

---

## Ny førstehjelpsbok

---

BOKOMTALER

---



Dette er en praktisk håndbok i førstehjelp som ifølge en notis fra Det Britiske Røde Kors «er nyttig for alle førstehjelpere». Etter en oversiktlig innholdsfortegnelse har boken ti kapitler som spenner over tema som håndtering av ulykker, hjerte-lunge-redning, førstehjelpsutstyr, sårbehandling, blødninger, muskel- og skjelettskader, forgiftninger og klimaforstyrrelser.

Målgruppen for boken skal være «(. . .) tilskuer, et familiemedlem eller utdannet helsearbeider», men man må anta at den primært er tenkt som en håndbok for førstehjelpere i de frivillige organisasjonene. Til det er boken for omfattende, og viktige budskap drukner i detaljer. Det er også vanskelig å få øye på pedagogiske prinsipper hvis dette skal være en instruksjonsbok.

Mitt inntrykk er at boken bygger på førstehjelp fra 1950-tallet, og den synes ikke kvalitetssikret etter moderne førstehjelpsprinsipper. Kapitlet om hjerte-lunge-redning er uoversiktlig og skjemmes av grove feil. Flere steder står det om hjertekompresjon til voksne: «(. . .) 15 kompresjoner per minutt og to innåndinger» og om gjenopplivning av barn: «(. . .) Fem kompresjoner per minutt etterfulgt av én innånding». Dessuten avviker dette kapitlet på vesentlige punkter fra anbefalte retningslinjer for basal hjerte-lunge-redning fra Norsk Resuscitasjonsråd (1). Et sted står det sågar at man skal sjekke pulsen ved å «presse forsiktig mot halspulsåren i nakken».

Temaene presenteres løsrevet fra en norsk virkelighet som med muligheter for telefonrådgivning fra AMK- og LV-sentraler, en stadig mer profesjonell ambulansetjeneste og utplassering av defibrillatorer utenfor helsevesenet, stiller førstehjelpere overfor andre utfordringer enn for få år tilbake. Boken gir heller ikke fagpersonell i ambulansetjenesten en god nok basis for håndtering av akutt syke og skadede. Når boken dessuten delvis baserer seg på tradisjonell diagnosenetkning istedenfor moderne prinsipper med fokus på symptomer og tegn, er den vanskelig å anbefale, spesielt i lys av Førstehjelprådets nye grunnkurs i førstehjelp.

---

KristianLexow

Anestesiavdelingen

Sentralsjukehuset i Rogaland

---

---

## LITTERATUR

1. Hapnes SA, Steen PA, Europeisk Resuscitasjonsråd. Retningslinjer for basal hjerte-lunge-redning av voksne pasienter. Tidsskr Nor Lægeforen 1999; 119: 814 – 7.

---

Publisert: 10. mars 2000. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.