

# När olyckan är framme...

## Vi utbildar er i Första hjälpen med Hjärt-Lungräddning (HLR)

Första hjälpen bör alla kunna ge vid ett akut sjukdomstillstånd eller en olycka med personskador. Den här kursen ger dig kunskap om både livräddande första hjälpen vid livshotande situationer samt situationer som kan uppstå i din vardag. Vi blandar teori och praktisk träning och ger dig förutsättningar och självförtroende att kunna hjälpa en människa i nöd.

När en person drabbas av plötsligt akut hjärtstopp är det den omedelbara insatsen i väntan på ambulansen som räddar liv. Du som är först på plats måste genast påbörja hjärt-lungräddning (HLR) för att se till att den drabbade får syresatt blod till hjärnan. För varje minut som går utan hjälp minskar chansen för överlevnad.

Att kunna innan det händer - att våga när det händer. Kunskap ger trygghet och regelbunden träning gör att du är beredd att agera i en stressad situation när det händer.

Efter att ha gått kursen i Första Hjälpen med vuxen-HLR (3 timmar) kommer deltagarna att kunna:

- Hjärt-lungräddning med hjärtstartare till vuxna
- Luftvägsstopp hos vuxna
- Vidta säkerhetsåtgärder, tillkalla hjälp samt larma
- Observera livstecken (från första bedömning till fortsatt övervakning)
- Första hjälpen vid bröstsmärta
- Första hjälpen vid stroke
- Första hjälpen vid akuta diabeteskomplikationer
- Första hjälpen vid allvarlig blödning
- Första hjälpen vid cirkulationssvikt
- Första hjälpen vid anafylaktisk reaktion/chock
- Första hjälpen vid brännskada
- Bedöma situationen och säkra olycksplatsen
- Lägga en medvetslös person i stabilt sidoläge
- Agera vid luftvägsstopp (när någon har satt i halsen)

Inga förkunskaper behövs. Teori varvas med praktiska övningar på docka. Vi tränar i små grupper om max 12 personer för att maximera övning och individuell hjälp till samtliga kursdeltagare.

Kursen hålls av en certifierad instruktör enligt svenska HLR-rådets riktlinjer. Kursbevis utfärdas efter avslutad utbildning. Med fördel hålls kursen nära verksamheten i kundens lokaler på arbetsplatsen, föreningslokalen eller i hemmet.

Har ni gått utbildning i HLR tidigare? Svenska HLR-rådet rekommenderar att man repeterar utbildningen varje år.

Förfrågan och bokning per mail: [info@agerahlr.se](mailto:info@agerahlr.se)

[www.agerahlr.se](http://www.agerahlr.se)

