

# Uddannelsesplan

## Førstehjælp ved skader på bevægeapparatet inkl. hovedskader

Varighed 90 minutter

Juli 2016



Dansk Førstehjælpsråd

---

Dansk Førstehjælpsråds medlemsorganisationer:



---

Samarbejdsorganisationer:



## Uddannelsesplan for Førstehjælp ved skader på bevægeapparatet inkl. hovedskader.

Varighed: 1,5 time (90 minutter)

### Samlet Kompetencemål

Deltageren kan handle hensigtsmæssigt ved skader på bevægeapparatet samt ved hovedskader.

Deltageren kan vurdere hvornår der skal tilkaldes hjælp, henvises til læge/skadestue eller behandlingen kan afsluttes af førstehjælperen.

#### Det centrale indhold på uddannelsen

- Førstehjælp ved skader på bevægeapparatet
  - Knoglebrud
  - Ledskred
  - Forstuvninger
  - Brud på hofte og/eller bækken
- Førstehjælp ved hovedskader
  - Hjernerystelse
  - Åbent og lukket kraniebrud
  - Blødning mellem hjerne og kranie
- Praksisnære scenarier med hovedvægten lagt på træning af genkendelse af symptomer og træning af færdigheder

**Samlet tid:**

**90 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 deltagerens 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" og evt. andre tilvalgsuddannelser som et samlet kursusforløb. Der henvises til en funktionsuddannelse vedr. sammensætningen af de to eller flere uddannelser.

Afvikles denne tilvalgsuddannelse, Førstehjælp ved skader på bevægeapparatet, som et selvstændigt kursus, skal det afvikles på 2 timer, og der tillægges dele vedr. indledning og afslutning som de er beskrevet i basisuddannelsen "Førstehjælp ved hjertestop".

## Særlige bemærkninger:

For at opnå DFR's førstehjælpskompetence eller funktionsuddannelseskompetence, skal deltageren inden for de sidste 24 måneder have gennemført mindst en af basisuddannelserne "Førstehjælp ved ulykker" eller "Førstehjælp ved hjertestop".

Basal genoplivning er ikke en del af denne uddannelse.

## Kvalitetskrav til Førstehjælp ved skader på bevægeapparatet inkl. hovedskader:

Område	Beskrivelse
<b>Instruktør</b>	Registreret hos Dansk Førstehjælpsråd og modtaget særlig information om at kurset skal gennemføres praktisk.
<b>U/V materiel</b>	Udarbejdes jf. kompetencemålene af den enkelte instruktør eller leveres af egen organisation.  Pr. 2 deltagere: 2 stk. elastikbind i passende længde og bredde, 1 stk. trekantet tørklæde, 1 stk. steril forbindelse og 2 stk. tæpper.
<b>Deltagermateriale</b>	Der skal udleveres en førstehjælpsbog/hæfte pr. deltager. DFR anbefaler, at bogen/hæftet 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.
<b>Undervisningsform</b>	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.
<b>Tid</b>	Uddannelsens varighed er altid på i alt 90 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.
<b>Deltager antal</b>	Der må maksimalt være 16 deltagere pr. registreret DFR instruktør.
<b>Bevisudstedelse</b>	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"><li>• Førstehjælp ved skader på bevægeapparatet inkl. hovedskader (1,5 timer)</li></ul>