

# Godt hjelpemiddel for AHLR-treningen!



Avansert hjerte-lungeredning (AHLR) bør trenes minimum hver 6. måned i følge Norsk resuscitasjons råd. Dette gjelder alle leger i primærvakt og ambulansepersonell med videreutdanning. Det finnes et enkelt og spennende kursopplegg som får fart på sakene!

AHLR innbefatter at man kan utføre vanlig hjerte-lungeredning (HLR) og videre kan avgjøre om defibrillator skal tilkobles, koble den til, bedømme rytme, avgjøre om elektrosjokk skal gies eller ikke, etablere venøs tilgang, vite hvilke medikamenter som er aktuelle og hvordan de skal brukes, kunne gjøre de rette tingene til rett tid: Kort sagt: følge algoritmen.

AHLR algoritmen forbedres og forenkles med relativt korte mellomrom. Kursheftet fra Resuscitasjonsrådet bygger på de internasjonale retningslinjene fra 2000 gitt av European Resuscitation Council og American Heart Association. Det bygger på et tilsvarende svensk kurs og det må understrekes at dette er et forslag til kurs. Man er fri til å gjøre sine egne tilpassninger.

AHLR programmet fra Norsk Resuscitasjonsråd omfatter tre kurshefter, for tre nivåer. Jeg har sett på de to første; den for kursdeltakerne og den for instruktører av kurs. Det finnes også et hefte for hvordan instruktører blir instruktørlærere.

Hefte for vanlige kursdeltagere kalles «Norsk grunnkurs i avansert hjerte-lungeredning». Det skal leses grundig før kursstart. Meningen er altså at man skal møte forberedt og det lønner seg, for kurset åpnes med en skriftlig kursprøve. Kursheftet gir alle svarene og det er lite «selvfølgeligheter». Ved gjennomlesing er det motiverende med en presis og troverdig tekst. Språket er lettfattelig og det er brukt norsk måte å uttrykke seg på. Unødvendige fremmedord er luket vekk og det som er enkelt i teksten kan derfor leses fort. Temaene er presentert slik at man begynner med det helt basale og bygger opp kunnskapen videre fra HLR og «hjerterets anatomi og fysiologi» og helt frem til etiske og juridiske spørsmål. Nysgjerrigheten stimuleres og driver en fremover i heftet.

Hefte for instruktører har påskriften «instruktørens håndbok». Her er hele kursopplegget nøye beskrevet trinn for trinn. Det synes som om ingen detaljer er utelatt. Instruktørjobben er langt på vei allerede gjort! Tema for tema blir tatt opp. Det er satt av rikelig med plass og oppgaver til praktisk trening. Det man trenger er en «Anna-dukke» som kan kobles til en EKG simulator og bli defibrillert. (Spør ambulanse-tjenesten om hjelp til å låne en slik, eller den lokale AMK-sentralen.) Man må også ha en defibrillator og det er en fordel med utstyr for ventilasjon (pocketmaske, maske/bag, intubasjonsutstyr og lignende.) Alt er beskrevet. Bak i heftet for instruktører er det «formularer til kopiering». Dette innbefatter bl.a. kursprøve, delegeringsbevis, evalueringsskjema. Kan det bli enklere? Det eneste jeg kommer på som kunne vært med i heftet er eksempler på treninger uten alt det tekniske utstyret. Ofte er det nyttig å trene på hverandre, ha rollespill og «ta i mennesker». Det gjelder kanskje spesielt de basale ferdighetene (og de sitter vel ikke alltid heller...?)

Så folkens, nå er det bare å la seg inspirere; – samle sammen ambulansepersonell, lege- kolleger, sykepleiere på legevakt og ha det faglig spennende en dag!

Helen Brandstorp

