

Hjertevakten®

En kamp for livet- og mot klokken



Opplæring i bruken av en hjertestarter

Våre kurstilbud:

En hjertestarter er lett å bruke trykk på "på" knappen og gjør det hjertestarteren sier...

Det er ikke nødvendig å gjennomgå et kurs for å kunne bruke starteren, men selvsagt er det en "trygghet" å ha en opplæringen på forhånd. Ikke minst i hjerte-lungeredning

1.

Selvtraining med MiniAnne og en test på nettet, deretter oppfølging med instruktør for praktisk trening med hjertestarter.

Tidsforbruk 3 time. Alle får tilsendt MiniAnne og kursbøker på forhånd.

Deltakerne blir registrert i NRR registeret

Pris opptil 10 personer 12.900,- + mva

2.

Som 1 men uten nettprøven, og valgfritt om de vil ha bøkene.

Deltakerne får et bevis fra Hjertevakten om at de har deltatt på kurset og at kurset følger rundskriv fra myndighetene.

Pris opptil 10 personer 9.900,- + mva
Kurset følger gjeldende retningslinjer for behandling av plutselig og uventet hjertestans. Krav til bruk av en hjertestarter, i rundskriv fra Sosial og Helsedirektoratet av 15-5/2007

3.

MiniAnne kurset, inklusiv DHLR delen av DVD en. Gir svært gode resultater og sparer mye tid og penger for kursdeltakerne. Svært gode læringsresultater.

Tidsforbruk 45 minutter

Deltakerne får kursbevis. Kurset er godkjent av NRR, se under. Men deltakerne registreres ikke i NRR

Pris opptil per person kr. 360,- + mva,-

Hjertevakten®

En kamp for livet- og mot klokken



Ocean Installer valgte MiniAnne

I mars 2014 arrangerte Hjertevakten opplæring i hjerte- lungeredning og bruk av hjertestarter, ved hjelp av MiniAnne kurspakken, for rundt 85 ansatte i selskapet Ocean Installer as.

Ocean Installer, som er en norsk Subsea entrepenør, har sitt hovedkontor i Stavanger. De har også kontor i både Aberdeen i Skottland og i Houston i USA. Selskapet føyer seg inn i rekken av selskap som setter stort fokus på kursing innen livreddende førstehjelp for sine ansatte.

Til nå har de fått gjennomført to kurs, men Benedicte Laursen, kvalitetskontroll koordinator i selskapet, forteller at de fremover vil holde jevnlig kurs for å opprettholde kunnskapen til både ansatte og eventuelt nye medarbeidere.

Hvorfor ville dere ha et slikt kurs?

Vi i Ocean Installer jobber alltid for å utvikle kompetansen til våre ansatte og vi så på førstehjelpskurs som en nødvendighet for å forebygge katastrofale utfall. Det gjelder hvis ulykken inntreffer både i arbeidssammenheng, men også privat, kommenterer Laursen på vegne av selskapet.

Kurset som ble holdt for Ocean Installer

inneholdt opplæring i hvordan en skal utføre hjerte- lungeredning, samt i bruk av hjertestarter.

I tillegg til selve gjennomgangen på kurset fikk alle ansatte dukker og en dvd til odel og eige slik at de også kan øve hjemme med familien og slik holde kunnskapen ved like fremover, forteller Laursen fornøyd.

Vil holde flere kurs

Rundt 85 Ocean Installer ansatte deltok på kurset. I alt varte kurset i 45 minutt.

Var det noe spesielt som var ekstra bra med kurset?

Kurset var effektivt, og det som var ekstra bra var at hver eneste ansatt fikk gjennomføre øvelsene på hver sin dukke, roser hun. Hva var reaksjonene på kurset under og etterpå blant de ansatte?

De ansatte tok det veldig seriøst og de syntes det var lærerikt. Tilbakemeldingene fra de ansatte var gode, forteller Laursen.

Generelt var de veldig fornøyd med at det

var effektivt og at det ble gjort lett forståelig hvordan de skal utføre hjerte- lunge redning og hvordan de skal bruke hjertestartere om ulykken inntreffer, legger hun til.

Visjon om null skade

Utover det å arrangere kurs for de ansatte, i hvilken grad satser dere på beredskap om førstehjelp på arbeidsplassen?

Ocean Installer har høyt fokus på beredskap og førstehjelp på arbeidsplassen. Vi har en visjon om «zero harm» og førstehjelpskurs er en av våre mange prosesser for å sikre helse og velvære til våre ansatte, mens også til andre mennesker som er rundt oss i ulike sammenhenger.

Vi har flere hjertestartere på våre kontorer og fartøy. Dette ser vi på som en nødvendighet å ha tilgjengelig for personellet. Førstehjelpskurset gir våre ansatte kunnskapen om hvordan hjertestartere skal brukes, noe som er med på å redde liv i vanskelige situasjoner, avslutter Laursen.

www.hjertevakten.com

Hjertevakten®

En kamp for livet- og mot klokken



Satser på hjertet

GC Rieber Eiendom er en organisasjon som er en vital og viktig del av konsernet GC Rieber. Blant annet utvikler og drifter de flere større eiendommer i Bergen, der i blant Solheimsviken Næringspark, Marineholm Forskningspark, Bontelabo og Skuteviksbodene 1-2 og Hanelageret Dokken. I alt leier de ut rundt 190.000 kvm areal, og ca. 6.000 menneske har sitt daglige virke i områdene som de drifter.

Som flere andre aktører satser de nå på å ha hjertestartere i byggene sine, I tillegg til å gi personell relevant kursing. Markedsansvarlig i GC Rieber Eiendom, Kine Mjaatvedt Bjørge forteller litt om satsingen deres.

Høsten 2010 startet vi med noen kurs internt i GC Rieber. Dette var et samarbeid mellom GC Rieber Eiendom, morselskapet og GC Rieber Shipping. Vi fikk montert hjertestartere i våre egne lokaler og følger dette opp med stadig ny opplæring og oppfølgingskurs, forteller Mjaatvedt Bjørge.

I tillegg til det bestilte de hjertestartere til noen av næringsbyggene tilbake i 2010. Blant annet ved Bontelabo og Marineholm.

Vi tilbudte kurs til våre leietakere og kjørte da kurs i områdene Solheimsviken, Marineholmen og Bontelabo. Alle bedrifter og alle ansatte i disse fikk anledning til å delta.

Suksesskurs

De anbefaler alle sine leietakere om å ha minst en person internt som har gjennomgått opplæring og kjenner bruk av hjertestartere. Kursene var en suksess, og noen av våre leietakere gikk også til innkjøp av hjertestartere i egne arealer, forteller hun.

I mai i år hadde de en ny runde med kurs i næringsområdene hvor samtlige bedrifter og ansatte igjen fikk mulighet til å melde seg på. Det vi da hadde bestilt fra hjertevakten var flere 2 timers kurs som inkluderte hjerte lungeredning, opplæring i bruk av hjertestarter og Mini-Anne til alle deltagere. Kursene var veldig bra og vi fikk utelukkende positive tilbakemeldinger, roser hun.

De har nå besluttet å gå til innkjøp av flere hjertestartere slik at de fleste av næringsbyggene deres har hjertestartere lett tilgjengelig i fellesarealene.

Vi vil også kjøre nye kurs så lenge det er etterspørsel fra leietakere, og planlegger at det ikke skal gå 3 år til neste gang, kommenterer hun.

Hvorfor satser dere så stort?

Grunnen til vår satsing er så enkel som at vi vet at det redder liv. Dersom noe skjer er hvert sekund viktig, avslutter Markedsansvarlig i GC Rieber Eiendom, Kine Mjaatvedt Bjørge.

Tekst: Cato Leganger Foto: Sigurd Bratttveit

www.hjertevakten.com

Hjertevakten®

En kamp for livet- og mot klokken



Tekst: Cato Leganger. foto: Sigurd Bratteteit

Øker hjerteberedskaperen

SKAGEN AS (Skagenfondene) er et privateid norsk fondsforvaltningsselskap som eies av gründerne og nøkkelpersoner. Selskapet har mål om å bli verdens beste fondsforvalter målt i best mulig risikoustert avkastning, kommunikasjon, service og kompetent oppfølging. Hovedkontoret er i Stavanger - med fem avdelingskontorer i Norge, kontorer i Stockholm, Göteborg, København, London og Amsterdam. Skagenfondene forvalter både aksje, rente- og kombinasjonsfond.

I lengre tid har Skagen AS, som flere andre selskap hatt hjertestartere tilgjengelig om det skulle inntreffe hendelser der en får bruk for det. Til liks med andre satsers de også nå større og plasserer ut flere apparater for å dekke større områder i lokalene de opererer i. Hovedverneombud May Silje Bjørkhaug forteller litt om satsingen til selskapet.

Har dere hjertestartere fra før og hvor er de plasserte?

Vi har lenge hatt hjertestartere på arbeidsplassen. I Stavanger er hjertestarterne plassert i resepsjonsområdet og ellers i hver etasje hvor vi har kontorlokaler, forteller hun.

Hva er grunnen til at dere går til innkjøp av flere?

Vi går til innkjøp av flere hjertestartere for å dekke alle etasjene bedre, slik at man skal slippe å måtte løpe langt for og nå dem hvis uhellet skulle være ute. Vi har ellers også plassert hjertestartere ved alle våre kontor i både innland og utland.

Varmt mottakelse

I Juni avholdt de felles kurs i hjerte-lungeredning (HLR) og i bruk av hjertestarter for alle de ansatte i Norge. Opplæringen ble unnagjort ved hjelp av videokonferanse for å få meg alle avdelingskontorene.

Vi hadde opplæring i HLR ved hjelp av MiniAnne-dukke, i tillegg til opplæring i bruk av hjertestarter. Kontor som vi har i andre land har også planlagt å kjøre førstehjelpskurs. Noen har allerede avholdt kurs, forteller Bjørkhaug.

Hvorfor valgte dere denne type kurs?

Fordelen med valg av denne type kurs er at alle ansatte kan ta med seg dukke og DVD hjem, slik at også nærmeste familie kan lære seg HLR. Dessuten kan det kanskje være lettere å få flere deltagere med seg, siden kurset kan være unnagjort på en times tid.

Hvordan har mottakelsen vært blant de ansatte på kurset?

Kurset ble varmt mottatt. HLR er et tema som er aktuelt for alle. Vi hadde høy deltagerprosent. De som ikke hadde anledning til å delta, fikk med seg en MiniAnne-dukke hjem i etterkant som de kunne øve seg på. Vi fikk også en økt bevisstgjøring rundt plasseringen av hjertestarterne våre, forteller hun på vegne av de ansatte.

Har dere tidligere hatt lignende prosjekt?

Vi har tidligere hatt hjertestarterkurs for de som er etasjensansvarlige hos oss. Dette synes vi ikke var dekkende nok, da det ikke er gitt at etasjensansvarlig er på jobb hvis «uhellet skulle være ute».

Har dere fått bruk for hjertestartere?

Nei, til nå har vi heldigvis ikke hatt bruk for hjertestarterne våre. Vi håper selvfølgelig at vi skal slippe å måtte bruke hjertestarterne, men det er godt å vite at de finnes «på huset», avslutter Bjørkhaug.

Hjertevakten®

En kamp for livet- og mot klokken



MiniAnne - kurspakken utplassert og klare for kursdeltakerne

127 kursdeltakere på plass og i ferd med å gjøre klar MiniAnne til innsats



Kurset 127 stykker på Kickoff i Asker

Nor Lines sine ansatte har nå fått en litt tryggere hverdag etter at selskapet har gått til innkjøp av 13 hjertestartere, samt gitt kurs i hjerte-lungeredning.

Transportselskapet, Nor Lines, arrangerte i september "Kickoff" for sine ansatte. Arrangementet, som var lagt til Asker, samlet deltagere fra ulike terminaler rundt i landet, i tillegg fra hovedkontoret Stavanger. På programmet deres stod blant annet kurs i hjerte- og lungeredning i regi Hjertevakten. Blant de ansvarlige for arrangementet var Gunn A. Røssland. Hun kunne fortelle om et vellykket arrangement med gode tilbakemeldinger.

- Det har vært mange positive tilbakemeldinger på kurset vi fikk. Det var en flink instruktør, og spesielt bra at de ansatte fikk med seg dukken, MiniAnne, hjem.

"Nå kan de jo friske opp kunnskapen når de vil."

- I tillegg til selve kurset hadde vi også lagt opp til en del aktiviteter i skog og mark denne helgen. Blant disse aktivitetene var opplegg med ulike poster hvor de ansatte gikk rundt og løste oppgaver. Her stilte blant annet Hjertevaktens representant opp og gav enn oppfrisking i det vi hadde lært i forveien, legger Røssland til.

Fokus på HMS

I en hektisk hverdag kan det oppstå farlige situasjoner og ulykker. Det at Nor Lines nå har tilbydd kurs til sine ansatte, samt kjøpt inn 13 hjertestartere, understreker at de setter sikkerheten til sine ansatte høyt.

- Det er et stort fokus på helse, miljø og sikkerhet (HMS, journ.anm), og vi har jo

en del terminaler hvor blant annet tunge kjøretøy driftes. Uforutsette hendelser inntreffer, og vi håper at vi skal unngå ulykker i fremtiden, men for de ansatte er det en trygghet å kunne litt om førstehjelp om det skulle være behov. En vet aldri når det kommer en situasjon hvor en får bruk for kunnskapen, enten det er i sammenheng med jobb eller privatliv.

- Vi håper ikke at vi får bruk for verken hjertestartere eller hjerte-lungeredningen, men det er viktig å være føre var, legger Røssland til. Hvorfor valgte dere Hjertevakten som kursansvarlig?

- En av våre ansatte tipset oss om at de var flinke, og siden vi har hatt et slikt opplegg i tankene bestemte vi oss for de. Vi kan gjerne anbefale et slikt kurs til andre aktører, avslutter en fornøyd Røssland.

De ulike hjertestarterene blir nå fordelt på Nor Lines 12 egne terminaler rundt i landet, i tillegg til en på hovedkontoret i Stavanger.

Hjertevakten®

En kamp for livet- og mot klokken



Din personlige trener "MiniAnne"

Lære hjerte- og lungeredning og bruk av hjertestarter i løpet av 40 minutter.

Opplæringspakken inneholder:

- MiniAnne øvingsdukke
- Instruksjons DVD - både norsk og engelsk
- Repetisjons folder
- Papptelefon
- Renseduk
- Ekstra lunger



MiniAnne kalkulator

Her kan du se hvor mye din bedrift sparer, ved å bruke MiniAnne, fremfor tradisjonelle kurs.

<http://www.hjertevakten.no/wp/wp-content/uploads/2012/01/MiniAnne-kalkulator2011-rev3.xls>



MiniAnne brukes verden over

<http://www.hjertevakten.no/wp/?cat=15>



Veileder for arrangør av MiniAnne opplæring finner du her

<http://www.hjertevakten.no/PDF/Veileder%20MiniAnne.pdf>



Hjertevakten®

En kamp for livet- og mot klokken



For de som ønsker mer praktisk trening.

Etter gjennomgått MiniAnne trening på 30 minutter, tilbyr vi en ekstra gjennomgang med instruktør på 2 1/2 timer. Her er det praktisk senariotrening, der noen av senarioene er tilrettelagt til den enkelte arbeidsplass. Du kan også gjennomgå en praktisk teoretisk prøve på nettet før kursstart.

'Gullstandarden' – lokalberedskap

Et hjerteinfarkt er et "sår" i en muskel.

På mange måter kan en sammenlignet dette med et sår som vi alle har hatt en eller annen plass på kroppen.

Når en har et sår vet vi at det gror, og det vil stort sett ikke føre til en endret livssituasjon i ettertid.

Slik er det også med et hjerteinfarkt, bare vi får rask behandling.

I noen tilfeller (kanskje så mange 1/3 av de som får infarkt) kan det gå riktig galt.

Såret fører til en kortslutning i de elektriske impulsene til hjertemuskulaturen, og dermed stanser hjertet!

Dette skjer helt tilfeldig og er uavhengig av infarktets størrelse.

Får en ikke øyeblikkelig hjelp, er sjansen liten til å overleve hjertestans.

Får en derimot livreddende førstehjelp med en gang, er sjansen for overlevelse stor, og prognosen for livskvalitet og forventet levealder er den samme for den som har hatt hjertestans som for den som 'bare' har hatt et infarkt.

Der beredskapen var best, overlevde mer enn halvparten.

Resultater for overlevelse på opptil 75% omtales gjerne som 'gullstandarden'.

Det er ikke realistisk å få frem ambulanse eller annet helsepersonell tidsnok til å oppnå de beste resultatene.

For hvert minutt som går minker sjansen for overlevelse med 7- 10% .

En er derfor avhengig av at:

En i familien, en kollega eller en tilfeldig forbi-passerende starter hjerte- lunge- redning (HLR)

- En hjertestarter som "når deg innen få minutter"
- Hjertevakten® på plass hos deg

Mange steder har de fått til dette, i bedrifter der alle ansatte har fått opplæring i HLR, og der de har hjertestartere, og i bygder og velforeninger med egen hjerteberedskap.

Hjertevakten®

En kamp for livet- og mot klokken



Velg rett hjertestarter til rett sted

Heartstart



Verdens mest solgte starter , så enkel og sikker i bruk at den er den eneste som selges "over disk" i USA. Den ideelle hjertestarteren for hjemmet, kontorlandskap og hotell. Leveres med 8 års garanti.

Heartstart FRx



Den ideelle hjertestarteren for skipsfart, i svømmehallen, idrettshaller, produksjonslokaler og andre steder med stor fuktighet og røft miljø. Leveres med 8 års garanti.

Heartstart FR3



Erstatter FR2, spesielt godt egnet til ambulanse-tjeneste og brannvesenet. Denne starteren tåler mye.