

### MÅLSÄTTNING

Kursen vänder sig till dig som vill ha kunskap om hur Du skall agera vid en akut skada. Kursens mål och syfte är att Du ska ges en handlingsberedskap för att kunna ge livräddande första hjälp. Utbildningen kan ses som en fortsättning på HLR.

### MÅLGRUPP

Chefer, arbetsledare, skyddsombud, skyddssamariter m fl.

### KURSINNEHÅLL

Lägesbedömning, andning, blödning, chock (L-ABC) d v s hur man:

- skapar fria luftvägar
- tar hand om och placerar en medvetslös i stabilt sidoläge
- ger mun-till-mun andning vid andningsstopp
- stoppar blödningar och
- förebygger skadechock.

Förutom L-ABC delen och dess livsuppehållande åtgärder går vi även igenom:

- akut sjukdom
- blödningar
- brännskador
- kemiska sårskador
- el skador
- nack-, rygg- och övriga skelettskador
- kvävning
- drunkning
- ögonskador
- förbandsmaterial och första hjälpen utrustning.

Vi diskuterar även företagets beredskap för första hjälpen.

### KURSLÄNGD OCH DELTAGARANTAL

Kursen genomföres under 4 timmar och för högst 10 deltagare. Kursen kan genomföras öppen eller företagsintern.

### KURSLEDARE

Företagshälsans företagssköterskor.

#### Postadress:

John Bauersgatan 4  
553 23 Jönköping

#### Besöksadress:

John Bauersgatan 4

#### Telefon:

036-306830

#### Telefax:

036-306831

#### E-post:

foretagshalsan@jonkoping.fhv.se

#### Hemsida:

www.jonkoping.fhv.se

#### Organisationsnummer:

556199-9193

#### Bankgiro:

563-9471

#### Postgiro:

202212-7

#### Företagshälsan i Jönköping

AB

är certifierade enligt:



och

FSF:s Specifikation för  
svensk företagshälsovård