barn)
- Praktisk trening:
 - o Stabilt sideleie (en trygg posisjon mens barnet venter på ambulanse)
 - o Heimlich manøver
 - o Hjerte- lungeredning (HLR: 30-2x5)

1720 – 1745 **Kaffe pause**

1745 – 1900 **Viktige elementer ved førstehjelp for voksne**

- Sentrale tema:
 - o Når barnet slår seg
 - Fallskader fra stellebord, barnestol, møbler, trapp og klatring
 - Klemskader fra dør, vindu og skuffer
 - Støtskader fra harde gjenstander
 - o Når barnet blør
 - Kuttskader fra kniver, sakser og annet skarpt/spisst
 - o Når barnet fikk tak i medisin og kjemikalier
 - Etsesenskader fra vaskemidler og andre kjemikalier
 - Forgiftning fra skadelige stoffer som legemidler og planter
 - o Brannskader (hva man må gjøre med en gang)
- Praktisk trening:
 - o Bandasjering
 - o Kort repetisjon av viktige tema

Sentrale nødtaktikk tema



Sted: Se hjemmeside

Dato: Se hjemmeside

Instruktør og foreleser: Nils Erik Volden

Pris: 500 kr. Familierabatt 350 kr per person

Påmelding/ informasjon: 412 17 525 eller kurs@emergencytactics.com

Kurskode: NØD101B