



Kursinnhold instruktørkurs Norsk Grunnkurs Førstehjelp (NGF)

Til deg som instruktør

Forberedelser

Gjennomføring

Første time

- Innledning
- Søk hjelp på riktig sted
- Medisinsk nødtelefon 1-1-3
- Våken, men trenger hjelp
- Undersøkelse av hjelpeløs person
- Bevisstløs men puster normalt

Andre time

- Bevisstløs og puster ikke normalt
- Start HLR med 30 brystkompresjoner
- Fortsett med 2 innblåsing
- HLR-forløpet
- Kampen mot klokka
- Kjeden som redder liv

Tredje time

- Har hun satt noe i halsen?
- Fjerning av fremmedlegeme på person som ikke klarer å hoste

Fjerde time

- Mistanke om hjerteinfarkt
- Mistanke om hjerneslag

Femte time

- Opptreden på skadested
- Vurder hvor alvorlig skaden er

Sjette time

- Fjerning av hjelm
- Vurder om det kan være indre blødning
- Ytre blødning
- Hverdagsulykker

Evalueringskjemaer til kopiering

Instruktørbevis

Norsk Førstehjelpsråd, Postboks 1 Grønland, 0133 Oslo. Telefon 22 05 40 50.

Faks 22 05 40 40. E-post post@norskforstehjelpsrad.no

På nettet www.norskforstehjelpsrad.no