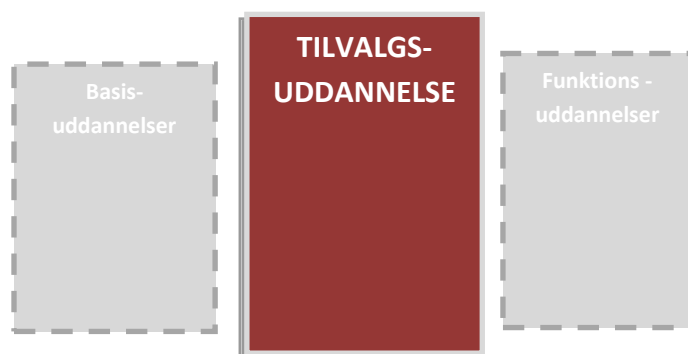


Uddannelsesplan

Førstehjælp og forebyggelse til børn

Varighed 150 minutter

Juli 2016



Dansk Førstehjælpsråd

Dansk Førstehjælpsråds medlemsorganisationer:



Samarbejdsorganisationer:



Uddannelsesplan for Førstehjælp og forebyggelse til børn

Varighed: 2,5 timer (150 minutter)

Overordnet kompetencemål

Deltageren kan handle hensigtsmæssigt og yde relevant førstehjælp ved skader, ulykker og sygdomstilfælde med børn, og kender mulighederne for at forebygge skader i hverdagen.

Det centrale indhold på uddannelsen

- Førstehjælp og forebyggelse af småskader, klemme, snitte, fald mm.
- Førstehjælp og forebyggelse af skoldning, forbrænding og ætsning
- Førstehjælp ved børns sygdomstilfælde, samt førstehjælp til og forebyggelse af kvælning/strangulering.
- Forebyggelse af kvælning og førstehjælp ved fremmedlegemer i halsen

Samlet tidsanvendelse:

150 minutter

Gennemførelsen af uddannelsen:

Det forventes, at kurset afvikles med et minimum af teori, og primært gennemføres ved hjælp af virkelighedsnære øvelser, deltagerrefleksion og praktisk træning. Øvelser og træning skal afvikles på relevant og egnet areal og med inddragelse af virkelighedsnære rekvisitter.

Der tages udgangspunkt i deltagernes hverdag med mulighed for (selv-)refleksion hos deltagerne – f.eks. gennem timeouts og systematisk udveksling af erfaringer.

I denne plan for tilvalgsuddannelse antages, at denne uddannelse afvikles sammen med basisuddannelsen "Førstehjælp ved hjertestop" (tilpasset børn) og evt. andre tilvalgsuddannelser som et samlet kursusforløb. Der henvises til funktionsuddannelsen vedr. sammensætningen af de to uddannelser.

Afvikles denne tilvalgsuddannelse, Førstehjælp og forebyggelse til børn, som et selvstændigt kursus, skal det afvikles på 3 timer, og der tillægges dele vedr. indledning og afslutning som de er beskrevet i basisuddannelsen "Førstehjælp ved hjertestop".

Særlige bemærkninger:

Det anbefales, at denne uddannelse gennemføres i forlængelse af basisuddannelsen "Førstehjælp ved hjertestop".

Basal genoplivning og brug af hjertestarter er ikke en del af denne uddannelse.

Det anbefales at den forebyggende del, tager udgangspunkt i Sundhedsstyrelsens og Komiteen for Sundhedsoplysningens materiale.

Kvalitetskrav til Førstehjælp og forebyggelse til børn:

Område	Beskrivelse
Instruktør	Registreret hos Dansk Førstehjælpsråd og har modtaget særlig information om at uddannelsen skal gennemføres praktisk.
U/V materiel	Udarbejdes jf. kompetencemålene af den enkelte instruktør eller leveres af egen organisation. Træningen og demonstration skal foregå på babydukke og juniordukke el.lign. Relevante materialer til forebyggelse.
Deltagermateriale	Der skal udleveres en førstehjælpsbog/hæfte pr. deltager. DFR anbefaler, at bogen/hæftet efterfølgende er deltagerens ejendom. Førstehjælpsbogens/-hæftets indhold skal være dækkende i forhold til den gennemførte førstehjælpsuddannelse og således omfatte uddannelsens hoved- og delkompetencebeskrivelser. Det udleverede materiale skal være udarbejdet efter Dansk Førstehjælpsråds retningslinjer for udarbejdelse af førstehjælpsbøger. De forebyggende råd tager udgangspunkt i Sundhedstyrelsens og Komiteen For Sundhedsoplynings anbefalinger for børnesikkerhed.
Undervisningsform	Der skal anvendes en praksisnær undervisningsform og et minimum af teori. Når teori anvendes, skal den lægge direkte op til førstehjælpsfaglige handlinger. Se kompetencemål i uddannelsesplanen.
Tid	Uddannelsens varighed er altid på i alt 150 minutter. Undervejs kan der indlægges korte 5-10 minutters pauser (klargøring til næste emne/øvelse mm.), dog max én pause pr. time. Det er ikke tilladt at afvikle uddannelsen på kortere tid.
Deltagerantal	Der må maksimalt være 16 deltagere pr. registreret førstehjælpsinstruktør.
Bevisudstedelse	Der genereres et elektronisk DFR-bevis, såfremt deltageren har været aktiv og deltagende i alle timerne samt kan håndtere kompetencemålene. Dette vurderes af instruktøren. Der skal afkrydses i tilvalgsuddannelsen: <ul style="list-style-type: none">Førstehjælp og forebyggelse til børn (2,5 timer)

INSTRUKTØRENS DEL

Følgende indgår i uddannelsesplanen:

- Forside – med den seneste beskrivelse og en angivelse af versionsnummer. Nye versioner meldes ud via organisationerne og vil kunne rekvireres gennem din organisation.
- Side 2 indeholder punkterne **”Overordnet kompetencemål”** og **”Det centrale indhold”**, der tilsammen giver dig et overblik over mål og indhold. Derudover beskrives punktet **”Gennemførelsen af uddannelsen”**, der indeholder særlige opmærksomhedspunkter i forbindelse med afviklingen af undervisningen samt **”Særlige bemærkninger”**, hvis der er særlige krav til f.eks. gennemførelse, materiale m.v.
- Side 4 indeholder et **”kvalitetsblad”**, der fortæller om de enkelte dele, som der skal overholdes, herunder deltagerantal i forhold til udstyr og antal deltagere pr. instruktør mv.
- Bagerst i uddannelsesplanen finder du en materialeliste, der angiver hvilke materialer, du skal medbringe og i visse tilfælde giver forslag til supplerende materiale.

De 4 første sider (til og med kvalitetsbladet) kan vises til kunder og deltagere. De efterfølgende sider er ”Instruktørens del” og alene dit arbejdspapir.

”Instruktørens del” af uddannelsesplanen er opdelt i de forskellige dele, som indgår i uddannelsen. Under delene er der følgende struktur:

- Først beskrives **”Delkompetencer”** for den enkelte del. Under hver del er der et lille skema, som præciserer indholdet og tidsanvendelsen.
- Dernæst følger en beskrivelse af **”Best practice og anbefalede procedurer”**, hvor du får en præcisering af de anbefalinger og løsninger, som DFR eller din organisation forventer, at du bruger. Dette punkt vil løbende blive udviklet og opdateret af DFR under hensyntagen både til internationale guidelines, nationale lægefaglige råd og rådgivere samt pædagogiske overvejelser.

Best Practice er opdelt i tre kategorier:

Standard Råd (*)** Høj enighed. Denne løsning er entydigt beskrevet og organisationerne er enige. Løsningen har høj videnskabelig evidens eller er med stor enighed i løsning i DFR organisationer. Har høj relevans og stor succesfaktor for undervisningen.

Eksempelvis: Algoritmen for en bevidstløs med og uden vejtrækning.

Anbefaling ()** Moderat enighed, og moderat evidens. Kan være små forskelle, og instruktøren skal sikre indholdet via egen organisations materiale.

Eksempelvis: Standsning af blødninger. Alle er enige om at en blødning standes ved "finger i såret", og at personen skal ligge ned.

Enkelte organisationer vælger at hæve det blødende sted og ben som forebyggelse for kredsløbssvigt ifm. blødninger, og andre lader personen ligge vandret.

Mulighed (*) Lav enighed, beskrivelsen er endnu ikke helt udarbejdet eller deciderede forskelle i de bærende punkter. DFR har endnu ikke taget endelig faglig stilling til dette punkt.

Instruktøren skal henholde sig til egen organisations materiale/beskrevne algoritmer.

Eksempelvis: DFR UU har ikke udarbejdet/beskrevet punktet færdigt men processen pågår, eller det har ikke været muligt at blive enig i organisationerne om denne metode/algoritme.

Anbefalinger af diverse Apps, førstehjælp til en tilskadekommet med styrthjelm og uden vejtrækning.

- Til sidst følger "**Kompetencesikring**", hvor DFR giver anvisninger til brug i din undervisning, og til hvordan du når kompetencemålene. Punktet vil løbende blive udviklet, bl.a. med baggrund i praktiske og metodiske erfaringer, særlige ønsker og indkomne forslag.

BEMÆRK - det er IKKE tilladt at ændre i uddannelsesplanens kompetencebeskrivelser eller undlade at opfylde delkompetencerne.

Hvis en organisation vælger at ændre eller tilføje i planerne, skal DFR logo ændres.

Tidsplan for uddannelsen

Nedenfor følger en oversigt over uddannelsens delelementer, evt. til brug for skema til præsentation eller flip-over.

Del 1 = 40 minutter: Førstehjælp til og forebyggelse af småskader, klemme, snitte, fald mm.

Del 2 = 30 minutter: Førstehjælp til og forebyggelse af skoldning, forbrænding og ætsning

Del 3 = 50 minutter: Førstehjælp ved børns sygdomstilfælde, samt førstehjælp til og forebyggelse af kvælning/strangulering.

Del 4 = 30 minutter: Forebyggelse af kvælning og førstehjælp ved fremmedlegemer i halsen

I alt = 150 minutter

Del 1 i uddannelsen

Delkompetence

Deltageren kan yde livreddende førstehjælp ved kvælning/strangulering hos børn samt forebygge dette.

Deltageren kan handle hensigtsmæssigt ved pludseligt opståede sygdomstilfælde hos børn der medfører kramper, påvirker åndedrætssystemet eller påvirker bevidsthedsniveauet.

Indhold	
<ul style="list-style-type: none">• Førstehjælp ved sygdomstilfælde der påvirker bevidsthedsniveauet• Førstehjælp ved sygdomstilfælde der påvirker åndedrætssystemet• Førstehjælp og forebyggelse ved kvælning/strangulering• Førstehjælp ved sygdomstilfælde der medfører kramper	
Samlet tidsanvendelse:	50 minutter

Ulykkerne og skader i denne del er meget alvorlige og kan give alvorlige konsekvenser for barnet hvis der ikke ydes relevant og hurtig førstehjælp.

Heldigvis er børnedød sjældent i Danmark og kvælningsulykker med dødelig udgang er yderst sjældne. Der er også igennem mange år foretaget mange forebyggende tiltag bl.a. i institutioner. Det er god ide, at du undersøger de kommunale anbefalinger i dit lokalområde, så du kan informere deltagerne, hvis der er særlige opmærksomhedspunkter de skal tage f.eks. i institutionerne når de afleverer deres barn (F.eks. at undgå hætter, snore i tøj mm).

“Best practice” og anbefalede procedurer

Følg anvisninger i det anvendte undervisningsmateriale fra den organisation der udbyder undervisningen. Søg evt. mere information på Sundhedsstyrelsens og Komiteen For Sundhedsoplysning – på hjemmeside eller publikationer. (**)

Bemærk, at der kun henvises til, at basal genoplivning og eventuelt hjertestarter er relevant førstehjælp hvis et barn er uden vejtrækning efter kvælning. Basal genoplivning er ikke en del af denne uddannelse. (**)

Det kan være relevant, at vise en realtime genoplivningsprocedure, på både junior og baby dukke, som appetitvækker til at gennemføre basal genoplivning til børn såfremt deltagerne ikke har gennemført uddannelse i basal genoplivning til børn. (*)

Kompetencesikring:

Du skal sikre, at deltageren igennem førstehjælpshandlingen:

- Kan handle ved kvælning/strangulering, og yde relevant førstehjælp efterfølgende.
- I øvelser og/eller spil yder relevant førstehjælp ved krampeanfald, herunder feberkramper
- I øvelser og/eller spil yder relevant førstehjælp ved astmaanfald
- I øvelser og/eller spil yder relevant førstehjælp i situationer hvor et barn med høj feber bliver omtåget og/eller ukontaktbart.

Del 2 i uddannelsen

Delkompetence

Deltageren kan skelne mellem mild og alvorlig blokering af luftvejene og yde førstehjælp ved fremmedlegemer i luftvejene.

Indhold	
<ul style="list-style-type: none">Fjernelse af fremmedlegeme i halsen hos spædbørn og større børnTræning på dukker	
Samlet tidsanvendelse:	30 minutter

“Best practice” og anbefalede procedurer

Følg anvisninger i det anvendte undervisningsmateriale fra den organisation der udbyder undervisningen. Søg evt. mere information på www.sundhed.dk. (**)

Eller hent Sundhedsstyrelsens brochure “Små børn og sikkerhed på <http://sundhedsstyrelsen.dk/publ/Publ2012/BOFO/Boern/SmaaboernSikkerhed3udg.pdf>.

Kompetencesikring:

Du skal sikre, at deltageren igennem førstehjælpshandlingen kan fjerne fremmedlegemer i luftvejene hos børn som beskrevet i ERC guidelines, og organisationens materiale.

Du skal sikre, at deltageren:

- Skelner mellem mild og alvorlig blokering af luftvejene
- Fjerner fremmedlegemer hos et spædbarn ved at slå 5 gange i ryggen og derefter give 5 brystkompressioner jf. guidelines.
- Fjerner fremmedlegemer hos større børn ved at slå 5 gange i ryggen og derefter anvende bugkompressioner (Heimlich metoden), jf. guidelines
- Når/hvis barnet bliver bevidstløs, tilkaldes hjælp 1-1-2 og følge vejledningen fra den sundhedsfaglige medarbejder på alarmcentralen.
- Overleverer det tilskadekomne barn til professionelt redningsmandskab og oplyser hvad der er sket og hvad der er foretaget, og førstehjælperens observationer.

Del 3 i uddannelsen

Delkompetence

Deltageren kan give relevant førstehjælp ved hyppigt forekommende småskader på børn og kan forebygge disse.

Indhold	
<ul style="list-style-type: none">• Forebyggelse af skader og småskader hos børn• Førstehjælp ved småskader, eksempelvis flænger, hudafskrabninger, næseblod og tandskader.	
Samlet tidsanvendelse:	40 minutter

For små børn sker ulykker oftest i hjemmet, i haven eller på legeplads. Statistisk set er ulykker den største trussel mod barnets helbred. Derfor bør små børn aldrig lades uden opsyn af voksne.

- Hver dag kommer ca. 350 børn på skadestuen pga. ulykker, heraf ca. 85 under 3 år.
- Drengene kommer oftere til skade end piger
- Der sker flest ulykker sidst på dagen, når alle er trætte
- Op til 5-6 års alderen sker de fleste skader i hjemmet

Børn skal have spænding og udfordringer. De skal også have mulighed for at lære af egne fejl.

Som forældre skal man forhindre, at børnene udsættes for alvorlige ulykker. Ulykker kan forebygges ved at give barnet sikre omgivelser. Så kan barnet udvikle sig i sit eget tempo og med den nysgerrighed der hører med.

De fleste ulykker hos små børn sker, når de lærer noget nyt, og de voksne ikke er forberedt på det. Når små børn begynder at kravle og gå, har de endnu ikke fuld kontrol over deres bevægelser.

(Kilde: Sundhedsstyrelsen og Komiteen for sundhedsoplysning.)

Forebyggelse er en naturlig del af førstehjælpsrådets arbejde.

“Best practice” og anbefalede procedurer:

Der tages udgangspunkt i det materiale som organisationen der udbyder kursus har udarbejdet.

Der kan være små forskelle i hvordan de enkelte organisationer vægter og yder førstehjælp til småskader. Metoderne der anvendes, skal stemme overens med det anvendte undervisningsmateriale og egen organisations anbefalinger.

Kompetencesikring:

Du skal sikre at deltageren øver at handle hensigtsmæssigt i henhold til det anvendte undervisningsmateriale og egen organisations anbefalinger.

Du skal sikre, at deltageren igennem førstehjælpshandlingen anvender førstehjælpens hovedpunkter og via refleksion kender til forebyggelsesmuligheder:

- Kan give relevant førstehjælp til børn med hudafskrabninger og småsår – herunder afvaskning - svarende til organisationens anbefalinger
- Kan give relevant førstehjælp til børn med næseblod og tandskader og er bekendt med organisationens anbefaling ved udslåede tænder (se evt. tandskaden.dk)
- Kan give relevant førstehjælp til børn med buler og blå mærker og klemme skader
- Kan give relevant førstehjælp til børn med flænger og kender grundreglen: at hvis såret er gabende eller over 1-2 cm i længden bør det tilse af en læge, eller er placeret i ansigt eller ved led
- Kan give relevant førstehjælp til børn med symptomer på hjernerystelse

Del 4 i uddannelsen

Delkompetence

Deltageren kan yde relevant førstehjælp til et barn der er blevet skoldet eller forbrændt.

Deltageren kan handle hensigtsmæssigt og yde relevant førstehjælp hvis et barn har indtaget et giftigt og/eller ætsende stof.

Deltageren kan forebygge ovenstående ulykker/skader.

Indhold	
<ul style="list-style-type: none">• Førstehjælp ved skoldninger• Førstehjælp ved forbrændinger• Førstehjælp ved forgiftninger og/eller indre ætsninger	
Samlet tidsanvendelse:	30 minutter

Helt små børns hud er meget sart og kan skoldes af væsker over 40 grader.

Førstehjælpen til skoldninger, forbrændinger og forgiftninger er næsten den samme – dog undtaget indre ætsninger.

“Best practice” og anbefalede procedurer:

Der tages udgangspunkt i det materiale som organisationen der udbyder kursus har udarbejdet. (**)

Referencer til Giftlinjen telf. 82 121212 er vigtig, samt organisationens eget materiale. Se anvendelse af nummer, samt relevant info hjemmesiden. (***)Kilde:

<http://www.bispebjerghospital.dk/giftlinjen/forside/>

Førstehjælpen til forbrændinger er hos langt de fleste organisationer “at skylle med vand”. At benytte gel til småforbrændinger mm. er en anbefaling enkelte organisationer også benytter. (**)

Husk at sikre, at deltagerne ved at det er særligt vigtigt at regulere temperaturen på vandet du skyller et barn med, for at undgå underafkølning. (***)

Flere hospitaler har også sider med anbefalinger til behandling og efterbehandling af brandsår, det er dog vigtigt, at der skelnes i mellem førstehjælp og efterbehandling – og der i uddannelsen **kun** lægges vægt på førstehjælpen.

Førstehjælpen til ætsninger og forgiftninger har Giftlinjen en række anbefalinger til:

<http://www.bispebjerghospital.dk/giftlinjen/forside/alt-om-gift/foerstehjaelp/>

Kompetencesikring:

Du skal sikre, at deltageren igennem førstehjælpshandlingen anvender førstehjælpens hovedpunkter og:

- I øvelser og/eller spil identificerer symptomer på forgiftninger og skelner imellem hvornår der skal tilkaldes hjælp via 1-1-2 eller Giftlinjen kan kontaktes
- I øvelser og/eller spil kan kontakte Giftlinjen og afgive relevante oplysninger om giftstof
- I øvelser og/eller spil kan handle relevant ved symptomer og tegn på indre ætsninger
- I øvelser og/eller spil handler relevant ved forbrændinger, herunder tilkalder hjælp ved alvorlige forbrændinger

Materialieliste:

Førstehjælpsbøger/-hæfter

Diverse øvelseskort med scenarier

1 juniordukke pr. 4 deltagere

1 babydukke pr. 4 deltagere til indlæring af fjernelse af fremmedlegemer i luftvejene

Antallet af dukker varierer efter deltagerantal og deres behov

Supplerende materiale:

Sminkesæt og/eller et sæt sminkelapper, der dækker førstehjælpsemnerne i uddannelsen.

Spand/fad

Håndklæder

Vandflaske

Sprayflaske

1 stk. aluminiumstæppe pr. 4 deltagere.