



# Førstehjelpsutstyr

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

Arbeidsgivaren har ansvaret for å tilpasse utstyret til kva slags arbeid som blir utført, storleiken på arbeidsplassen, kvar arbeidet skjer og talet på tilsette.

Arbeidsgivaren har også ansvaret for at førstehjelpsutstyret alltid er komplett og at det er godt kjent kvar utstyret er plassert.

Arbeidsgivaren skal sørge for opplæring og øving i bruken av førstehjelpsutstyret.

Arbeidsgivaren skal i utgangspunktet førebygge ulykker og helseskader i samband med arbeidet. Sjå [faktaside om internkontroll](#).

## Innhald i førstehjelpskåpet

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

Førstehjelpskåp bør innehalde:

- Ulike bandasjar, kompressar, sportstape, plaster og sårserviettar til behandling av kutt og sår
- Trekanttørkle (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 t.d. 5 cm x 15 cm
- Kuldepakning
- Kort rettleiing i førstehjelp bør ligge i skåpet.

## Transportabelt førstehjelpsskrin

Verksemder spreitt over større område bør i tillegg til fast plasserte førstehjelpskåp 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 forseglta 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.

## 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 og bør berre brukast av helsepersonell eller personar med spesialopplæring.

## Båre

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

## 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

På alle arbeidsplassar bør det alltid vere førstehjelparar som får regelmessig opplæring, helst med 1-1½ års mellomrom. Dei bør også få særleg instruksjon i førstehjelp om meir spesielle ulykker, helseskadar og sjukdommar som kan opptre på arbeidsplassen.

## Gift

Er det risiko for akutte forgiftingar, bør ein finne eigna utstyr i førstehjelpsskåpet. Der det er fare for sprut av etsande stoff i augo, må ein ikkje gløyme å supplere førstehjelpsutstyret med utstyr for augeskyljing.

Råd om førstehjelp finn du også i sikkerhetsdatablad og infoblad for helsefarlege stoff. Produsenten eller importøren av helseskadelege stoff har plikt til å distribuere slik informasjon og arbeidsgivaren har plikt til å sørge for at verksemda har eit stoffarkiv med tilhøyrande sikkerhetsdatablad lett tilgjengeleg.

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

## 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 l\)](#)