



Førstehjelpsutstyr

For å sikre eit fullt forsvarleg arbeidsmiljø, skal arbeidsgivaren sørge for at førstehjelpsutstyr er tilgjengeleg på arbeidsplassen.

Arbeidsgivaren

- har ansvaret for å tilpasse førstehjelpsutstyret til kva slags arbeid som blir utført, storleiken på arbeidsplassen, kvar arbeidet skjer og talet på tilsette
- har ansvaret for at førstehjelpsutstyret alltid er komplett og at det er godt kjent kvar utstyret er plassert
- skal sørge for opplæring og øving i bruken av førstehjelpsutstyret

Kva skal førstehjelpsskåpet innehalde?

Kor mykje førstehjelpsutstyr som trengst, må stå i forhold til kva slags arbeid som blir utført, utforminga av lokala og kvar arbeidstakarane er plasserte.

Førstehjelpsskåp bør innehalde:

- ulike bandasjar, kompressar, sportstape, plaster og sårserviettar til behandling av kutt og sår
- trekantttørkle (fatle) til avlasting ved brot
- sikringsnåler, saks og pinsett
- elastisk bind 10 cm x 5 m
- munn-til-munn-maske (med ventil eller filter)
- eingongshanskar
- augeglas og saltvassoppløysing
- sårvaskeserviettar
- brannbandasje f.eks. 5 cm x 15 cm
- kuldepakning
- kort rettleiing i førstehjelp

Transportabelt førstehjelpsskrin

Verksemder spreitt over større område bør i tillegg til fast plasserte førstehjelpsskåp ha lett transportable førstehjelpsskrin, med ulike typar bandasjar.

Dette utstyret er til bruk når skaden skjer i ein viss avstand frå hovudarbeidsplassen. Utstyret bør vere forseгла og må fyllast opp att kvar gong forseglinga blir brote.

Vurder ut frå risiko

Kva type førstehjelpsutstyr det er fornuftig å skaffe, skal arbeidsgivaren vurdere ut frå risikoforholda i verksemda. Arbeidsplassar med lang transporttid til medisinsk kyndig hjelp kan ha nytte av meir førstehjelpsutstyr enn andre.

Hjartestartar

Hjartestartar bør vere tilgjengeleg i alle verksemder. Det er enkelt å sette seg inn i bruken av hjartestartarar, og alle på arbeidsplassen bør få ei innføring og øving i bruken.

Hjartestartaren bør vere registrert i [det offentlege hjartestartarregisteret](#) (113.no). Då blir han synleg og tilgjengeleg for 113-sentralane og i appen Hjelp113.

Oksygenapparat

Er det trong for utstyr til kunstig pustehjelp, finst oksygenapparat som er lette å bruke. Meir avanserte oksygenapparat bør ein skaffe i samråd med helsepersonell. Dei bør berre brukast av helsepersonell eller personar med spesialopplæring.

Båre

Skjener og bårer er naudsynte i verksemder med høg risiko for skade. Det er praktisk med eige førstehjelpsrom med vask.

Hjelp ved gift og etsande stoff

Er det risiko for akutte forgiftingar? Då bør førstehjelpsskåpet ha eigna førstehjelpsutstyr for det.

Er det risiko for sprut av etsande stoff i augo? Då er det særleg viktig å fylle på førstehjelpsutstyret med utstyr for augeskyljing.

Giftinformasjonen er det nasjonale rådgivings- og kompetanseorganet for akutte forgiftingar. Dei gir hjelp heile døgnet på telefon 22 59 13 00.

Rutine for å komplettere utstyret

Arbeidsgivaren skal sørge for fast rutine som sikrar at innhaldet i førstehjelpsskåpet alltid er komplett. Rutinen må også sikre at skåpet blir reingjort og at utstyr ikkje er utgått på dato.

Førstehjelparar bør få regelmessig opplæring

På alle arbeidsplassar bør det alltid vere førstehjelparar som får regelmessig opplæring, helst med 1-1,5 års mellomrom. Dei bør også få særleg instruksjon i førstehjelp ved meir spesielle ulykker, helseskadar og sjukdommar som kan opptre på arbeidsplassen.

Krav om sikkerheidsdatablad

Det skal finnast råd om førstehjelp i [sikkerheidsdatablada](#):

- Produsenten eller importøren av helseskadelege stoff skal distribuere sikkerheidsdatablad og infoblad om desse stoffa.
- Arbeidsgivaren skal sørge for at verksemda har eit stoffarkiv med tilhøyrande sikkerheidsdatablad lett tilgjengeleg.

Regelverk

Om generelle krav til arbeidsmiljøet som kan gjere det naturleg å ha førstehjelpsutstyr i verksemda: [Arbeidsmiljølova § 4-4 \(1\) og \(2\)](#)

Om krav om førstehjelpsutstyr der det er nødvendig: [Forskrift om organisering, ledelse og medvirkning § 10-1 Planlegging og tilrettelegging av arbeidet, bokstav I\)](#)

