

# Førstehjælp ved hjertestop 24/25



## Beskrivelse

På kurset bliver eleverne undervist i førstehjælpens tre hovedpunkter:

- Skab sikkerhed
- Giv førstehjælp
- Tilkald hjælp

Ungdomsskolen stiller det nødvendige udstyr til rådighed.

## Aktiviteter

Det bliver en spændende dag bestående af små oplæg, rollespil, øvelser, debat og endnu flere øvelser for at gøre undervisningen så praksisnær som mulig.

Eleverne vil få en indføring i:

- Overlevelseskæden
- Hvordan defineres hjertestop i genoplivningsproceduren
- Stabilt sideleje
- Basal genoplivning til en voksen person
- Brug af hjertestarter (AED) og overholdelse af gældende sikkerhedsregler
- Praktisk træning, øvelser/scenarier

## Forberedelse

Kontakt os, og oplys elevantal. Tal om situationer, der kan kræve førstehjælp.

For at skabe sammenhæng mellem dette forløb og elevernes læring i klasselokalet, er det en god idé at koble forløbet til et emne, I skal i gang med, er midt i eller lige har afsluttet.

Find inspiration under 'undervisningsmateriale', hvor der er linket til relevante forløb på Gyldendals portaler.

## Efterbehandling

Følg op på kurset efter noget tid, og se, om I kan huske, hvad man skal gøre.

## Formål

Formålet med forløbet er, at give eleverne viden, færdigheder og kompetence til at udøve korrekt førstehjælp ved hjertestop.

### Efter dagen kan eleverne følgende:

- Planlægge og udføre førstehjælpshandlinger ved et hjertestop, jf. overlevelseskæden og ERC-guidelines for basal genoplivning.
- Handle relevant ved unormal eller ingen vejtrækning samt ved tvivlstilfælde.
- Give basal genoplivning, med fokus på kvalitets-HLR, herunder at minimere tiden, hvor der ikke foretages HLR, på en bevidstløs voksen person uden normal vejtrækning.
- Anvende en hjertestarter/AED og har viden om, at den sundhedsfaglige person på alarmcentralen vil forsøge at henvise til - eller fremskaffe - nærmeste hjertestarter/AED.
- Kende og overholde de gældende sikkerhedsregler for brug af hjertestarteren/AED.

### Eksempler fra Fælles Mål:

#### Biologi

- Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'undersøgelse', hvor eleven kan designe, gennemføre og evaluere undersøgelser i biologi. Med særligt fokus på 'krop og sundhed'.

- Der arbejdes indenfor kompetenceområdet 'modellering', hvor eleven kan anvende og vurdere modeller i biologi. Med særligt fokus på 'krop og sundhed'.

#### Sted

På jeres skole.

#### Undervisningsmateriale

Sekundært materiale

Forløb på Gyldendals biologiportal: Hjerte, kredsløb og træning

Sekundært materiale

Forløb på Gyldendals biologiportal: Et sundhedstjek

#### Tilmelding

##### Beskrivelse af tilmeldingsprocedure

Efter 10. juni 24 har vi løbende tilmelding. I er altid velkomne til at kontakte os og høre, om der er ledige tider.

[fritid.ungdomsskolen@viborg.dk](mailto:fritid.ungdomsskolen@viborg.dk)

Tlf.nr. 21936104

##### Tilmeldingsfrist

10.06.2024

## Praktisk information

### Udbyder

Viborg Ungdomsskole

---

---

### Antal

28

Vi underviser maks. en klasse ad gangen.

### Periode

Hele året

### Yderligere oplysninger til periode

Tilbuddet gælder i skoleåret 24/25.

### Varighed

6 lektioner

Kurset varer minimum 4 timer inklusive pauser, svarende til 5-6 lektioner (ved 16 deltagere).

### Dette forløb er gratis

---

### Emneområde

Færdselslære

Sundheds- og seksualundervisning

---

### Faciliteter

- Mulighed for at spise medbragt mad
- Mulighed for toiletbesøg
- Handicapvenlige forhold

## Transporttilskud

Det er muligt at søge transporttilskud til dette forløb.

---

---

## **Kontakt udbyder**

### **Viborg Ungdomsskole**

Reberbanen 11 + 13

8800 Viborg

Tlf. 87871900