

Publisert: 2023-03-27

Språk: Norsk

Førstehjelp i industrien

First aid in the industrial sector

ICS: 11.160

Opphavsrettsbeskyttet dokument

Med mindre annet er angitt, kan ingen del av dette dokumentet reproduseres eller brukes i noen form eller på noen måte uten at skriftlig tillatelse er innhentet på forhånd. Dette inkluderer kopiering og elektronisk bruk, som publisering på internett eller et intranett. Enhver gjengivelse som strider mot dette, kan føre til beslagleggelse, erstatningsansvar og/eller rettslig forfølgelse. Forespørsel om gjengivelse rettes til Standard Online AS.

Innhold	Side
Forord	v
Orientering	vi
0.1 Bakgrunn	vi
0.2 Beredskap for å ivareta ansatte som har vært i en førstehjelpssituasjon	vi
1 Omfang	1
2 Normative referanser	1
3 Termer og definisjoner	1
4 Regelverk og HMS-arbeid i industri	1
5 Risikobilde i industrien	2
5.1 Statistikk og kilder for informasjon og analyse	2
5.2 Skadebilde i industri	3
5.3 Vurderte skadesituasjoner i industri	4
6 Risikovurdering	5
7 Skader i industri	5
7.1 Generelt	5
7.2 Klemskader	5
7.3 Slag, støt, treff av gjenstand	5
7.4 Tap av legemsdel	5
7.5 Fallskader	5
7.6 Kuttskader	5
7.7 Stikkskader	5
7.8 Brannskader	6
7.9 Elektriske skader	6
7.10 Eksplosjon	6
7.11 Kjemikalieeksponering, forgiftning	6
7.12 Øyeskader	6
7.13 Nedkjøling	6
7.14 Ovetråkk	6
8 Sykdomstilstander	6
9 Kompetansekrav for førstehjelper i industri	6
9.1 Generelle prinsipper for førstehjelp	6
9.2 Førstehjelp i Norge - Bakgrunnskunnskap	7
9.3 Egensikkerhet	7
9.4 Varsling til 113	7
9.5 Annen varsling	7
9.6 Skadestedsledelse og samarbeid med andre	7
9.7 Frigjøring og forflytning av skadet person	8
9.8 Undersøkelse av alvorlig skadet eller syk person	8

10	Læringsmål	9
11	Krav til opplæring	10
	Tillegg A (informativt) Eksempler på utstyr til førstehjelp	11
	Litteratur	14

Forord

SN-NSPEK 10504:2023 ble fastsatt 2023-03-27

SN-NSPEK 10504:2023 erstatter SN-NSPEK 10504:2022.

Dette dokumentet er utarbeidet av arbeidsgruppen for industri under komité SN/K 598 *Førstehjelp i arbeidslivet*. Arbeidsgruppen har vært sammensatt av bransjerepresentanter, myndigheter og tilbydere av opplæring innen førstehjelp med medlemmer fra følgende virksomheter

Komiténavn med medlemmer fra følgende virksomheter:

Dyneas AS

Elkem AS

Glencore nikkelverk AS

Norges Røde Kors

Næringslivets sikkerhetsorganisasjon

Norsk Industris HMS-utvalg

Norsk Førstehjelpsråd

SN-NSPEK 10504:2023 inngår i en serie av dokumenter med fellestittel *Førstehjelp i arbeidslivet*. Oversikt over alle dokumentene finnes på www.standard.no.

Orientering

0.1 Bakgrunn

Norsk spesifikasjon for førstehjelp i industri er utarbeidet på oppdrag fra Helsedirektoratet og er en satsning innenfor den nasjonale førstehjelpsdugnaden «Sammen redder vi liv» [1].

I satsingen inngår arbeidet med å utvikle bransjevise spesifikasjoner for førstehjelp. Dette er spesifikasjoner som skal bidra til å bedre kvaliteten på den opplæringen av førstehjelp som norske virksomheter gir.

Dokumentene vil være nyttige for arbeidsgivere, arbeidstagere og leverandører av kurs og kompetanse innen førstehjelp.

0.2 Beredskap for å ivareta ansatte som har vært i en førstehjelpssituasjon

Alle virksomheter bør ha beredskap for å ta vare på ansatte som har vært i en førstehjelpssituasjon. Hvis virksomheten ikke kan gi tilstrekkelig oppfølging, kan personer henvises til helseforetakenes oppfølging av førstehjelpere, telefon 02415. Mer informasjon: www.sus.no/rakos-forstehjelp [2].

Litteraturlisten angir standarder, normer, lover, forskrifter og annen litteratur som kan være relevant i forbindelse med bruken av dette dokumentet.

Normativ tekst inneholder standardens krav. Informativ tekst er kun veiledning til leseren. All tekst i forord, orientering og merknader er informativ tekst. Begrepsmerknader i [punkt 3](#) og eventuelle tillegg i dokumentet kan være enten normative eller informative.

Førstehjelp i industrien

1 Omfang

Dette dokumentet gir en spesifikasjon av førstehjelpskompetanse for arbeidstakere i industri.

Utvalget av områder for førstehjelp skal fungere som veiledning for de som skal gjennomføre opplæring og med det bidra til å øke kompetanse om førstehjelp i arbeidslivet.

Spesifikasjonen kan også benyttes av andre sektorer og virksomheter som skal gjennomføre opplæring. For detaljer om teknikker og metoder vises det til [SN-NSPEK 10501:2023](#).

2 Normative referanser

Følgende refererte dokumenter inneholder tekst som helt eller delvis inngår i kravene i dette dokumentet. For daterte referanser gjelder kun den angitte utgaven. For udaterte referanser gjelder den nyeste utgaven av det refererte dokumentet (med eventuelle endringsblad). Andre anerkjente standarder kan brukes forutsatt at det kan dokumenteres at de minst tilfredsstiller kravene i standardene som det vises til.

SN-NSPEK 10501:2023, *Førstehjelp i arbeidslivet*

3 Termer og definisjoner

Det er ingen termer og definisjoner i dette dokumentet.

Standard Norge har en terminologisk database til bruk ved standardisering, som er tilgjengelig på www.standard.no.

4 Regelverk og HMS-arbeid i industri

For industri gjelder mange ulike forskrifter som dekker sikkerhet, HMS, beredskap og bruk av utstyr. Disse skal bidra til å gi grunnlag for trygt og sikkert arbeid, og påvirker hvordan virksomhetene sørger for trygge forhold.

For å sikre ansatt et trygt og godt arbeidsmiljø skal arbeidsgiver kartlegge farer og problemer knyttet til arbeidet og iverksette nødvendig tiltak for å redusere eller fjerne dem.

Ansatte skal gjøres kjent med ulykkes- og helsefare som kan være forbundet med arbeidet og at arbeidstaker har krav på å få den opplæring, øvelse og instruksjon som er nødvendig.

For opplæring i førstehjelp er det viktig at virksomhetene er kjent med hvilke krav som stilles og at risikovurderingen gjøres med god kvalitet og til riktig tid.

Gjennom systematisk HMS- arbeid skal arbeidsgiver sørge for at arbeidsmiljøet er fullt forsvarlig og i tråd med kravene i arbeidsmiljøloven med tilhørende forskrifter. Nedenfor følger eksempler på lov og regulering som virksomhetene bør legge til grunn.

— Arbeidsmiljøloven [\[3\]](#):

- § 4-1 Generelle krav til arbeidsmiljøet
- § 4-4 Krav til det fysiske arbeidsmiljøet

- § 4-5 Særlig om kjemiske og biologiske helsefare
- Straffeloven § 287 [\[4\]](#)
- Forskrift om industrivern [\[5\]](#)
- Forskrift om systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid i virksomheter (internkontrollforskriften) [\[6\]](#)
- Forskrift om organisering, ledelse og medvirkning [\[7\]](#):
 - § 8-1 Gjennomgående krav
 - § 10-1 Planlegging og tilrettelegging av arbeidet
- Forskrift om utforming og innretning av arbeidsplasser og arbeidslokaler (arbeidsplassforskriften) [\[8\]](#)
 - § 3-10 Førstehjelpsrom og førstehjelpsutstyr

5 Risikobilde i industrien

5.1 Statistikk og kilder for informasjon og analyse

Det er ulike kilder for statistikk og analyser av dødsfall og skader i industri. Noen av disse er:

- NAV
- Helsevesenet
- SSB
- STAMI
- Arbeidstilsynet.

Arbeidstilsynets Kompassrapport nr 3/2020 [\[9\]](#) analyserer arbeidsskadedødsfall i industrien for perioden 2014-2019. Antall dødsfall pr år ligger på 4, som i tidligere år. I [figur 1](#) nedenfor gjengis antall dødsfall fordelt etter ulykkestype.

Maskiner og utstyr involvert i typer ulykker.

Ulykketype	Maskiner og utstyr	Antall ulykker
Tilfeller av å bli klemt/fanget	Dreiemaskin, heiseanordning, maskin for produksjon av betong element, presse	4
Kollisjon mellom person og kjøretøy	Truck, hjullaster	3
Ulykke med kjøretøy i bevegelse	Traktor med påmontert utstyr, betongbil, varebil	3
Brann	Smelteovn, ukjent	2
Truffet av fallende gjenstander, annet enn fra kraner	Truck med påmontert løfteutstyr, gravemaskin	2
Truffet av bevegelige deler på en maskin	Lastebilkran, palleteringsmaskin	2
Fall fra høyde (annet enn stige og stillas)	Ikke utstyr involvert	1
Truffet av flyvende gjenstander	Dreiermaskin	1
Ukjent	Ukjent	1
Annet (forgiftning)	Ikke utstyr involvert (kjemikalier)	1
Sum		20

Figur 1 — Tabell 14 fra Kompassrapport 3/20, med oversikt over antall dødsfall fordelt på ulykketype for 2014-2019

Det er verdt å merke seg at arbeidstakere eldre enn 55 år, er mer utsatt enn andre aldersgrupper.

Rapporten [9] dekker ikke andre skader, men det er ikke urimelig å anta at de samme ulykketypeene er til stede i skadestatistikken.

5.2 Skadebilde i industri

Antall dødsulykker fordelt etter skadetyper er grafisk vist i [tabell 1](#) nedenfor.

Tabell 1 — 11343: Rapporterte arbeidsulykker, etter næring, type arbeidsulykke, statistikkvariabel og år

10-33 Industri							
Rapporterte arbeidsulykker / år	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Ukjent	936	323	292	275	330	355	377
Støt/treff av gjenstand	531	574	545	551	501	472	552
Sammenstøt/påkjørsel	68	74	73	63	57	46	53
Velt	20	22	32	31	27	27	33
Klemt/fanget	305	291	291	280	277	264	314
Fall	390	434	397	415	410	358	423
Stukket/kuttet av gjenstand	400	425	377	382	329	375	357
Elektrisk spenning	72	73	50	57	67	60	76
Høy/lav temperatur	45	58	45	54	49	50	50
Kjemikalier	71	65	82	74	69	72	67
Eksplisjon/sprengning/brann	12	17	28	20	16	10	12
Trusler om vold	3	5	8	12	26	15	17
Påført voldsskade	5	5	4	6	2	2	6
Annet	287	301	277	284	228	195	208

Tabellen [tabell 1](#) er hentet fra SSBs statistikk 11343 [\[10\]](#). Den gir en oversikt over rapporterte skader, og er med det en informasjonskilde for den som skal gjøre en risikovurdering i en virksomhet.

5.3 Vurderte skadesituasjoner i industri

Etter vurdering peker arbeidsgruppen på de følgende skader som hyppig forekommende:

- Klemskade
- Slag/støt/treff av gjenstand
- Tap av lemedel
- Fallskade
- Kuttskade
- Stikkskade
- Brannskade
- Elektrisk skade
- Eksplisjon
- Kjemikalieeksponering/forgiftning
- Øyeskade
- Nedkjøling
- Overtråkk

Listen benyttes som innspill til risikovurdering i den enkelte virksomhet eller for det enkelte prosjekt.

6 Risikovurdering

Den enkelte virksomhet skal utføre risikovurdering av arbeidet. Risikovurderingen skal gi en prioritering av hvilken førstehjelpsopplæring som skal gis til de som skal utføre arbeid eller på annen måte blir eksponert for risiko.

7 Skader i industri

7.1 Generelt

Skadetyperne gir ulike skader. Nedenfor er det beskrevet hvilke skader en person kan få fra de ulike skadetyperne.

7.2 Klemskader

Klemskader kan ha mange årsaker. Bruk av kjøretøy eller bevegelige maskiner og utstyr innebærer risiko for å få klemskader. Klemskader kan også forårsakes av fallende gjenstander eller gjenstander i bevegelse.

Skadene kan omfatte hodeskader, brudd skader, indre og ytre blødninger. Det er viktig å vurdere situasjonen og skadestedet ut fra risiko for ytterligere skade og behovet for å få løs den skadede.

7.3 Slag, støt, treff av gjenstand

Å bli truffet av en gjenstand kan gi bruddskader, hodeskader og ytre og indre blødninger.

7.4 Tap av lemsdel

Kuttskader eller skader med høy energi kan føre til amputasjon eller avrivning av kroppsdeler. Dette kan gi store ytre og indre blødninger, bruddskader og tap av bevissthet.

7.5 Fallskader

På en industriarbeidsplass er det ofte mye utstyr plassert i samme område. Faren er stor for at man kan snuble eller falle over utstyr som ikke er merket eller satt utenfor oppmerkede områder. I tillegg skjer mye arbeid i høyden. Fall kan gi dødelig utgang eller alvorlige skader som resultat, selv fra lav høyde. Skadebildet fra fall kan være brudd eller knuste knokler, indre og ytre blødninger, hodeskader, stans i åndedrett og bevisstløshet.

Personer som faller mens de benytter sikringsutstyr, kan få et skadebilde forårsaket av utstyret de benytter, gjerne seler eller sikringsutstyr festet til kroppen. Det kan gi skader som hengttraume, indre vevskader, blødninger og brudd i tillegg til fallskadene over.

Bruk av verneutstyr er ment å redusere risiko og skadeomfang, og påvirker skadebildet når det skjer en ulykke. Det er derfor viktig å kunne redegjøre for hvilket utstyr som ble benyttet for å bistå nødetatene i deres vurdering av oppståtte skader.

7.6 Kuttskader

Bruk av utstyr, maskiner og verktøy kan gi kuttskader som indre og ytre blødninger og amputerte lemsdeler.

7.7 Stikkskader

Stikkskader kan gi ytre og indre blødninger. Det kan være fallende gjenstander eller et fall som i sin tur gir stikkskade. Bruk av utstyr og maskiner kan også forårsake stikkskader. Vær oppmerksom på at fremmedlegeme kan sitte igjen i kroppen

7.8 Brannskader

Brannskader gir hudskader og inhalasjonsskader (skade i luftveiene pga. inhalasjon av røyk og varme gasser).

7.9 Elektriske skader

Håndtering av elektrisitet gir også risiko for skader. Elektriske skader kan ha form av ytre brannskader, men det kan også gi indre brannskader og hjerterytmeforstyrrelse.

7.10 Eksplosjon

Eksplosjonsskader er høyenergiskade som kan gi bruddskader, indre og ytre blødninger, svikt i åndedrett og bevisstløshet, avrevne lemmer og brannskader.

7.11 Kjemikalieeksponering, forgiftning

Uhell og ulykker med håndtering av kjemiske materialer og stoffer kan gi alvorlige skader. Virksomheter som håndterer og bruker kjemikalier, skal ha rutiner og prosedyrer for å kunne gi rask og riktig førstehjelp for skadelig eksponering.

Dette kan være skader som oksygenmangel, inhalasjonsskader, forgiftning og hudskader, både for tørr hud og våte slimhinner i øyne, munn og svelg.

7.12 Øyeskader

Fremmedlegemer på øyet kan skade øyets strukturer, i tillegg er det fare for etseskader ved kjemikalier direkte på øyet ved direkte kontakt eller i form av gass.

Partikler, støv og pulver av ulik sammensetning kan også gi ulike etseskader på øyne.

7.13 Nedkjøling

Hypotermi er redusert kroppstemperatur som fører til en rekke endringer i kroppens fysiolog. Kroppstemperaturen synker når kroppen mister mer varme enn den klarer å produsere selv. Dette kan skje ved at en person faller i vannet, blir liggende ute i kulden eller er for dårlig kledd for forholdene.

Lokale frostskaader kan oppstå ved eksponering mot gass (kryogenskade).

7.14 Ovetråkk

I et industriområde er underlaget man beveger seg på ujevnt. I tillegg til risiko for å falle er det en risiko for overtråkk. Den ansatte kan ved slike uhell overbelaste ben, ankel og fot. Skaden er ikke dødelig, men hyppig forekommende.

8 Sykdomstilstander

Se [SN-NSPEK 10501:2023](#).

9 Kompetansekrav for førstehjelper i industri

9.1 Generelle prinsipper for førstehjelp

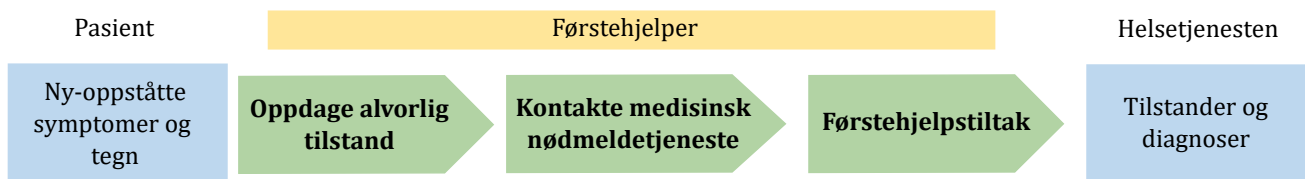
Førstehjelp består av tre deler:

- 1) Oppdage alvorlig tilstand: Den første oppgaven til en førstehjelper er å oppdage en alvorlig tilstand og skaffe hjelp. Førstehjelperen skal ikke selv vurdere alvorlighetsgraden. Det gjøres av nødmeldetjenesten.

Alle bør kunne gjenkjenne fare for liv og helse:

EKSEMPEL Hjertestans/brystmerter, bevisstløshet, ufri luftvei, hjerneslag, alvorlige skader.

- 2) Tidlig melding til medisinsk nødtelefon 113: Kontakt 113 i alvorlige eller potensielt alvorlige tilfeller. 113 har ansvar for å kartlegge situasjonen sammen med innringer, og veileder innringer i førstehjelp. Førstehjelp gjøres ofte i et samarbeid mellom innringer (førstehjelper) og 113.
- 3) Utføre førstehjelp med veiledning fra 113: Medisinsk nødtelefon er trent i å veilede over telefon. Av og til bruker de også videooverføring fra innringers mobiltelefon. Førstehjelp gjøres helst i samarbeid med 113. Parallelt med veiledning vil de sende ut nødvendige ressurser (for eksempel ambulanse og/eller lege).



Figur 2 — Førstehjelperens rolle i samspillet mellom skadet eller syk person og helsetjenesten

9.2 Førstehjelp i Norge - Bakgrunnskunnskap

Med stort innslag av utenlandske statsborgere i bransjen bør arbeidsgivere vurdere behovet for opplæring innenfor hvordan det norske samfunnet har organisert førstehjelp og hvilke barrierer manglende forståelse av dette kan skape. Dersom en førstehjelper ikke har lovlig opphold i Norge, kan frykten for egen situasjon påvirke varsling til nødetatene eller at vedkommende ikke yter førstehjelp. Frykt for økonomiske konsekvenser kan ha samme effekt.

9.3 Egensikkerhet

I industri er det viktig med god opplæring i sikkerhet. Alle ansatte skal gjøre vurderinger av arbeidsoppgavene opp mot risiko og sikkerhet. Sikker Jobbanalyse er et verktøy for å gjøre dette.

Ved en ulykke er det viktig at førstehjelper vurderer sin egen sikkerhet og at situasjonen forandres hvis førstehjelper selv kan bli utsatt for høy risiko.

9.4 Varsling til 113

Kontakt 113 så tidlig som mulig. 113 gir bistand til førstehjelper og bringer ressurser inn til den som trenger det.

9.5 Annen varsling

Etter at nødetatene er varslet og den skadde/syke er tatt hånd om, varsles det videre i henhold til virksomhetens/enhetens varslingsplan. Varslingsplanen skal gjøres godt kjent for alle som jobber i enheten.

Virksomhetens opplæring i førstehjelp skal koordineres med virksomhetens varslingsrutiner.

9.6 Skadestedsledelse og samarbeid med andre

Ferdigheter og trening innenfor skadestedsledelse bør vurderes som tema for opplæring i førstehjelp eller gjennom beredskapsøvelser. Skadesituasjoner eller ulykker som inneholder potensielt flere skadde vil stille førstehjelper overfor utfordringer med å vurdere, prioritere og kanskje administrere førstehjelp i et annet omfang enn selv å skulle gi førstehjelp.

9.7 Frigjøring og forflytning av skadet person

Se [SN-NSPEK 10501:2023](#).

9.8 Undersøkelse av alvorlig skadet eller syk person

Se [SN-NSPEK 10501:2023](#).

10 Læringsmål

Tabell 2 — Oversikt over læringsmål for kompetanseområdene

Generelle prinsipper for førstehjelp	Kjenne til systemet for akutt helsehjelp i Norge
Bakgrunns-kunnskap	Kjenne plikter og rettigheter knyttet til førstehjelp – både mot det offentlige og i egen bedrift/virksomhet
Egensikkerhet	Gjøre riktig vurdering av egensikkerhet i en ulykkessituasjon
Varsling	Kjenne 113 og riktig varsling på stedet
Skadestedsledelse	Kunne vurdere en situasjon og delegere roller og oppgaver til andre
Frigjøre og flytte skadet person	Kunne vurdere nødvendigheten av frigjøring/forflytning av den skadde opp imot muligheten til å gi akutt førstehjelp. Spesielt viktig ved fall i sikringsutstyr
Undersøkelse av skadet person	Kunne gjøre en god undersøkelse av skadet person
Ingen pust eller blokkerte luftveier	Undersøkelse av åndedrett, åpne for frie luftveier, HLR
Livløs person (bevisstløs, puster ikke normalt)	Hjertekompresjoner og innblåsninger munn til munn
Bevisstløshet	Legge skadet person i sideleie og overvåke pust
Hodeskade	Alle hodeskader skal behandles av lege. Overvåke bevissthet
Ytre blødning	Gi direkte trykk og holde blødende område høyt. Anvende kompress eller trykkbandasje.
Nedkjøling	Kjenne til at varmetap forverrer annen tilstand og kjenne til nedkjølingsmekanismer. Stoppe eller hindre varmetap for den skadede personen
Indre blødning	La den skadede være mest mulig i ro. Sørg for å holde den skadede varm
Bruddskade	La den skadede ligge rolig. Dekk åpne sår. Støtt evt. opp med sammenrullede klesplagg, tepper, puter e.l. for å stabilisere bruddstedet. Sørg for å holde den skadede varm
Amputert kroppsdell	Stoppe blødning og oppbevare legemsdel i ren pose med sterile saltvannskompresser. Legemsdel skal sendes med den skadde til sykehus
Stikkskade	Stanse blødning. Ikke fjerne fremmedlegeme
Kuttskade	Stanse blødning
Brannskade	Kjøle ned i lunket vann i minimum 20 min eller bruk brannbandasje som dekker skaden
Elektrisk skade	Skadet person utsatt for strømskade skal ha legetilsyn ved strømgjennomgang eller lysbue. Evt. brannskader kjøles ned eller dekkes med brannbandasje. Se strømulykke.no [11]
Kjemisk skade, Øyeskade:	Rask og umiddelbar langvarig skylling og skylling også under transport. Alle øyehendelser skal alltid vurderes av lege.
Hudskade	Kjemikalieeksponering på hud skal gis rask og langvarig skylling. Slike skader skal også vurderes av lege
Kryogenskade	Overflatisk frostskaade kan varmes opp på stedet med hud-mot-hud kontakt. Alvorlig/dyp frostskaade må henvises til sykehus for behandling
Overtråkk	Kjøle ned, bandasjere, holde høyt

I [tabell 2](#) vises en oversikt over læringsmål for kompetanseområdene. Beskrivelsene benyttes i utforming og gjennomføring av opplæring i førstehjelp.

11 Krav til opplæring

Opplæring i førstehjelp skal følge gjeldene faglige anbefalinger fra etablerte medisinske fagmiljøer. Utformingen og gjennomføringen av opplæring skal ta hensyn til den enkeltes språkkompetanse (norskkunnskaper), helsekompetanse, digital kompetanse og kunnskap om norske samfunnsforhold.

Ved bruk av instruktører skal instruktør ha realkompetanse – både teori og erfaring. Samt instruktørkompetanse, eller pedagogisk kompetanse.

Opplæring skal bestå av instruksjoner og personlig trening med veiledning. Det er viktig at instruktør påser at alle deltagere gjennomfører treningen. Det anbefales derfor maks 16 kursdeltakere per instruktør.

Opplæringen bør gis under så virkelighetsnære forhold som praktisk mulig. Opplæringen skal også ta i bruk det utstyret arbeidsgiver eventuelt har anskaffet.

Instruktør skal vurdere egen kompetanse for å gjennomføre opplæringen iht konkret spesifisering fra arbeidsgiver. Dette inkluderer det utstyret som inngår i treningen.

Instruktør skal gi arbeidsgiver tydelig tilbakemelding på hvordan instruktørens kompetanse dekker det spesifikke utstyret som inngår i opplæringen.

Ved annen type opplæring (eksempel elektronisk opplæring) skal arbeidsgiver vurdere læringseffekten opp mot instruktørledede kurs.

Tillegg A
(informativt)

Eksempler på utstyr til førstehjelp

Eksempel på førstehjelpsskrin	antall
Bandasje 8 x 50 cm	1
Bandasjetape 1,25 x cm x 10 m	1
Brannskadegele	5
Enkeltmannspakke 12 cm	1
Hansker, Nitril, pk a 2	6
Ispose, stor	1
Kompress, steril 10 cm x 10 cm	2
Kompress, steril 10 cm x 20 cm	2
Munn til munmmaske	1
Pinsett 8 cm	1
Redningsfolie 180 cm x 220 cm	1
Saks, stor, 19 cm	1
Sårvaskeserviett, pk a 10	1
Øyebadevann, øyeskyllevann, ampulle 30 ml	5

Eksempel på stor førstehjelpskoffert	antall
Brannbandasje 10 cm x 10 cm	5
Branngele, 4 g, pk a 3	1
Elastisk støtte- og avlastningsbind 8 cm x 5 m	2
Enkeltmannspakke 12 cm	4
Enkeltmannspakke 18 cm	4
Fingerbandasje	1
Førstehjelpsfolder	1
Gas tupfer sterile pakke a 5	1
Gasbind, elastisk, 7,5 cm x 4 m	4
Hansker, Nitril, pk a 2	4
Ispose, stor	1
Kompress, steril 10 cm x 10 cm	5
Kompress, absorberende, 20 cm x 20 cm	3
Munn til munnmaske	5
Pinsett 8 cm	1
Plasterkompress 10 cm x 12 cm	5
Plasterkompress 6 cm x 8,5 cm	5
Plasterstrips	25
Plastertape	1
Redningsfolie 180 cm x 220 cm	3
Saks, stor, 19 cm	1
Sikkerhetsnåler	10
Sårvaskeserviett, pk a 10	1
Trekanttørkle	1
Øyeskyllebeger 15 ml	2
Øyebadevann, øyeskyllevann, ampulle 30 ml	5
Øyeskyllevæske 500 ml	2

Eksempel på stor brannkoffert	antall
Brannbandasje 10 cm x 10 cm	5
Brannbandasje, ansikt, 30 cm x 40 cm	1
Branngel, 4 g, pk a 3	5
Elastisk støtte- og avlastningsbind 8 cm x 5 m	2
Førstehjelpsfolder	1
Gasbind, elastisk, 7,5 cm x 4 m	5
Hansker, Nitril, pk a 2	4
Kompress, steril 10 cm x 10 cm	5
Plastertape med dispenser	1
Sårvaskeserviett, pk a 10	1

Litteratur

- [1] Sammen redder vi liv: <https://www.helsedirektoratet.no/om-oss/organisasjon/rad-og-utvalg/sammen-redder-vi-liv#rapporterogstrategier>
- [2] RAKOS: <https://helse-stavanger.no/fag-og-forskning/kompetansetjenester/regionalt-akuttmedisinsk-kompetansesenter-i-helse-vest-rakos/prosjekter/forstehjelpere>
- [3] Arbeidsmiljøloven: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-62?q=arbeidsmilj%C3%B8loven>
- [4] Straffeloven §287: https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-05-20-28/KAPITTEL_2-10#%C2%A7287
- [5] Forskrift om industrivern: <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2011-12-20-1434?q=industrivern>
- [6] Internkontrollforskriften: <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1996-12-06-1127?q=internkontrollforskriften>
- [7] Internkontrollforskriften: <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1996-12-06-1127?q=internkontrollforskriften>
- [8] Arbeidsplassforskriften: <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2011-12-06-1356?q=arbeidsplassforskriften>
- [9] Arbeidstilsynets kompassrapporter: <https://www.arbeidstilsynet.no/om-oss/forskning-og-rapporter/kompass-tema-rapporter/>
- [10] Statistisk sentralbyrå rapport 11343: 10-33 Industri: rapporterte arbeidsulykker: <https://www.ssb.no/statbank/table/11343/tableViewLayout1/>
- [11] <https://www.nelfo.no/hms/stromulykke/>

- Norsk Standard fastsettes av Standard Norge og er varemerkebeskyttet.
- Andre leveranser fra Standard Norge, som tekniske spesifikasjoner, workshopavtaler og veiledninger, utgis etter ferdigstilling uten formell fastsetting.
- Standard Norge kan gi opplysninger om innholdet og svare på faglige spørsmål.
- Spørsmål om gjengivelse rettes til Standard Online AS.
- Inntektene fra salg av standarder utgjør en stor og avgjørende del av finansieringen av standardiseringsarbeidet i Norge.
- Mer informasjon om standardisering, standarder, kurs og andre produkter finnes på www.standard.no.

Standard Norge
Postboks 242
1326 Lysaker

Telefon 67 83 86 00

info@standard.no
www.standard.no

Standard Online AS
Postboks 252
1326 Lysaker

Telefon 67 83 87 00

salg@standard.no
www.standard.no

Besøksadresse:

Lilleakerveien 2A
0283 Oslo