

Krav

Der er i Danmark:

- Ingen lovmæssige krav til at have uddannede førstehjælpere på arbejdspladserne
- Ingen forpligtigelse hos arbejdsgiverne til at uddanne sine medarbejdere som førstehjælpere



Gode råd

- Arbejdsgivere kan med fordel fastlægge egne retningslinjer for førstehjælpere, og her er det relevant at følge en række anbefalinger.
- I Danmark udstikkes officielle retningslinjer af Dansk Førstehjælpsråd, som er en paraplyorganisation, der udfærdiger retningslinjer, uddannelser og materialer på førstehjælpsområdet.
- Dansk Førstehjælpsråd angiver 2 basisuddannelser med relevans for mejeriindustrien: Førstehjælp ved hjertestop (4 timer) og Førstehjælp ved ulykker (2 timer)
- Dansk Førstehjælpsråd anbefaler, at førstehjælperne gennemfører opdateringsuddannelser med maksimalt 2 års interval
- Det anbefales at have regelmæssige korte genopfriskninger som relevant supplement til de anbefalede uddannelser og beredskabsøvelser, så lokale og specifikke forhold er friske i medarbejdernes hukommelse.
- Sundhedsstyrelsen anbefaler, at hjertestartere fortrinsvis opsættes i hjertestarterskabe udendørs i det offentlige rum, hvor de kan være tilgængelige 24 timer i døgnet. Hjertestartere kan med stor fordel registreres i TrygFonden, så de kommer på et landkort på hjemmesiden hjertestarter.dk og bliver tilgængelig - også for 112.
- Sikre jer, at der altid er uddannet personale til stede på arbejdspladsen, og at medarbejdere er bekendte med, hvem der er uddannet førstehjælpere.
- Egne retningslinjer kan bl.a. også omhandle: modtagelse af ambulance/redning og synlighedstøj i den forbindelse, håndtering af hjerteløbere, træning af kommunikation i støjfyldte områder, debriefing, psykologisk krisehjælp til førstehjælpere, tilskuere, alene arbejde m.fl.
- Der er god professionel rådgivning, hvor man hurtigt og effektivt kan få hjælp ved kemiske uheld og forgiftningsuheld. Kontakt giftlinjen på Bispebjerg Hospitals hjemmeside eller på telefon 82 12 12 12.

Regler og praksis

- Arbejdsgiver er forpligtiget til at instruere sine medarbejdere, så de ved et uheld eller en ulykke - fysisk eller psykisk - til enhver tid kan agere og informere korrekt i forhold til en skadelidt.
- Dette vil typisk bestå af en beredskabsplan, tydeligt placeret information på arbejdspladsen samt regelmæssig træning af medarbejderne heri.

Førstehjælpens hovedpunkter

1. Skab sikkerhed (- for dig selv, skadelidte og omgivelserne / stop og begræns ulykken).
2. Vurder personen (-tjek bevidsthedstilstanden / "tal-riv-rusk").
3. Tilkald hjælp (-ring 112 og følg anvisningerne fra fagpersonen).
4. Giv førstehjælp (-fx hjerte-lungeredning, hjertestarter, skab ro og tryghed etc.).

Relevante links

- Dansk Førstehjælpsråd
- Giftlinjen på Bispebjerg Hospitals hjemmeside
- TrygFondens hjemmeside hjertestarter.dk.
- BAU Jord til Bord, Mejeriindustriens Faktaark om Psykisk kriseplan (beredskab) og Alenearbejde