

# Uddannelsesplan

## Funktionsuddannelse

### Opdatering af førstehjælp for flex-, trafik- og taxichauffører

300 minutter

Marts 2026

Uddannelsens indhold:

- Opdatering af førstehjælp ved hjertestop
- Særtillæg 1: Førstehjælp ved ulykker, del 2
- Særtillæg 8: Førstehjælp til bevægelseshæmmede



DANSK  
FØRSTEHJÆLPSRÅD  
Læring for livet



## Om uddannelsen Medborgerførstehjælp

### Formål og målgruppe

Uddannelsen henvender sig primært til chauffører, der kører flextrafik for regionernes trafikselskaber, og som har krav om at vedligeholde deres førstehjælpskompetencer i henhold til gældende udbudsbetingelser.

Målgruppen omfatter chauffører, der transporterer borgere – herunder ældre, syge og bevægelseshæmmede – og som i deres daglige arbejde kan komme i situationer med akut opstået sygdom, bevidsthedspåvirkning, stroke, hjertestop, fald i forbindelse med ind- og udstigning eller ulykker under transport.

Uddannelsen er målrettet disse situationer og styrker chaufførens evne til at vurdere tilstanden, handle efter (M)ABC-princippet og yde relevant førstehjælp i de første afgørende minutter.

Uddannelsen er desuden relevant for buschauffører, førere af liftbusser og taxichauffører, der har behov for opdaterede og målrettede førstehjælpskompetencer i forbindelse med persontransport og håndtering af passagerer med særlige behov.

### Undervisningstid:

300 minutter

### Overordnet kompetencemål:

Deltageren agerer ud fra tidligere erhvervede kompetencer og kan, både selvstændigt og i samarbejde med andre, håndtere en voksen bevidstløs person, med og uden normal vejtrækning, jf. ERC's guidelines for basal genoplivning.

Deltageren kan ved anvendelse af (M)ABC-metoden vurdere om en tilskadekomne har kritiske skader. Deltageren skal håndtere fjernelse af fremmedlegemer i luftvejen, bevidstløse med normal vejtrækning og personer, der er truet af kredsløbssvigt.

Deltageren kan handle ud fra førstehjælpens hovedpunkter i forbindelse med førstehjælpssituationer i og omkring trafik samt i situationer, som kan opstå i forbindelse med transport af bevægelseshæmmede.

Deltageren kan yde førstehjælp ved knoglebrud på ben og nakke/ryg. Deltageren kan give psykisk førstehjælp til tilskadekomne i de første minutter i forbindelse med ulykker.

### Det centrale indhold på uddannelsen:

- Opdateringsuddannelsen "Opdatering af førstehjælp ved hjertestop"
- Særtillæg 1: "Førstehjælp ved ulykker, del 2"
- Særtillæg 8: "Førstehjælp til bevægelseshæmmede"

### Gennemførelsen af uddannelsen:

Uddannelsen skal gennemføres med et minimum af teori og primært gennemføres ved hjælp af praksisnære øvelser, deltagerrefleksion og praktisk træning. Øvelser og træning skal gennemføres på relevant og egnet sted/areal, hvor relevante remedier kan indgå.

I uddannelsesplanen for "Opdatering af førstehjælp ved hjertestop" indgår del 1 (Indledning m.v.) og del 4 (Afslutning). Del 4 gennemføres først ved afslutningen af et kursusforløb.

I denne plan for funktionsuddannelse antages, at alle uddannelser gennemføres som et samlet kursusforløb.



### **Særlige bemærkninger:**

Instruktøren skal under uddannelsen sikre, at undervisningen er praksisnær og målrettet målgruppens behov. Der skal lægges vægt på relevante praktiske øvelser, herunder eksempelvis ulykker med fald fra bil, lift, rampe eller kørestol.

Emner, der indgår i flere uddannelsesplaner, skal alene behandles én gang, herunder stabilt sideleje. Den frigjorte tid anvendes til praksisnære scenarier ved stroke og bevidsthedspåvirkning, særligt hos ældre, hvor pludselige fald eller ændringer i bevidsthedsniveau kan være udløst af stroke eller blodprop i hjertet.

Denne funktionsuddannelse anvendes som opdatering af den tidligere erhvervede uddannelse "Færdselsrelateret førstehjælp bil/MC/traktor" i henhold til de udbudsbetingelser, der er fastlagt af regionernes trafikskaber.

Denne uddannelse er udarbejdet på foranledning af regionernes trafikskaber.

DFR anbefaler, at uddannelsen opdateres inden for 24 måneder for at sikre vedligeholdelse af førstehjælpskompetencer.



### Kvalitetskrav til uddannelsen:

|                          |   |
|--------------------------|---|
| Instruktør:              | Skal være registreret hos Dansk Førstehjælpsråd og har modtaget særlig information om, at uddannelsen skal gennemføres praktisk.  |
| Undervisningsmaterialer: | Udarbejdes jf. kompetencemålene af den enkelte instruktør eller leveres af egen organisation.<br><br>Se materialeliste i de enkelte uddannelsesplaner.<br><br>Der skal udleveres en førstehjælpbog/hæfte pr. deltager. DFR anbefaler, at bogen/hæftet er deltagerens ejendom.<br>Førstehjælpbogens/-hæftets indhold skal være dækkende i forhold til den gennemførte førstehjælpsuddannelse og således omfatte uddannelsens hoved- og delkompetencebeskrivelser.<br><br>Det udleverede materiale skal være udarbejdet efter Dansk Førstehjælpsråds retningslinjer for udarbejdelse af førstehjælpbøger. |
| Undervisningsform:       | Der skal anvendes en praksisnær undervisningsform og et minimum af teori. Når teori anvendes, skal den spille direkte op til førstehjælpsfaglige handlinger. Se kompetencemålene i uddannelsesplanen.   |
| Tid:                     | Uddannelsens varighed er 300 minutter. Den angivne tid er en minimumsvarighed, der skal overholdes.<br>Undervejs kan der indlægges korte pædagogiske pauser på 5–10 minutter (klargøring til næste emne/øvelse m.v.), dog maks. én pause pr. time <sup>1</sup> .  |
| Deltagerantal:           | Der må højst være 16 deltagere pr. registreret førstehjælpsinstruktør.  |
| Bevis:                   | Der skal genereres et elektronisk DFR-bevis, såfremt deltageren har været aktiv og deltagende i alle timerne og kan håndtere kompetencemålene. Dette vurderes af instruktøren. Beviset er gyldigt i 24 måneder jf. DFR's retningslinjer.<br><br>Der skal markeres ved:<br>Opdatering af førstehjælp for flex-, trafik- og taxichauffører (5 timer)  |

<sup>1</sup> Pædagogiske pauser er pauser, der opstår spontant, fordi instruktøren skal klargøre til et nyt emne, deltagerne har brug for toilet- eller rygepause eller lignende. Pauserne kan ikke skemalægges og ikke sammenlægges, ligesom de heller ikke kan benyttes til at afkorte undervisningstiden. Tid til længere pauser, som f.eks. frokost- eller kaffepauser, skal tillægges undervisningstiden.