

Færdselsrelateret førstehjælp

Uddannelsesplan

Færdselsrelateret førstehjælp

Uddannelsesplan

Formål	Formålet er at bibringe deltageren den viden, de færdigheder og de holdninger der sætter dem i stand til at kunne yde livreddende førstehjælp ved trafik- og færdselsrelaterede ulykker.
Mål	<p>Ved uddannelsens afslutning skal den enkelte deltager kunne:</p> <ul style="list-style-type: none">- handle hensigtsmæssigt på et skadested, herunder håndtere flere tilskadekomne og kunne tage de nødvendige forholdsregler for ikke selv at komme til skade- yde livreddende førstehjælp til livstruende skader der medfører spærring af luftvejene, nedsat/standset vejtrækning og/eller shock som følge af trafik- og færdselsrelaterede ulykker- yde livreddende førstehjælp til hovedlæsioner, brud på nakke, rygsøjle og/eller bækken samt de store ekstremiteter- foretage nødflytning af en tilskadekommen, hvis det vurderes nødvendigt- forebygge shock, herunder føre en beroligende samtale med den/de tilskadekomne <p>have forståelse af:</p> <ul style="list-style-type: none">- den livsvigtige iltransport- virkninger og symptomer på hovedlæsioner, brud på nakke, rygsøjle og/eller bækken
Indhold	Forhold ved trafik- og færdselsrelaterede ulykker Førstehjælpens 4 hovedpunkter Nødflytning Livreddende førstehjælp-ABC og den livsvigtige iltransport Alarmering Shock Psykisk førstehjælp Blødninger Hovedlæsioner Brud på nakke, rygsøjle og/eller bækken Brud på arme og ben
Tid	4 timer.
Særlige bestemmelser	<p>1. Deltagere Deltagerforudsætninger: Kursusmodul Hjerte-Lunge-Redning.</p> <p>2. Kontrol Mundtlig og praktisk feedback.</p> <p>3. Uddannelsesbevis Der udstedes bevis ved gennemført uddannelse jf. Dansk Førstehjælpsråds bestemmelser. Kursusmodul forudsætter forudgående gennemførelse af kursusmodul Hjerte-Lunge-Redning.</p>
Instruktører	Instruktør i førstehjælp (godkendt af Dansk Førstehjælpsråd).
Litteratur	I uddannelsen anvendes en af Dansk Førstehjælpsråd anbefalet undervisningsbog.

Færdselsrelateret førstehjælp

Emneoversigt

Lektion/tid	Indhold
1 90 min.	Introduktion til kursusmodulet Forhold ved trafik- og færdselsrelaterede ulykker Nødflytning Livreddende førstehjælp–ABC og den livsvigtige iltransport Blødninger Alarmering Shock Psykisk førstehjælp
2 40 min.	Hovedlæsioner Brud på nakke, rygsøjle og/eller bækken Brud på arme og ben
3 90 min.	Livreddende førstehjælp–ABC Livreddende førstehjælp ved trafik- og færdselsrelaterede ulykker Praktiske øvelser/træning
4 20 min.	Evaluering Afslutning Udlevering af kursusbevis

Færdselsrelateret førstehjælp

Lektion 1, 90 min.

Emne:

Introduktion til kursusmodulet
Forhold ved trafik- og færdselsrelaterede ulykker og overlevering til redningsmandskabet
Førstehjælpens 4 hovedpunkter
Livreddende førstehjælp–ABC og den livsvigtige ilttransport
Blødninger, Alarmering, Shock og Psykisk førstehjælp

Bemærkninger:

Lektionen gennemføres dels som teoriundervisning og dels som demonstration/indledende indøvning.

Mundtlig feedback igennem lektionens undervisningsforløb.

Mål:

Ved lektionens afslutning skal deltageren have forståelse af forhold ved trafik- og færdselsrelaterede ulykker og førstehjælpens 4 hovedpunkter samt kunne demonstrere livreddende førstehjælp–ABC, nødflytning, forebyggelse af shocks udvikling og brug af psykisk førstehjælp.

Endvidere skal deltageren være orienteret om kursusmodulets formål, indhold og gennemførelse samt kriterierne for udstedelse af kursusbevis.

Resultatet er tilfredsstillende, såfremt deltageren demonstrerer:

- tager kontakt med den tilskadekomne under hensyntagen til eventuelle skader på den tilskadekomnes nakke og ryg
- livreddende førstehjælp–ABC ved at deltageren:
 - undersøger bevidsthedsniveau ved at tale og ruske
 - undersøger A ved brug af hoved-bøj og hage-løft til at skabe frie luftveje
 - undersøger B ved at undersøge vejrtrækning ved at se, føle og lytte
 - på voksne og børn frigør eventuelt et fastsiddende fremmedlegeme ved at dunke i ryggen og udføre Heimlich-metoden samt på spædbørn ved at dunke i ryggen og udføre brystkompressioner
 - opretholder frie luftveje under kunstigt åndedræt
 - benytter mund-til-mund-metode som førstevalg og mund-til-næse-metode som andet valg ved kunstigt åndedræt samt ved spædbørn anvender mund til næse og mund
 - ved kunstigt åndedræt giver indblæsninger af en varighed på 1 sekund
 - undersøger C ved at undersøge for store blødninger
 - ved vejrtrækning efterfølgende lægger den bevidstløse i aflåst sideleje, hvis det vurderes nødvendigt, kontrollerer vejrtrækning og standser blødninger
- standsning af pulsåreblødninger ved at trykke en finger i såret
- standsning af større blødninger ved anlæggelse af fast forbindelse og eventuel trykforbinding
- nødflytning af tilskadekomne under mest mulig hensyntagen til formodede nakke- og rygskader
- overvågning af den livsvigtige ilttransport ved at undersøge A, B og C med jævne mellemrum indtil redningsmandskab tager over
- forebyggelse af shocks udvikling
- psykisk førstehjælp, herunder ved at skabe ro, fremtræde roligt og kompetent, optræde bestemt over for øvrige hjælpere, vise omsorg og sætter sig i den tilskadekomnes situation samt lytter til den tilskadekomne og bruger den nødvendige tid til og nærvær i samtalen

samt med egne ord forklarer:

- at forhold der skal tages vare på ved trafik- og færdselsrelaterede ulykker er:
 - skaber overblik over ulykkesituationen, skaden/skaderne og de tilskadekomne
 - sikrer ulykkesstedet så det bliver sikkert at færdes på
 - vurderer de enkelte tilskadekomnes skader
 - prioriterer hvem der skal have hvilken førstehjælp i hvilken rækkefølge, og vurderer om nødflytning af tilskadekomne er nødvendig
 - anvender eventuelle hjælpere ud fra deres førstehjælpskunderskaber og de tilskadekomnes skader og tilstand
 - alarmerer hensigtsmæssigt i forløbet
- overordnede principper for energioverførsel i skadesoverblikket og skadesmekanismer
- forebyggelse af trafik- og færdselsrelaterede ulykker samt betydningen og anvendelse af bilens sikkerhedsudstyr samt supplerende medbragt udstyr
- de særlige farer der er i forbindelse med trafik- og færdselsrelaterede ulykker samt forholdsreglerne herfor – eksempelvis airbags
- kriterier for eventuel nødflytning
- årsag til og virkning ved shock
- at der ved alarmering ringes 1-1-2, og de nødvendige oplysninger som alarmcentralen spørger efter minimum er: hvor ulykken er sket, hvad der er sket og hvem der er kommet til skade - en eller flere børn eller voksne
- at den livsvigtige ilttransport består af frie luftveje, vejrtrækning og blodcirkulation, herunder at hjernen kun kan tåle at undvære ilt i kortere tid

Henvisninger:

En af Dansk Førstehjælpsråd anbefalet undervisningsbog.

Færdselsrelateret førstehjælp

Lektion 2, 40 min.

Emne: Hovedlæsioner Brud på nakke, rygsøjle og/eller bækken Brud på arme og ben	Bemærkninger: Lektionen gennemføres dels som teoriundervisning og dels som demonstration/indledende indøvning. Mundtlig feedback igennem lektionens undervisningsforløb.
---	---

Mål: Ved lektionens afslutning skal deltageren kunne identificere symptomerne på og demonstrere livreddende førstehjælp ved hovedlæsioner, brud på nakke, rygsøjle og/eller bækken samt arme og ben. Resultatet er tilfredsstillende, såfremt deltageren: <ul style="list-style-type: none">- følger førstehjælpens 4 hovedpunkter- tager kontakt med den tilskadedkomne under hensyntagen til eventuelle skader på den tilskadedkomnes nakke og ryg- identificerer symptomerne på hovedlæsioner, og demonstrerer livreddende førstehjælp ved undersøgelse af A, B og C, alarmerer (eller søger læge med den tilskadedkomne) og forebygger mod shock- stabiliserer formodede nakke- og rygskader ved hjælp af sine hænder- identificerer symptomerne på brud på nakke, rygsøjle og/eller bækken samt arme og ben og demonstrerer stabilisering af formodede nakke- og rygskader ved hjælp af sine hænder, livreddende førstehjælp ved at undersøge af A, B og C, alarmerer, holder den tilskadedkomne i ro i findestillingen og stabiliseret samt forebygger mod shock- nødflytter den tilskadedkomne under mest mulig hensyntagen til formodede nakke- og rygskader samt med egne ord nævner: <ul style="list-style-type: none">- virkning af og symptomer på:<ul style="list-style-type: none">• hovedlæsioner• brud på nakke, rygsøjle og/eller bækken• brud på arme og ben- mulige komplikationer i forhold til læsioner på nakke, rygsøjle og/eller bækken samt forholdsregler
--

Henvisninger: En af Dansk Førstehjælpsråd anbefalet undervisningsbog.

Færdselsrelateret førstehjælp

Lektion 3, 90 min.

Emne:

Livreddende førstehjælp–ABC
Livreddende førstehjælp ved trafik- og færdselsrelaterede ulykker
Praktiske øvelser/træning

Bemærkninger:

Lektionen gennemføres som praktik indeholdende indøvelse af færdigheder og praktiske øvelser.
Mundtlig og praktisk feedback igennem lektionens undervisningsforløb.

Mål:

Ved lektionens afslutning skal deltageren kunne yde livreddende førstehjælp ved livstruende skader der medfører spærring af luftvejene, nedsat/standset vejtrækning og/eller shock som følge af trafik- og færdselsrelaterede ulykker.

Resultatet er tilfredsstillende, såfremt deltageren i de trafik- og færdselsrelaterede praktiske øvelser/træning:

- følger førstehjælpens 4 hovedpunkter
- skaber overblik over ulykkesituationen, skaden/skaderne og de tilskadekomne
- sikrer ulykkesstedet så det bliver sikkert at færdes på
- vurderer de enkelte tilskadekomnes skader
- prioriterer hvem der skal have hvilken førstehjælp i hvilken rækkefølge, og vurderer om nødflytning af tilskadekomne er nødvendig
- anvender eventuelle hjælpere ud fra deres førstehjælpskundskaber og de tilskadekomnes skader og tilstand
- alarmerer på det situationsbestemt rigtige tidspunkt i forløbet, alt efter om der er én eller flere hjælpere til stede
- tager kontakt med de tilskadekomne under hensyntagen til eventuelle skader på de tilskadekomnes nakke og ryg
- giver livreddende førstehjælp–ABC ved at deltageren:
 - undersøger bevidsthedsniveau ved at tale og ruske
 - Undersøger A ved brug af hoved-bøj og hage-løft til at skabe frie luftveje
 - undersøger B ved at undersøge vejtrækning ved at se, føle og lytte
 - på voksne og børn frigør eventuelt et fastsiddende fremmedlegeme ved at dunke i ryggen og udføre Heimlich-metoden samt på spædbørn ved at dunke i ryggen og udføre brystkompressioner
 - opretholder frie luftveje under kunstigt åndedræt
 - benytter mund-til-mund-metode som førstevalg og mund-til-næse-metode som andet valg ved kunstigt åndedræt samt ved spædbørn anvender mund til næse og mund
 - ved kunstigt åndedræt giver indblæsninger af en varighed på 1 sekund
 - Undersøger C ved at undersøge for store blødninger
 - ved vejtrækning efterfølgende lægger den bevidstløse i aflåst sideleje, hvis det vurderes nødvendigt, kontrollerer vejtrækning og standser blødninger

og

- ved pulsåreblødning stadser denne ved at trykke en finger i såret og forebygger mod shock
- ved større blødninger standser disse ved anlæggelse af forbindelse, og eventuel supplerende trykforbinding, med forbindingen direkte over det blødende sted, gazen dækkende kompresset og knuden på gazen er bundet oven på det blødende sted, den supplerende trykforbinding anlægges på samme måde oven på den første forbindelse samt forebygger mod shock
- nødflytter den tilskadekomne under mest mulig hensyntagen til formodede nakke- og rygskader, såfremt det vurderes, at skadestedet ikke er sikkert/kan gøres sikkert
- ved hovedlæsioner forebygger mod shock og alarmerer eller søger læge med den tilskadekomne
- ved brud på nakke, rygsøjle og/eller bækken samt arme og ben og demonstrerer stabilisering af formodede nakke- og rygskader ved hjælp af sine hænder, livreddende førstehjælp ved at undersøge af A, B og C, alarmerer, holder den tilskadekomne i ro i findestillingen og stabiliseret samt forebygger mod shock
- overvåger den livsvigtige iltransport ved at undersøge A, B og C med jævne mellemrum indtil redningsmandskab tager over
- giver psykisk førstehjælp, herunder ved at skabe ro og fremtræde roligt og kompetent, optræde bestemt over for øvrige hjælpere, vise omsorg og sætter sig i den tilskadekomnes situation samt lytter til den tilskadekomne og bruger den nødvendige tid til og nærvær i samtalen

Henvisninger:

En af Dansk Førstehjælpsråd anbefalet undervisningsbog.

Færdselsrelateret førstehjælp

Lektion 4, 20 min.

Emne:

Evaluering
Afslutning
Udlevering af kursusbevis

Bemærkninger:

Lektionen gennemføres som teoriundervisning.
Kursusbevis udleveres jf. retningslinier for udstedelse af bevis.

Mål:

Ved lektionens afslutning skal deltageren have haft mulighed for at komme med tilkendegivelser vedrørende:

- opholdet på kurset
- kursusindholdet
- gennemførelsen

Endvidere skal deltageren være orienteret om hvordan den på kurset erhvervede viden og erhvervede færdigheder vedligeholdes samt om øvrig uddannelse i førstehjælp.

Udlevering af kursusbevis.

Henvisninger:

DFR retningslinier for udstedelse af bevis.

