



Kombinerad utbildning i HLR och D-HLR

Vuxen hjärt-lungräddning med hjärtstartare

Att hantera en hjärtstartare är inte svårt och chanserna att kunna göra fel är minimala. För att skapa en trygghet är det viktigt med utbildning.

Alla behöver få höra hur en hjärtstartare arbetar och få chansen att klistra på de elektroder som ska leverera strömstöten till kroppen.

Nu har du möjligheten att träna - som om det vore på riktigt.

Utbildningen Vuxen-HLR med hjärtstartare är den grundläggande HLR-utbildningen och är grunden för alla HLR-utbildningsprogram.

Den riktar sig till den breda allmänheten så som företag, idrottsföreningar och privatpersoner.

Enligt riktlinjerna från



En tidig insats kan rädda liv

När som helst i vardagen kan en olycka vara framme; i trafiken, i hemmet, på arbetsplatsen och under fritiden. Utgången av en olycka påverkas av de första insatserna som utförs.

Utbildningens syfte är att ge kunskap i HLR och D-HLR som i sin tur ger en handlingsberedskap i att hjälpa någon som råkat ut för en allvarlig olycka. Efter utbildningen kan du självständigt utföra hjärt-lungräddning med defibrillering tills ambulanspersonal tar över.

I en hjärtsäker arbetsmiljö startar hjärt-lungräddning omedelbart, och defibrillering utförs inom 5 minuter från att någon upptäcker en person med hjärtstopp.

Fakta om hjärtstopp

Nästan alla personer, som dör av hjärtsjukdom drabbas av ett plötsligt "elektriskt kaos" i hjärtat, ett kammarflimmer, som leder fram till ett hjärtstopp. Om adekvat utrustning och personal fanns på plats, skulle sannolikt långt över 50% kunna räddas till livet.

Varje minut som går innan hjälp anländer minskar dock chanserna för överlevnad. Redan efter 5 minuter börjar kroppen få obotliga skador av den syrebrist som blir följden av hjärtstoppet.

Den viktigaste behandlingen för flertalet av dessa personer är en elektrisk chock över hjärtat med en sk defibrillator.

"Visste du att mediantiden för larm till att ambulansen anländer är 13 minuter?"

Källa: Nat. register för hjärtstopp utanför sjukhus 2008



Grundutbildning Vuxen-HLR med hjärtstartare

- deltagaren lär sig att självständigt agera om en vuxen person drabbas av hjärtstopp
- utbildningen består i huvudsak av praktisk träning
- efter genomförd utbildning skall du kunna utföra Vuxen HLR med hjärtstartare enligt gällande svenska riktlinjer
- efter godkänd utbildning utfärdas kompetenskort som bevis på utförd utbildning

Kursinnehåll

- Konstatera hjärtstopp
- Larmrutiner
- Användning av hjärtstartare
- Förståelse för vikten av regelbunden träning
- Teamträning med scenarioövningar

Mål för utbildningen

Efter genomförd utbildning skall kursdeltagarna kunna:

- utföra medvetandekontroll
- utföra andningskontroll
- lägga en medvetslös person i stabilt sidoläge
- larma 112
- utföra HLR vid hjärtstopp
- bestämma sig för att använda hjärtstartaren
- starta och ansluta hjärtstartaren
- följa enkla instruktioner från hjärtstartaren

Information

Maximalt antal deltagare: 8/grupp

Tidsåtgång: 3 timmar vid ett tillfälle

Pris: 5000 SEK exkl. moms/grupp

Inga förkunskaper krävs

För mer information och anmälan kontakta

Hans Bäck, instruktör

Telefon: 0122-868 28, 0703-036183

E-post: hans.back@iucost.se



”Tänk om...

är ord som ofta dyker upp i Evas tankar. Tänk om de hade valt en annan golfbana. Tänk om banpersonalen inte hade ätit lunch på terrassen. Då hade jag inte levt idag.”

Eva 57 år

En historia från verkligheten

Eva Frisk och hennes man såg fram emot en härlig dag på golfbanan, men det sista Eva minns är lunchen innan de gick ut på banan. Evas man, Thomas minns mycket väl vad som hände. Han är påtagligt rörd när han berättar. “Vi slog ut från första tee. Eva slog en jättefin drive och vi gick fram för att leta efter Evas boll. Jag fortsatte fram till min egen boll och när jag vänder mig om ser jag att Eva ligger livlös i gräset.” Thomas och en medspelare påbörjade omedelbart hjärt- och lungräddning.

Samtidigt sitter Peter och hans kollega från Abbekås golfklubb och äter lunch på terrassen. “Vi ser att någonting utspelar sig på första tee. Någon ropar att en kvinna svimmat av. Vi förstår att det är bråttom och springer dit så fort vi kan. För säkerhetsskull tar vi med oss hjärtstartaren som vi fått till klubben bara tre veckor tidigare. Vi hade precis gått en utbildning om hur man sköter apparaten och vad man ska göra om någon får hjärtstillestånd,” berättar Peter. “När vi kom fram så satte jag på apparaten och en inspelad röst tog mig igenom proceduren steg för steg. Till slut började hennes hjärta slå. När ambulansen kom 15-20 minuter senare berättade de att jag hade räddat hennes liv, de hade aldrig hunnit fram i tid.”

Med en utskrift från hjärtstartaren från förloppet under hjärtstoppet kunde läkaren med försprång behandla Eva på bästa sätt när hon kom till akuten. “Jag tänker ofta på att jag hade tur som befann mig på en plats utrustad med hjärtstartare och utbildad personal, annars skulle jag inte levt idag,” säger Eva.

