

 NORDKAPP KOMPETANSE OG SIKKERHETSSENTER				Dok.id.: .02.01.5.18
Prosedyre ved praktiske førstehjelpsøvelser				Prosedyre
Utgave: 4.00	Skrevet av: Tone Pedersen	Gjelder fra: 13.03.2026	Godkjent av: Kjell Åge Meyer	Side: 1 av 1

Definisjon

Prosedyren gir retningslinjer for gjennomføring av praktiske øvelser i førstehjelp.

Formål

Forebygge at personskader inntreffer på praktiske øvelser i førstehjelp, og prosedyre for tiltak ved uønskete hendelser (akutt skade eller sykdom).

Målgruppe

Alle kursdeltakere som deltar på førstehjelpsmoduler.

Beskrivelse

Gjennomføring av praktiske førstehjelpsøvelser:

- Minimum 1 instruktør til stede på praktiske øvelser
- Ved øvelser ute skal det gjøres en vurdering i forkant med tanke på markørenes og kursdeltakernes sikkerhet. Ved fare for hypotermi skal markør være tilstrekkelig kledd, og underlag skal benyttes dersom markøren skal oppholde seg på bakke/annet kaldt underlag.
- Hvis markøren skal transporteres på bære, skal man sikre at det er tilstrekkelig med personell (minimum 4 stk) til å utføre oppdraget. Instruktør skal sikre at markør er stropet tilstrekkelig fast på bære. Det skal ikke utføres transport med bære dersom det er svært glatt ute på øvingsfeltet.
- Bære skal ikke transporteres mellom kai og båt uten bruk av landgang.
- Ved praktisk øving der hud skal perforeres (perifer venekanylering og glukosemåling) skal prosedyren være nøye gjennomgått i forkant. Det skal være minimum 1 instruktør per 4 deltakere. Deltakere som ikke ønsker å stikke eller bli stukket, får øve på øvingsobjekter.
- Subcutan og intramuskulær injeksjon gjøres kun på øvingsobjekter.

Ved uhell, akutt skade eller sykdom skal instruktør som er medisinsk personell vurdere alvorlighetsgrad og varsle deretter etter standard prosedyre, 116 117 eller 113.

Kryssreferanser

[.02.01.5.29](#)

[Prosedyre for gjennomføring av kanylehåndtering](#)

[.02.01.5.30](#)

[Prosedyre for bruk av Sim Man ALS](#)

[.02.01.5.31](#)

[Prosedyre for håndtering av bære](#)

[.02.01.6.3.5](#)

[Overordnet prosedyre gjennomføring av praktiske øvelser](#)

[.02.01.6.3.6](#)

[Prosedyre for utilsiktede hendelser og personskader](#)

Eksterne referanser

[36 8.1 Gjennomføring og kontroll av aktiviteter](#)