

## Tipspromenad Första hjälpen – VUXEN



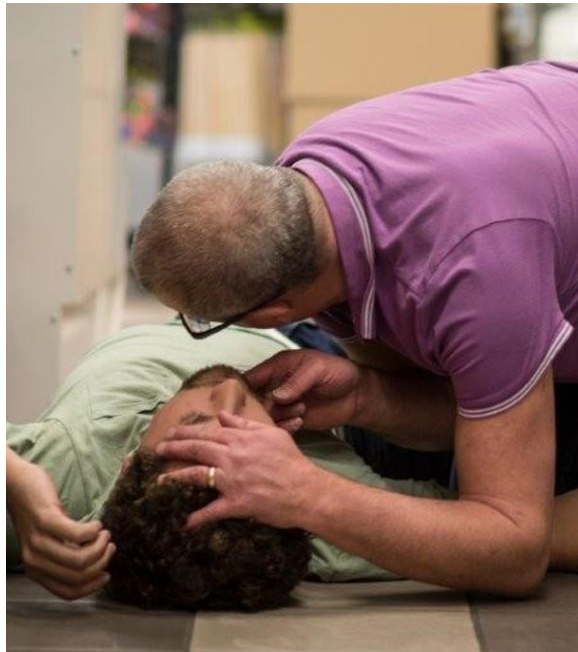
### 1: Var inträffar de flesta hjärtstoppen?

1 I hemmet

X På gymmet

2 På arbetsplatsen

## Tipspromenad Första hjälpen – VUXEN



2: En medvetslös person ligger på rygg och andas normalt.  
Vad gör du?

- 1 Startar hjärt-lungräddning (HLR)
- X Läger personen på sidan
- 2 Låter personen ligga kvar

## Tipspromenad Första hjälpen – VUXEN



3: En person blöder kraftigt från armen. Vad är viktigast att göra?

- 1 Lyfta armen i högläge
- X Hämta ett tryckförband
- 2 Trycka direkt på blödningen

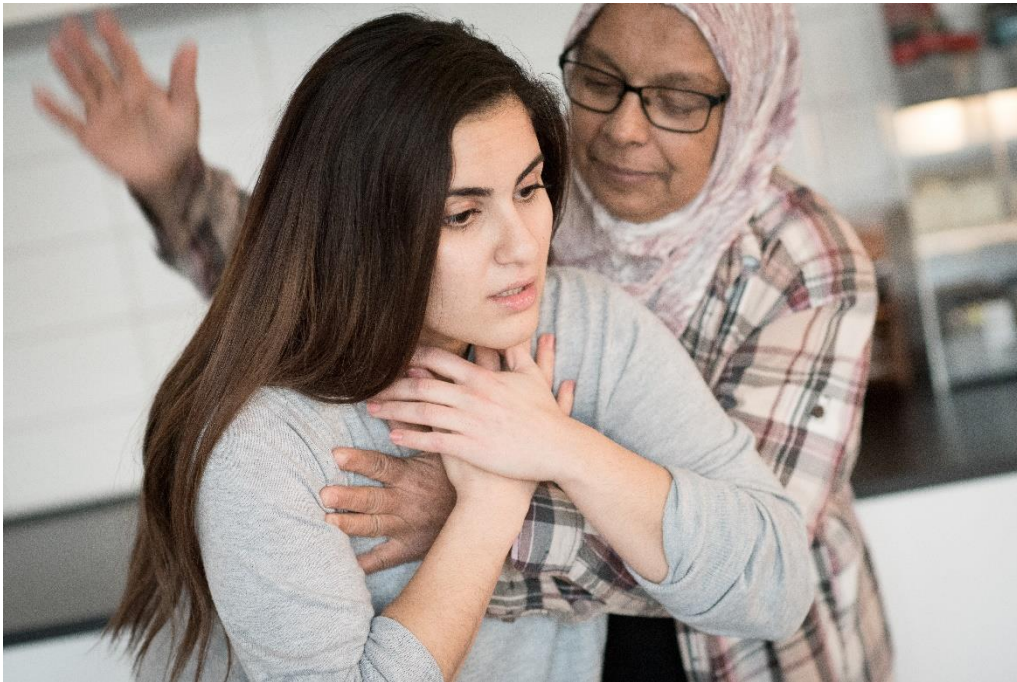
## Tipspromenad Första hjälpen – VUXEN



### 4: Hur kollar du om en medvetslös person andas normalt?

- 1 Böjer huvudet bakåt och ser, lyssnar och känner efter andning
- X En medvetslös person andas aldrig
- 2 Blåser in luft genom mun-mot-mun-metoden

## Tipspromenad Första hjälpen – VUXEN



5: Vad gör en person som har satt i halsen och inte kan andas?

1 Hostar

X Är tyst

2 Ropar på hjälp

## Tipspromenad Första hjälpen – VUXEN



### 6: Vad betyder L i minnesregeln L-ABC?

- 1 Larma 112
- X Lämna platsen
- 2 Livsfarligt läge

## Tipspromenad Första hjälpen – VUXEN



### 7: Var hamnar du om du ringer 1177?

1 Vårdguiden

X Polisen

2 SOS Alarm

## Tipspromenad Första hjälpen – VUXEN



### 8: Vad gör en hjärtstartare?

1 Talar om för dig vad du ska göra

X Frågar om du kan hjärt-lungräddning (HLR)

2 Ersätter hjärt-lungräddning (HLR)

## Tipspromenad Första hjälpen – VUXEN



9: Hur ofta bör du repetera dina kunskaper i första hjälpen och hjärt-lungräddning (HLR)?

1 Var 5:e år

X Var 3:e år

2 Varje år

## Tipspromenad Första hjälpen – VUXEN



10: Vad är det viktigaste du kan göra om något händer?

- 1 Gå live på sociala medier
- X Våga göra något
- 2 Låta någon annan göra något

## Tipspromenad Första hjälpen – BARN



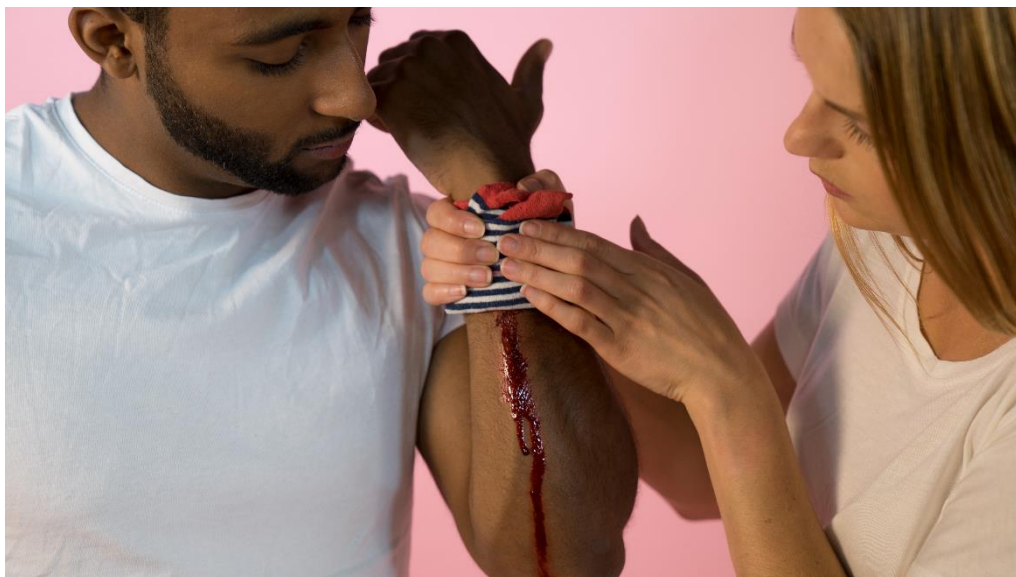
1: Vilket nummer ringer du om det till exempel brinner?

1 114 14 - polisen

X 112 – SOS Alarm

2 Någon vuxen som jag känner

## Tipspromenad Första hjälpen – BARN



2: En kompis blöder kraftigt från armen. Vad är viktigast att göra?

- 1 Lyfta armen högt
- X Spola med kallt vatten
- 2 Trycka hårt på blödningen

## Tipspromenad Första hjälpen – BARN



### 3: Vad gör hjärtat?

- 1 Pumpar runt blodet
- X Släcker törsten
- 2 Gör att vi andas

## Tipspromenad Första hjälpen – BARN



4: Vad gör en kompis som har satt i halsen och inte kan andas?

1 Hostar

X Är tyst

2 Ropar på hjälp

## Tipspromenad Första hjälpen – BARN



5: Vad gör du om du har bränt dig, till exempel på ett strykjärn?

1 Spolar med svalt rinnande vatten

X Sätter på ett plåster

2 Ingenting

## Tipspromenad Första hjälpen – BARN



### 6: Vad är viktigast att berätta om du larmar 112?

- 1 Vad klockan är
- X Vad som har hänt och var du är
- 2 Vad du åt till middag

## Tipspromenad Första hjälpen – BARN



### 7: Vad är första hjälpen?

- 1 Hjälpa skadade eller sjuka personer innan ambulansen kommer
- X Laga ett hål i en tand
- 2 Komma först fram till en olycka

## Tipspromenad Första hjälpen – BARN



### 8: Vad ska du alltid ha när du cyklar?

- 1 Regnjacka
- X Hjälm
- 2 Långbyxor

## Tipspromenad Första hjälpen – BARN



9: Vad gör du om du slår i huvudet och får en bula?

- 1 Sätter på ett plåster
- X Håller något kallt mot bulan
- 2 Ingenting

## Tipspromenad Första hjälpen – BARN



### 10: Varför är det bra att sitta ner och äta?

- 1 Mindre risk att sätta i halsen
- X Maten smakar bättre
- 2 För att vuxna säger det