

**KRIS &
HJÄRTA****KIDS
SAVE
LIVES****VI HJÄRTSÄKRAR
SVERIGE**

Kris & Hjärta följer riktlinjer enligt HLR rådet, är med i branschrådet för hjärtstartare i Sverige och sponsrar årligen Hjärtlungfonden. Kris & Hjärta har under många utbildat lärare och andra inom skolan till att bli instruktörer inom hjärtlungräddning.

Våra utbildare är sjuksköterskor och huvudinstruktörer.

HLR (Hjärtlungräddning) i skolan

För att fler ska kunna ingripa vid ett oväntat hjärtstopp behöver undervisningen i hjärtlungräddning bli bättre i skolan, kvaliteten är varierande enligt HLR rådet.

Är du idrottslärare, skolsköterska eller rektor med ansvar för hjärtlungräddningsutbildning på skolan, boka ett möte med Kris & Hjärta. Vi har enligt HLR rådets riktlinjer tagit fram en tydlig och enkel plan för hur skolor ska genomföra utbildning i HLR. Skolan blir självgående och kan utbilda både personal och elever utan att det tar för mycket tid från skolsköterskans eller idrottslärarens övriga uppdrag. Tillsammans med skolan tar vi fram en plan för skolans HLR utbildningar, med syfte att kvalitetssäkra HLR på skolan. I utbildningskonceptet ingår det förebyggande arbetet med hur man kartlägger risker i skolans närmiljö och genomför riskbedömningar.

Läroplanens riktlinjer i att hantera nödsituationer

Läroplanen Lgr11 anger i ämnet Idrott och hälsa att *"undervisningen ska bidra till att eleverna utvecklar kunskaper om risker och säkerhetsfaktorer i samband med fysiska aktiviteter och hur man agerar i nödsituationer"*. HLR och första hjälpen är en del i att kunna hantera nödsituationer.

Flera vetenskapliga studier visar att tidig HLR (hjärtlungräddning) ökar chansen till överlevnad 2-3 gånger, jämfört med om ingen HLR är utförd före ambulansens ankomst. Tid för när livräddande insatser kommer igång är den helt avgörande faktorn för överlevnad.

Barn kan rädda liv, det är enkelt och effektivt att utbilda skolbarn i HLR.

Ämnet kan introduceras i förskoleklass, därefter stegvis progression och utbildning årligen. Praktisk träning är viktigt för att eleverna ska utveckla färdighet och förtrogenhet. Elever och

skolpersonal blir alla livräddare.

Bredvid värden

Att lära barn och ungdomar livräddning handlar även om att främja attityder och bidra till ett samhälle där vi bryr oss om att hjälpa varandra. Kris & Hjärta intervjuade 2019 en av skolorna, Ljungens skolan som Kris & Hjärta utbildat och som arbetat med HLR i skolan i 10 år. Deras kommentarer från intervjun:

- Jättelyft för vår skola
- Ingen ifrågasätter
- En skola full av elever som kan rädda liv, det ger trygghet
- Bra diskussioner, kollektiv omsorg, vi måste ta hand om varandra
- Charmen med Skol HLR är att den är så enkel, upprepning är bra för eleverna

Steg 1- 4

1. En huvudinstruktör i HLR och sjuksköterska kommer till er skola och gemensamt görs en **kvalitetsgranskning** med check frågor baserade på HLR rådets riktlinjer för HLR på skolan.
2. Ni får en **plan** för hur ni skulle kunna förbättra er HLR verksamhet
3. **Lärare eller annan skolpersonal certifieras**, blir HLR instruktörer, och går igång med er nya plan (rekommenderat antal instruktörer är 5 stycken på 500 elever).
4. **Support och stöd** från huvudinstruktör

Har ni en hjärtstartare på skolan så vi skapar en hjärtsäker zon



Hur går vi vidare?

Kontakta oss och boka in ett möte där vi kvalitetsgranskar ert nuvarande arbete med HLR i skolan

Utbildningsansvarig Maria Sundqvist, leg sjuksköterska/IVA 0733-970884, maria@kris-hjarta.se

Utbildare Eva Malm, leg sjuksköterska/anestesi och huvudinstruktör i HLR

