

Almen førstehjælp

1. Stands ulykken

- *Bevidsthedskontrol*
- *Råb på hjælp*

2. Livreddende førstehjælp

A Airways /frie luftveje
Fremmedlegemer
Hoved tilbage

B Breathing /vejrtrækning
Se, lyt, føl i max. 10 sek.

C Cirkulation /blodcirkulation
Stands større blødninger

3. Tilkald hjælp

1-1-2 Hvem-hvad-hvor-hvor mange

4. Almindelig førstehjælp

Top til tå

Revurder ABC

Psykisk førstehjælp under hele forløbet