



Ett övningstillfälle i första hjälpen för grundskole-elever

Henriksson Sandra & Lindholm Aina

Examensarbete

Förstavård

2018

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Förstavård
Identifikationsnummer:	6146, 6147
Författare:	Sandra Henriksson, Aina Lindholm
Arbetets namn:	Ett övningstillfälle i första hjälpen för grundskole-elever
Handledare (Arcada):	Jonas Tana
Uppdragsgivare:	Yrkeshögskolan Arcada
<p>Sammandrag:</p> <p>Detta arbete undersökte första hjälpen utförd av lekmän samt rädslor för HLR och nödsituation. Den tidigare forskningen behandlade första hjälpen, undervisning i första hjälpen, rädslor och attityder gentemot första hjälpen, forskningar om i vilken ålder undervisningen är lämplig att börja samt hur inläringen påverkas av hurudan bakgrund läraren för undervisningen har. Utifrån undersökta artiklar och tidigare forskning utformades ett övningstillfälle i första hjälpen riktat till grundskole-elever. Arbetet var ett beställningsarbete av Yrkeshögskolan Arcada. Syftet med arbetet och övningstillfället var att systematiskt analysera tillgänglig litteratur angående första hjälpen, lekmäns rädslor samt attityder kring ämnet. Som centrala syftesfrågor valdes följande: 1. Skulle grundskole-eleverna med kunskapen från detta övningstillfälle känna sig mer beredda att ge första hjälpen? 2. Är Yrkeshögskolan Arcada ett lämpligt ställe att öva färdigheter i första hjälpen? 3. Är en förstavårdsstuderande en lämplig person att undervisa första hjälpen enligt grundskole-eleverna? Utifrån resultatet av utförda övningstillfället kunde man konstatera att övningstillfället gett bättre färdigheter inom första hjälpen samt sänkt på tröskeln att agera i nödsituation. Yrkeshögskolan Arcada visade sig vara ett lämpligt ställe för övningstillfället och förstavårdsstuderande lämpliga som lärare. Utgående från arbetets resultat kunde man konstatera att ett dylikt övningstillfälle i första hjälpen kunde upprepas i framtiden för att sprida kunskap och säkerhet inom ämnet.</p>	
Nyckelord:	Yrkeshögskolan Arcada, första hjälpen, grundskola, övningstillfälle, undervisning
Sidantal:	44
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Förstavård
Identification number:	6146, 6147
Author:	Sandra Henriksson, Aina Lindholm
Title:	A training session in first aid for elementary school students
Supervisor (Arcada):	Jonas Tana
Commissioned by:	Arcada University of Applied Sciences
<p>Abstract:</p> <p>This thesis examined first aid performed by laymen and fears of cardiopulmonary resuscitation and emergencies. The previous research dealt with first aid, education in first aid, fears and attitudes towards first aid, researches about at what age the first aid education is adequate to begin, and how the learning is affected by the teacher`s background. A training session in first aid for elementary students was developed from examined articles and previous research. The thesis was ordered by Arcada University of Applied Sciences. The purpose with the thesis and training session was to systematically analyse available literature concerning first aid and laymen`s fears and attitudes about the subject. The central research questions where: 1. Would the elementary school students, with the knowledge from this training session, feel more prepared to perform first aid? 2. Is Arcada University of Applied Sciences a suitable place to practise skills in first aid? 3. Is an emergency care student an adequate person to educate first aid according to the elementary school students? Due to the results of the arranged training session it can be stated that the session has improved the student`s first aid skills and lowered the threshold to act in an emergency. The results shows that Arcada is a suitable place for the training session and that emergency care students are adequate as teachers. Due to the results it can be stated that a similar training session in first aid could be repeated in the future to spread knowledge and security within the subject.</p>	
Keywords:	Arcada University of Applied Sciences, first aid, elementary school, training session, education
Number of pages:	44
Language:	Swedish
Date of acceptance:	

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Ensihoito
Tunnistenumero:	6146, 6147
Tekijä:	Sandra Henriksson, Aina Lindholm
Työn nimi:	Ensiavun harjoittelutilaisuus peruskoululaisille
Työn ohjaaja (Arcada):	Jonas Tana
Toimeksiantaja:	Ammattikorkeakoulu Arcada
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Tämä opinnäytetyö tutki maallikkojen suorittamaa ensiapua sekä elvytyksestä ja hätätilanteista syntyvää pelkoa. Käytetyissä aineistoissa käsiteltiin ensiapua, maallikkojen pelkoja ja asenteita kohti ensiavun ja elvytyksen suorittamista, missä iässä elvytyksen kouluttaminen olisi suotavaa aloittaa sekä mikä opettajan taustan vaikutus on oppimisen tulokseen. Tutkitun materiaalin ja sekä tutkimustulosten pohjalta syntyi ensiavun harjoittelutilaisuus peruskoululaisille. Opinnäytetyön toimeksiantaja ja tilaaja oli Yrkeshögskolan Arcada. Tärkeimmiksi vastattaviksi kysymyksiksi rajattiin: 1. Olisivatko peruskoululaiset valmiimpia toimimaan ensiapua vaativassa tilanteessa käydyn harjoittelutilaisuuden jälkeen? 2. Onko Ammattikorkeakoulu Arcada sopiva tilana harjoittelutilaisuuden suorittamiselle? 3. Onko ensihoitajaopiskelija sopiva opettamaan ensiavun valmiuksia? Pidetyn harjoittelutilaisuuden jälkeen voitiin todeta että peruskoululaiset kokivat omaavansa paremmat valmiudet toimia hätätilanteessa ja kynnys aloittaa ensiavun antamista aleni. Ammattikorkeakoulu Arcada todisti olevansa sopiva paikka ensiavun harjoittelulle ja ensihoito-opiskelijat todettiin olevan sopivia opettajia. Opinnäytetyön pohjalta voitiin todeta että harjoittelutilaisuus olisi hyvin toistettavissa sekä hyvä tilaisuus levittää tietoa ja turvallisuuden tunnetta ensiavusta aiheena.</p>	
Avainsanat:	Ammattikorkeakoulu Arcada, ensiapu, peruskoulu, harjoittelutilaisuus, koulutus
Sivumäärä:	44
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	

INNEHÅLL

1	Inledning.....	7
2	Litteraturoversikt	8
2.1	Tidigare forskning	8
2.2	Forskningsöversikt.....	8
2.3	Fördelar med att kunna utföra första hjälpen	14
2.4	Första hjälpen historia i Finland / Finlands Röda Kors.....	15
3	Syfte och frågeställning	16
4	Teoretisk referensram	16
5	Metod.....	18
4.1	Forskningsetik	19
4.2	Övningstillfälle	20
6	Resultat	21
6.1	Enkätresultat.....	21
7	Kritisk granskning	26
7.1	Intern validitet	26
7.2	Extern validitet	27
7.3	Reliabilitet	27
8	Diskussion	28
	Källor	33
	Bilagor	36

Figurer

Figur 1. Effektiviteten av medicinstuderande som lärare i HLR enligt Conolly et. Al..	13
Figur 2. Utlärningsmetodernas och inlärningsresultatens inbördes beroende i procent.	18
Figur 3. Arbetsprocessen	19
Figur 4. Resultat i övningstillfälle i första hjälpen, n=15.....	24
Figur 5. Resultat över syftesfrågor, n=15	25

Tabeller

Tabell 1. Första hjälpen kunskaper före och efter träning enligt Meissner et.al.	11
---	----

1 INLEDNING

Första hjälpen är ett aktuellt ämne som senaste tiden uppmärksammats flitigt i media och utbildningar inom ämnet erbjuds från många olika aktörer. Som exempel kan flitigt i media uppmärksammade försäkringsbolaget LähiTapiolas och Röda Korsets samarbete i form av skolning i förstahjälpen och återupplivning nämnas. En stor del av de skolade är 5-6 klassister. (Lähitapiola, 2017) Trots detta har vi som förstavårdsstuderande under våra praktikperioder inom den pre-hospitala sjukvården stött på bristande kunskaper samt osäkerhet att utöva första hjälpen. Röda Korsets expert på första hjälpen Kristiina Myllyrinne hänvisar till forskningsresultat som visar på att en hjärt-lungräddning påbörjad av en lekman kan fördubbla eller till och med trefaldiga patientens överlevnadsmöjlighet. (Röda Korset, 2016) Forskningsresultatet stöder vår starka åsikt om att kunskap i första hjälpen tillför nytta för allmänheten och gör att vi kan hjälpa våra medmänniskor i nödsituationer.

Diskussioner mellan skribenterna efter avslutad praktik resulterade i en gemensam åsikt om behovet av att sprida kunskap inom ämnet. En tanke om hur vi som förstavårdsstuderande kan bidra till att sprida kunskap började gro. Resultatet blev att vi planerade och utförde ett övningstillfälle inom första hjälpen för grundskole-elever, detta blev vårt sätt att föra kunskapen vi har inom ämnet vidare. Vi planerade tillfället så att det innehöll både teori och praktiska övningar eftersom studier, som granskats i litteraturöversikten samt teorier som vi tar upp i vår teoretiska referensram påvisar att praktiska övningar är lättare att minnas än ett inlärningsstillfälle med endast teoretisk undervisning. Som deltagare bjöd vi in Åshöjdens grundskola för att medverka i vårt övningstillfälle.

Detta examensarbete är ett beställningsarbete från Yrkeshögskolan Arcada i Helsingfors och projektet har utförts i Arcada vid Institutionen för hälsa och välfärd. Projektets syfte var att utveckla kompetenser inom första hjälpen för högstadies elever samt att sänka tröskeln att agera i nödsituationer. Genom att göra en enkätstudie, i form av en enkät för informanterna, önskades kartlägga informanternas upplevelser om övningstillfället samt åsikter om oss som blivande förstavårdare som lärare för tillfället.

2 LITTERATURÖVERSIKT

Sökningen av material gjordes med målet att få bredare kunskap om undervisning i första hjälpen samt grund för våra syftesfrågor. Hög prioritet lades på att påvisa vikten av att skola speciellt unga lekmän inom första hjälpen. I intresset låg även att undersöka lek-mäns rädslor inför en situation i första hjälpen, hur inläringen påverkas av hurudan bakgrund läraren för undervisningen har samt i vilken ålder undervisningen är lämplig att börja. För att få en bred översikt över hur första hjälpen undervisning utförs runtom i världen gjordes ett medvetet val att välja artiklar från olika länder och världsdelar. Eftersom informanterna var minderåriga undersöktes även fördelar i inläringen hos barn.

2.1 Tidigare forskning

Som sökmotorer till den tidigare forskningen användes databaserna PubMed och Science Direct. Sökorden som användes i litteratursökningen var: *learning, teaching, education, course, "first aid", resuscitation, children, teenagers, secondary school, basic life support, adolescent, attitude, fear, practical examination, "out-of-hospital cardiac arrest"* och *bystander*. Sökorden har använts i olika kombinationer och för att begränsa antalet träffar användes i Pubmed filter som valde ut endast engelska artiklar, artiklar som begränsar till åldersgruppen 0-18 år och artiklar som publicerats efter år 2006. Träffarnas mängd i Pubmed var sammanlagt 2085 artiklar. I Science Direct var träffarnas mängd 2823, inget filter användes eftersom relevanta artiklar hittades snabbt. En artikel hittades med hjälp av snöbollseffekten samt en som förslag av handledare. Valen av artiklar gjordes på basen av lästa sammandrag.

2.2 Forskningsöversikt

Introduktionen till de flesta valda artiklarna behandlar med liknande ord vikten av att en lekman kan utföra hjärtlungräddning (HLR). Savastano & Vanni (2010) påpekar i sin studie att en människa dör var nionde minut en plötslig död i världen, och att endast 1/3

av hjärtstoppen får HLR av förbipasserande personer. Meissner et. Al (2012) behandlar samma fakta som föregående studie men tillägger dessutom att en HLR påbörjad av en förbipasserande kan öka möjligheten för den drabbade att överleva med 2-3 gånger och att en defibrillering gjord inom 3-5 minuter efter hjärtstopp kan öka chanserna för offret att överleva med 49-75%.

Artiklarna som undersöktes behandlade människor i olika åldrar, intresse för att veta hur tidigt man kan börja lära ut första hjälpen åt ett barn var stort. Bollig et. Al (2009) utförde en studie kring barn i förskole åldern. Resultatet visade att en 6-7 åring är väl mottaglig för grunderna i första hjälpen men att undervisning i t.ex. HLR bör påbörjas som tidigast i 10 års-åldern. Bollig et. Al (2011) har två år senare undersökt möjligheten att undervisa ännu yngre barn inom ämnet, resultatet för studien kom att bli att även en 4-5åring kan lära sig grunderna i första hjälpen.

Tre av de valda artiklarna behandlar lekmäns rädslor inför HLR och nödsituation. Savastano & Vannis (2010) undersökning, där 1000 amerikaner och italienare deltog, söker svar på de vanligaste rädslorna då det kommer till lekmän och HLR situation. Dessutom har de valt att undersöka huruvida folk känner olika rädslor vid en HLR utförd på en vuxen person eller ett barn. Resultaten från enkätstudien är följande.

Rädslor som uppkommer vid utförande av HLR på vuxen person:

1. Allmän rädsla och panik över att agera i en nödsituation
2. Göra ytterligare skada på personen vid utförande av HLR
3. Bli illegalt delaktig i situationen om exempelvis HLR misslyckas
4. Bli smittad av smittosam sjukdom vid utförande av HLR
5. Rädsla över att inte lyckas återuppliva

Rädslor som uppkommer vid utförande av HLR på ett barn:

1. Göra ytterligare skada på personen vid utförande av HLR
2. Rädsla över att inte lyckas återuppliva
3. Allmän rädsla och panik över att agera i en nödsituation
4. Bli illegalt delaktig i situationen om exempelvis HLR misslyckas
5. Bli smittad av smittosam sjukdom vid utförande av HLR

Studien påvisade även på en skillnad mellan villighet att utföra HLR på vuxna respektive barn; 86,2 % av svarande skulle utföra HLR på en vuxen medan endast 73,9 % av svarande skulle utföra HLR på ett barn.

Fernandes et al. (2014) vars studie utförts i Brasilien påvisar att rädslorna även här är de samma, en nämnvärd skillnad är dock att rädslan att bli smittad av smittosam sjukdom här placerar sig på första plats.

Som en del av sin undersökning har även Sipsma et. Al. (2010) fått resultat om rädslor i nödsituationer. Undersökningen som gjorts som en kommunstudie i Irland innefattade befolkning i en bred åldersskara. Den vanligaste orsaken för rädsla att utföra HLR var en osäkerhetskänsla som berodde på en för lång tid sedan senaste HLR övningstillfälle. Resultatet av studien stöder tanken om en kontinuerlig och återkommande undervisning.

Meissner et. Al (2012) har i Tyskland utfört en bred studie på 13-14 åringar och deras kunskaper inom första hjälpen. Studien gick ut på att testa ungdomarnas kunskaper i första hjälpen genom simulerade situationer som utfördes parvis. I första simuleringen fick ungdomarna ingen bakgrundsinformation utan agerade i situationen enligt tidigare kunskap och erfarenheter, efter första simuleringen fick ungdomarna feedback och tips och fick sedan utföra samma simulering en gång till. Dessutom upprepades simuleringen 4 månader senare för att undersöka graden av inläringen. Resultatet påvisas i följande tabell:

Tabell 1. Första hjälpen kunskaper före och efter träning enligt Meissner et.al

Objekt som undersöks	Utförd före träning (%)	Efter träning (%)	4 mån senare (%)
Tilltala patient	24	92	81,6
Skaka om patient	15	85	85,7
Ropa efter hjälp	17	2	8,2
Kontrollera andning	27	92	92,9
Ringa nödnummer	67	92	95,9
Starta hjärtkompressioner	29	99	99
Inblåsningar	23	92	91,8

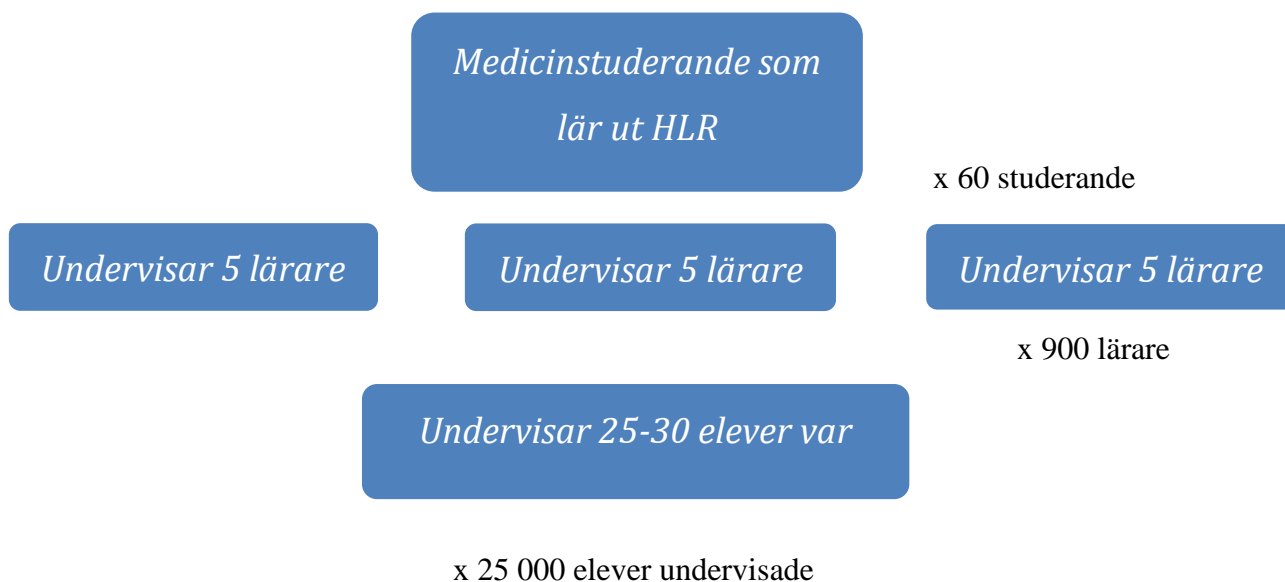
Resultatet av studien visar på en effektiv inläring såväl direkt efter utförd lektion som på lång sikt (här 4 månader). Även Fernandes et. Al (2014) studie stöder resultatet om effektiviteten och hållbarheten i inläringen, i underökningen påvisades fina kunskaper ännu 6 månader efter utförd övningstillfälle. I studien påpekas även en `inofficiell` nytta med att träna ungdomar inom första hjälpen; möjligheten är stor att de för kunskapen och intresset vidare till familjen och vänner.

Sipsma et. Al (2010) diskuterar även för att lära ut första hjälpen åt vuxna istället för barn, eftersom vuxna möjligtvis lider en större risk att råka på plats vid en nödsituation som kräver HLR.

Att använda icke-professionella lärare, som t.ex. medicinstuderande för att lära ut första hjälpen i skolor kunde vara till stor nytta på flera sätt, inte minst ekonomiskt.

Svar på om utläring utförd av professionella lärare eller upplärda medicinstuderande utgör någon skillnad i inläringen hos eleverna undersöks av Beck et. Al (2015) i Tyskland. Efter utförd kurs mättes elevernas inlärningsresultat med ett prov där 40,3 % av medicinstuderandes elever fick godkänt resultat medan 41,0 % av de som lärts av en professionell lärare fick godkänt i provet. Resultatet visar således på att det inte kan påvisas någon signifikant skillnad mellan inlärningsresultaten mellan de två grupperna.

Connolly et. Al (2006) undersökte nyttan i ett så kallat pyramid system för lärandet där medicinstuderande lärde ut HLR åt lärare som sedan kunde föra kunskapen vidare åt sina elever.



Figur 1. Effektiviteten av medicinstuderande som lärare i HLR enligt Conolly et. Al

Ovanstående figur ger en klar bild av effektiviteten i en utlärningsmodell enligt Conolly et. Al(2006)

Resultaten av inläringen var enligt enkätsvaren mycket goda.

Medan en del länder har infört obligatorisk första hjälpen undervisning i skolorna har andra hittat sin lösning på andra vis. Enami et. Al beskriver Japans metod där man går en första hjälpen skolning i samband med bilskolan. Santos et. Al (2015) studie från Brasilien påvisar däremot oroväckande dåliga kunskaper inom första hjälpen bland med universitetsstudenter. Kurserna inom ämnet beskrivs väldigt utvecklade och att kunskaperna informanterna fått komma via television, internet och eget initiativ. Resultaten av enkätstudien talar för de dåliga kunskaperna: av 1008 personer skulle endast 17,7% försöka utföra HLR vid en nödsituation, av de 1008 kunde dock endast 3 personer beskriva utförandet av HLR och endast en användandet av en AED.

Guerra et. Al (2012) diskuterar barn och ungdomars utveckling enligt olika åldersgrupper. Enligt våra informanternas ålder undersöktes artikelns påståenden om ungdomar i åldern 12

till 18 år. I detta stadiet av utvecklingen förbättras processandet av ny information, kommunikations färdigheter utvecklas samt självkänslan blir starkare. Det är även värt att upprepa att enligt Bollig et. Al (2009) utförda studie bör undervisning i t.ex. HLR påbörjas tidigast i 10 års-åldern. Med tanke på dessa studier valde vi informanter i högstadiet-åldern.

2.3 Fördelar med att kunna utföra första hjälpen

Första hjälpen är en medborgarfärdighet som är hälsofrämjande eftersom man då kan utföra första hjälpen och kan agera i nödsituationer.

Utförande av första hjälpen är förutom en fördel också en skyldighet eftersom det i Finlands strafflag under kapitlet *Om brott mot liv och hälsa* framkommer vilka straffen är för försummande av räddningsåtgärd.

Den som vet att någon befinner sig i livsfara eller allvarlig fara för hälsa, men underlåter att ge eller skaffa denne sådan hjälp som skäligen kan krävas av honom med beaktande av hans möjligheter och situationens art, skall för försummande av räddningsåtgärd dömas till böter eller fängelse i högst sex månader. (Finlex, 15§ (21.4.1995/578) 2017.)

Denna skyldighet och straff är eventuellt något inte alla känner till, även om många inser att de borde hjälpa till vid en olycka eller nödsituation. I lagen nämns det att man med beaktande av ens möjligheter ska ge eller skaffa hjälp åt den drabbade, vilket av vissa kan upplevas som om möjlighet är samma sak som kunskap. Om man upplever att man inte har tillräcklig kunskap och därmed anser sig vara oförmögen att utföra första hjälpen finns det dock hjälp att få från alarmcentralen där de ger direktiv om hur man bör agera i situationen.

Andra sakkunniga sätt att förmedla kunskap och lära ut hur man bör agera i nödsituationer kunde förutom t.ex. Finlands Röda Kors och alarmcentralen vara förstavårdsstuderande. Även för oss förstavårdsstuderande är det motiverande att lära ut första hjälpen eftersom det tillför en samhällsnytta.

Förutom alarmcentralen och t.ex. Finlands Röda Kors kunde även vi förstavårdsstuderande vara passande och sakkunniga personer att förmedla kunskap och lära ut hur man bör agera i nödsituationer. Detta skulle även gynna oss förstavårdsstuderande då vi skulle

lära oss att handleda i olika situationer, samt vara motiverande att förmedla kunskap eftersom det tillför en samhällelig nytta om befolkningen då, efter att de fått kunskapen, lättare skulle våga agera i nödsituationer.

2.4 Första hjälpen historia i Finland/Finlands Röda Kors

Finlands Röda Kors (FRK) är en av de största medborgarorganisationerna i Finland och deras uppgift är att hjälpa de som är i störst behov av hjälp både i hemlandet och utomlands. ”Röda Korset hjälper människor då katastrofer och olyckor inträffar och utbildar dem att skydda sig mot dessa. Organisationen uppmuntrar människor att sköta om sin hälsa och ta hand om varandra”. (Röda Korset, 2017). Även om det förutom FRK finns flera andra aktörer som ordnar första hjälpen kurser är FRK ändå överlägset störst i fråga om att ordna och erbjuda första hjälpen kurser som är special planerade för olika målgrupper, från barn under skolåldern till vuxna. Förutom första hjälpen kurser hör nödhjälp vid olyckor i hemlandet, insamlingar, vänverksamhet, hälsopunkter och hälsofrämjan, klubbar och läger för tonåringar, stöd till invandrare och mottagningscentraler, blodtjänsten, Kontti-återanvändningsvaruhus, ungas skyddshem och koordinering av Frivilliga räddningstjänsten till FRK verksamhetsformer. (Röda Korset, 2017). Dessutom hjälper FRK offer för naturkatastrofer och krig, samt utför utvecklingsarbete runtom i världen.

Rödakorsideologin föddes då den schweiziska affärsmannen Henri Dunant skrev boken *Minnen från Solferino*, som utkom 1862, och som handlade om slaget vid Solferino 1859. Dunant hjälpte till att ta hand om sårade i byn Castiglione och märkte då hur kaotisk sjukvården var och att förutsättningarna att vårda sårade och sjuka var mycket dåliga. I slutet av *Minnen från Solferino* föreslår Dunant att man borde inrätta hjälporganisationer i fredstid som under krig kunde lindra sårade och sjuka soldaters lidande vid fronten. En kommitté samlades för att fundera över hur Dunants förslag skulle kunna genomföras i praktiken. Kommittén ansåg att man i varje land borde bilda en kommitté för vård av sårade och sjuka soldater. Resultatet blev att Röda Korset grundades 1863.

Finlands Röda Kors eller ”Föreningen för sjuka och sårade krigares vård” som den då kallades, grundades i maj 1877. Inom FRK föddes en tanke om att vidare kretsar av befolkningen kunde behöva första hjälpen färdigheter. ”Föreningens egentliga syfte oaktat

ansågs det vara viktigt att färdigheter i första hjälpen lärdes ut också med tanke på olycks- händelser i fredstid.” (Finlands Röda Kors, 2002 s. 19) Föreningens första kurs inom första hjälpen genomfördes 1885. Järnvägstjänstemän utbildades först och efter dem stod poliserna i tur, alltså de yrkesgrupper som löpte större risk att råka ut för olyckor i sitt arbete. Snart hölls kurser i städer runtom i landet, och människor från alla samhällsklasser deltog i kurserna. Småningom kom det in uppgifter om att personer blivit återupplivade, eller annars fått hjälp vid olyckor, genom första hjälpen. Uppgifterna påvisade att färdig- heterna i första hjälpen var till nytta och uppmuntrade folk att fortsätta arbetet.

3 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNING

Syftet med arbetet är att utreda om grundskole-eleverna med kunskapen från detta öv- ningstillfälle skulle känna sig mer beredda att ge första hjälpen samt att utreda om första- vårdsstuderande skulle vara lämpliga att undervisa första hjälpen åt grundskole-elever och om Arcada är ett lämpligt utrymme för ett övningstillfälle som detta.

Vi utreder följande forskningsfrågor:

1. Skulle grundskole-eleverna med kunskapen från detta övningstillfälle känna sig mer beredda att ge första hjälpen?
2. Är Yrkeshögskolan Arcada ett lämpligt ställe att öva färdigheter i första hjälpen?
3. Är en förstavårdsstuderande en lämplig person att undervisa första hjälpen enligt grundskole-eleverna?

4 TEORETISK REFERENSRAM

Som teoretisk referensram för studien och utvecklingen av övningstillfället har begreppet learning by doing, lanserat av John Dewey i början av 1800-talet spelat en stor roll. Ilpo Vuorinens bok Tuhat tapaa opettaa (1993) stöder även tankarna om vikten av praktisk övning i lärandet. Deweys teori valdes eftersom den är relevant för studien och stöder vår

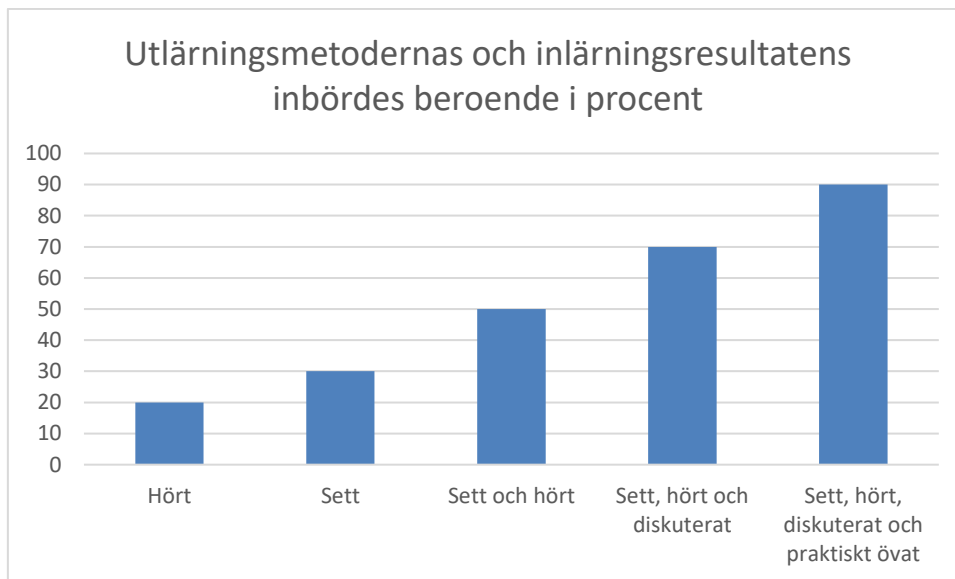
tanke om att lära ut genom praktisk övning. Vuorinens bok tar upp olika utlärningsprincipers fördelar och lägger även stor vikt på införandet av praktik och aktivitet i lärandet.

John Dewey (1859-1952) var en amerikansk filosof och pedagog. Hans arbeten har lagt den teoretiska grunden för den progressiva pedagogiken i USA. Uttrycket *learning by doing* återspeglar en syn på människan som aktiv gentemot sin omvärld. I utbildningen måste eleven ges möjligheter att aktivt pröva och experimentera. ”Teori och praktik är inte varandras motsats men väl varandras förutsättning.” (Dewey, 2004) Enligt Dewey ska inläring ske främst genom arbete med praktiska uppgifter och inte enbart genom kunskap som förmedlas genom det tryckta eller talade ordet. Han poängterade även i sin teori att misslyckanden lär lika mycket som framgångar. På Deweys tid handlade detta om att utföra uppgifter liknande uppgifter som fanns i samhället för att förberedas som medborgare och yrkesutövare. Tanken var att sammanlänka klyftan mellan tanke och handling, eleverna ska lära sig genom att utföra praktiska uppgifter i skolan. (NE, 1993)

Vuorinen beskriver aktivitet som ett av de viktigaste medlen då lärandet konkretiseras. Man lever den realitet som lärandet är inriktat på genom att lära känna, få en inblick, prövar på, öva och ta del av ämnet. Att konkretisera lärandet är en effektiv metod för att stärka lärandet eftersom lärandet då grundas på egna erfarenheter. Man kan säga att största delen av livets kunskaper är endast möjliga att lära genom att göra. Som praktiskt exempel nämner Vuorinen kunskapen att lära sig cykla. Ett barn som ska lära sig denna färdighet drar knappast större nytta av teoretisk undervisning, praktisk övning är den effektivaste vägen att lära sig denna kunskap. En viktig poäng man bör minnas att praktisk övning inte enbart räcker för en effektiv inläring och kräver andra inlärnings former som stöd för att uppnå sin fulla effektivitet. I sin bok nämner Vuorinen även om vikten av att låta unga vara praktiska i inläringstillfällen, det effektivaste sättet att få störningar i arbetsron är sannolikt att hindra ungdomarna från att uttrycka sig fysiskt. (Vuorinen, 1993)

Vuorinen gestaltar sin tanke om hur viktig den samtida användningen av de olika sinnena är för effektiviteten av inläringen genom en figur skapad av Matti Peltonen år 1985 (Vuorinen, 1993 s. 47)

Figurens 100% står för inläringens genomsnittliga maximiresultat. Staplarna står för vilken utlärningsmetod som använts vid tillfället.



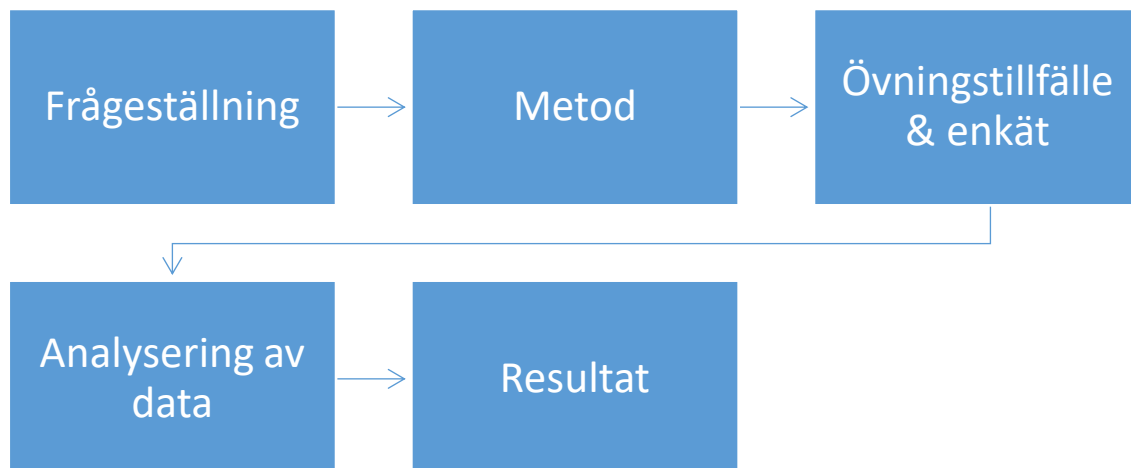
Figur 2. Utlärningsmetodernas och inlärningsresultatens inbördes beroende i procent

5 METOD

I detta kapitel presenteras den forskningsmetod som används och hur studien har utförts i praktiken.

Som forskningsmetod för examensarbetet har vi valt enkätstudie. Enkäterna består av både fasta svarsalternativ med ”ja” och ”nej” frågor, d.v.s. frågorna är högt standardiserade med tilläggfrågor med öppna svarsfält för motivering. Frågorna är med andra ord strukturerade enligt Patel och Davidson (2012). Med hjälp av resultaten från enkäten önskar vi få svar på arbetets frågeställningar.

I figuren nedan framkommer arbetsprocessen från frågeställning till metod, övningstillfälle och enkät, analysering av data och resultatet.



Figur 3. Arbetsprocessen

5.1 Forskningsetik

Forskningsprocessen har utförts i enlighet med kraven för god vetenskaplig praxis. Vetenskaplig forskning kan vara etiskt godtagbar, tillförlitlig och dess resultat trovärdiga enbart om forskningen bedrivs i enlighet med god vetenskaplig praxis. Hederlighet, allmän omsorgsfullhet samt noggrannhet i forskningen, dokumenteringen och presentationen av resultaten respekteras. Vid resultatredovisningen tillämpas ansvarsfull kommunikation och öppenhet. Hänvisningar till andra forskares arbete och resultat görs på ett korrekt sätt så att deras arbete respekteras (Forskningsdelegationen 2012).

Forskningslovsansökan skickades, med enkäten och informationsbrevet som bilagor, till biträdande rektorn Elisabeth von Wright på Åshöjdens skola, Helsingfors stad. Hon godkände ansökan och anmälde klass 8c som deltagare i övningstillfället. von Wright förmedlade informationsbrevet, där godkännande för deltagande krävdes, till informanternas föräldrar. Informationsbrevet returnerades till oss med underskrift vid övningstillfället. En av eleverna kunde inte delta p.g.a. hen inte fått lov av sina föräldrar.

Enligt Patel och Davidson (2012) är det viktigt att klargöra för informanterna om deltagandet sker anonymt, hur insamlad data kommer att användas samt att data behandlas konfidentiellt. Informanterna och informanternas föräldrar informeras genom ett informationsbrev (bilaga 1) där studiens avsikt och syfte presenteras. Eftersom informanterna är minderåriga ansåg vi det etiskt rätt att informera vårdnadshavarna om övningstillfället och begära deras samtycke. Enligt lagen är ett minderårigt barn under vårdnadshavares ansvar och vårdnadshavaren har rätt att bestämma över den minderårigas ärenden. Lagen konstaterar dock att vårdnadshavaren bör diskutera och uppmärksamma barnets åsikter och önskemål angående ärenden som berör barnet. (Vastuullinen tiede, 2018). Man kunde även i vårt fall tänka sig att lovet av vårdnadshavarna inte var nödvändigt eftersom Mäkelä i sin artikel konstaterade att det finns situationer där lov inte krävs. Detta om undersökningen inte skadar barnet och hen kan bilda sig en egen uppfattning om undersökningen. Dessutom kan man tolka vår undersökning som en fördel för barnet. (Mäkelä, 2010). Med enkäten medföljer även ett missiv där det framkommer studiens syfte och deltagandes frivillighet i enlighet med ”god vetenskaplig praxis vid Arcada”. (Forsknings-etiska delegationen 2012).

Informanterna förblir anonyma i den publicerade studien, samt deras deltagande i enkätundersökningen konfidentiell.

5.2 Övningstillfälle

Övningstillfället i första hjälpen hålls för att lära ut första hjälpen åt grundskole-elever och för att hjälpa oss skribenter att utveckla ett möjligt återkommande tillfälle i undervisning av ämnet. I tillfället deltar 14 elever från årskurs 8 från Åshöjdens skola samt en lärare. Målsättningen är att ungdomarna genom en kort teorilektion och praktiska övningar ska känna sig tryggare i att agera i en situation där första hjälpen behövs. Elevernas förkunskaper inom ämnet är för oss okända. I övningstillfället deltar förutom informanterna, 14 elever och en lärare, två förstavårdsstuderande som står för undervisningen, skribenterna och dess handledare som övervakar tillfället.

Övningstillfället är planerat av skribenterna som handlett två förstavårdsstuderande om hur undervisningen bör utföras. Tillfället börjas med en teoridel i form av en powerpoint presentation. I presentationen undervisas att känna igen och undersöka en livlös/medvetlös person, framstupasidoläge, att larma 112, stoppa blödning, HLR och defibrillator. Alla deltar samtidigt i teoridelen som tar ca 15 minuter. Man beskriver för eleverna att man efter teoridelen kommer att öva den genomgångna teorin i praktiken. För de praktiska övningarna har två rum reserverats för att maximera smidighet mellan byten. Efter teoridelen delas gruppen upp i två för att börja öva praktiskt. Ena gruppen övar på att stoppa blödning, andra på framstupasidoläge. Eleverna för öva parvis, dvs. ena agerar skadad medan andra övar att lägga förband eller att placera i framstupasidoläge. För båda övningarna har reserverats 15 minuter var.

Då båda grupperna har övat flyttar alla rum till där HLR övas. HLR övningen utförs på återupplivningsdockor, pocket mask finns till förfogande för blåsningar samt defibrillator för övning. På denna station har fyra par, alltså 8 elever möjligheten att öva samtidigt, resten ombads följa med och vänta på sin tur. Även här är det reserverat cirka 15 minuter övningstid per grupp.

Då alla par fått öva på HLR och defibrillering delas enkäterna ut, eleverna begärs att fylla i enkäterna med noggrannhet. I samband med detta tackar vi alla deltagare och informerar om att intresserade får ställa frågor och öva ytterligare då enkäterna plockats in.

Vi håller endast ett övningstillfälle under våren 2017.

6 RESULTAT

En enkätundersökning gjordes till informanterna, som bestod av en klass åttonde klassister från Åshöjdens grundskola, med syfte att undersöka och analysera innehållet och åsikterna om övningstillfället i första hjälpen. Enkäten bestod av 8 frågor, med ja/nej frågor med tilläggsfrågor med öppna svarsfält, flervalsfrågor samt en öppen fråga. I frågorna

kartlades om informanten tidigare deltagit i ett övningstillfälle i första hjälpen, om informanten känner sig mer redo att utföra första hjälpen efter detta tillfälle samt om informanten tyckte om idén att övningstillfället hölls i Yrkeshögskolan Arcada. Dessutom kartlades övningstillfallets svårighetsgrad, gruppstorleken, om informanten lärt sig något nytt under tillfället samt informantens åsikt gällande förstavårdsstuderandes lämplighet att lära ut första hjälpen. I den öppna frågan fick informanten berätta vad som varit roligast under övningstillfället.

Enkäten besvarades av 14 elever och deras lärare (n=15), deltagandet i övningstillfället var frivilligt och konfidentiellt.

I enkäten ville vi få svar på elevernas upplevelser om övningstillfället samt utgående från enkätfrågorna få svar på våra syftesfrågor. Varje fråga redovisas separat, hela enkäten finns som bilaga 2 i slutet av arbetet.

6.1 Enkätresultat

Målsättningen var att få 15 informanter att delta i övningstillfället. Eftersom informanterna var minderåriga krävdes vårdnadshavares godkännande för deltagande i övningstillfället. Ett informationsbrev (bilaga 1) skickades till Åshöjdens grundskola, där vårdnadshavares medgivande för deltagandet krävdes. Eftersom en elev inte fått medgivande, blev antalet informanter 14 stycken. Samtliga informanter besvarade enkäten och alla enkäter var rätt ifyllda och kunde därmed användas i undersökningen.

I första frågan bad vi informanterna uppge om de deltagit vid ett tidigare övningstillfälle i första hjälpen. Av informanterna svarade 12 ja, och 3 nej.

I andra frågan ville vi veta om informanterna vore mer redo att utföra första hjälpen efter utförda övningstillfälle än innan deltagandet. Av informanterna svarade 14 ja och 1 nej. Till frågan tillades en tilläggsfråga där informanten motiverade sitt svar. Bland svaren fanns motiveringar som följande:

”Eftersom jag lärde mig nya och nyttiga saker och minns saker som jag glömt”.

”Lärde mig att man ska vara lugn”.

”Eftersom jag fick prova själv och inte bara lyssna på teori”.

”Det är så mycket stress och det är svårt”.

Sammanfattningsvis, kan man konstatera på basis av informanternas kommentarer, att övningstillfället till största del fått ett positivt bemötande.

På tredje frågan ville vi undersöka åsikterna om att besöka Yrkeshögskolan Arcada för att delta i övningstillfället. Av informanterna svarade 14 ja och 1 nej. Även här bifogades en tilläggsfråga. Bland de jakande svaren fanns kommentarer som löd:

”Vill bli en sjuksköterska som stor”.

”Bra med studiebesök”.

Det nekande svaret motiverades med kommentaren:

”Jag visste inte så bra vad vi skulle göra”.

På basis av kommentarerna kan man konstatera att de flesta tyckte om idén att besöka Yrkeshögskolan Arcada. En del av informanterna hade misstolkat frågan och på grund av detta var inte alla kommentarer användbara.

På fjärde frågan undersöktes svårighetsgraden på övningstillfället med svarsalternativen lätt, svårt och passligt. Av informanterna ansåg 9 att svårighetsgraden var lätt, 6 ansåg att svårighetsgraden var passlig. Ingen av informanterna ansåg att innehållet var för svårt.

I den femte frågan undersöktes storleken på gruppen, med samma svarsalternativ som på föregående fråga. Av informanterna upplevde 14 att storleken på gruppen var passlig medan 1 ansåg att den var för stor.

I den sjätte frågan ville vi veta om informanterna lärt sig något nytt vid övningstillfället. Dessutom önskade vi kommentarer om vad de möjligtvis lärt sig, eller en motivering om de ansåg att de inte lärt sig något nytt. Av informanterna svarade 11 ja och 4 nej. Kommentarer av dem som svarat ja:

”Hur man ska vända någon medvetlös”.

”Jag lärde mig att använda hjärtstartare”.

”Jag lärde mig om defibrillatorn och minns saker från förr som jag glömt”.

”Att använda en deffa och hur många gånger man trycker då man återupplivar”.

Kommentarer av dem som svarat nej:

”För jag visste redan allt från förut”.

”Bekant från tidigare”.

”Jag har gjort allt detta tidigare”.

På den sjunde frågan undersökte vi förstavårdsstuderandes lämplighet som lärare vid övningstillfället. Samtliga ansåg att en förstavårdsstuderande är en lämplig lärare. Bland kommentarerna fanns bland annat:

”Jag tycker ni var lämpliga för att våra egna lärare är inte lika proffsiga”.

”Ni verkar veta mer än t.ex. min lärare”.

”Ja, ni beskrev bra och visade med tydliga exempel”.

”Ni visste mycket och kunde besvara alla frågor om första hjälpen”.

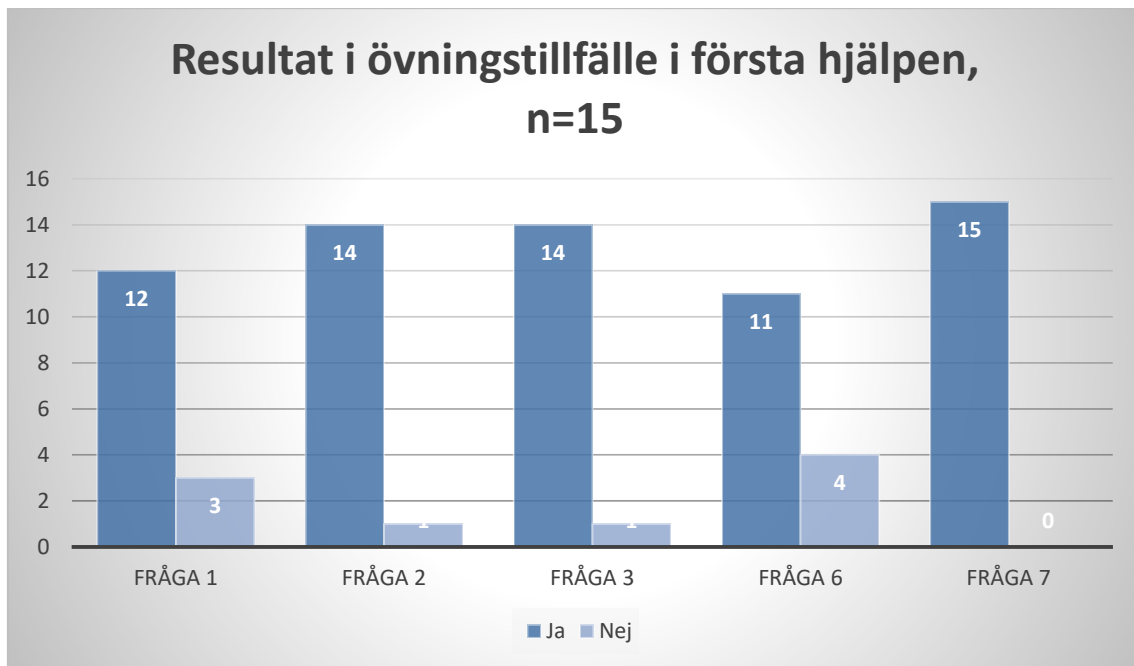
”Trevligare när man inte kände den som visade”.

”Studerande lärarna var bättre jag orkade lyssna på dem och de visste vad de gjorde”.

Den åttonde frågan var en öppen fråga där informanterna ombads beskriva vad de ansett vara roligast under dagen. Största delen av kommentarerna löd som följande:

”Att återuppliva människor och att lära mig mera”.

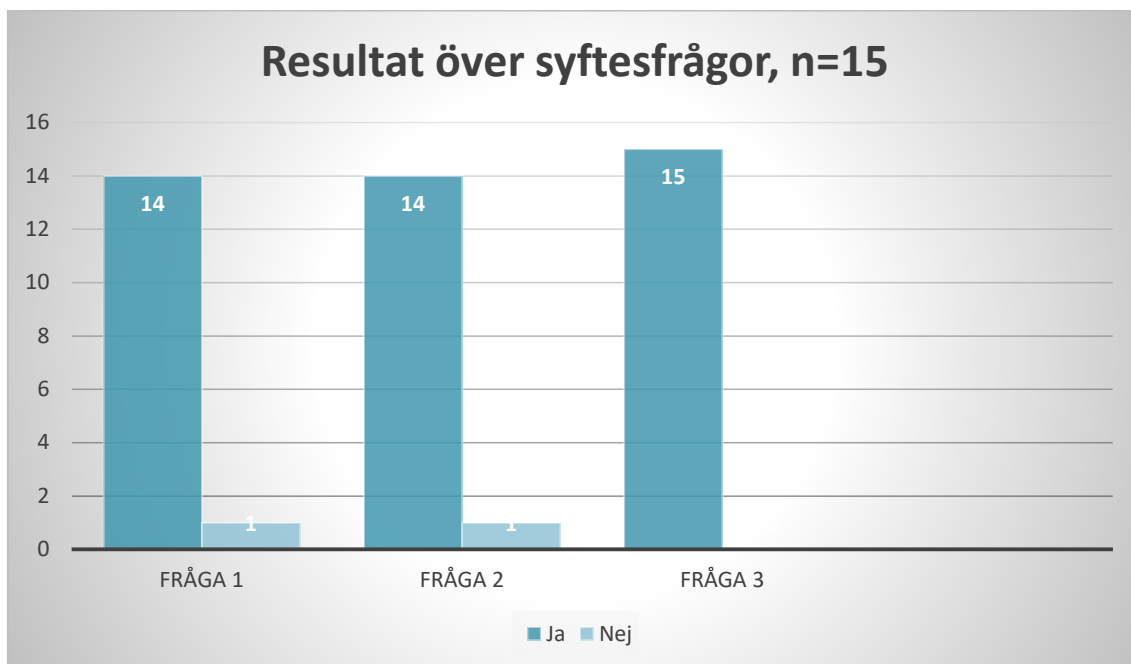
”Att lära sig att använda hjärtstartare”.



Figur 4. Resultat i övningstillfälle i första hjälpen, n=15

- 1) Har du tidigare deltagit i ett övningstillfälle i första hjälpen?
- 2) Känner du dig mer redo att utföra första hjälpen efter detta övningstillfälle än vad du gjorde innan tillfället?
- 3) Tyckte du om idén att komma till Yrkehögskolan Arcada för att delta i övningstillfället?
- 6) Lärde du dig något nytt vid övningstillfället?
- 7) Tycker du att vi, förstavårdsstuderande, var lämpliga lärare för övningstillfället eller hade du hellre haft din egen lärare eller t.ex. hälsovårdare som lärare vid övningstillfället?

6.2 Resultat över syftesfrågor



Figur 5. Resultat över syftesfrågor, n=15

- 1) Känner du dig mer redo att utföra första hjälpen efter detta övningstillfälle än vad du gjorde innan tillfället?
- 2) Tyckte du om idén att komma till Yrkeshögskolan Arcada för att delta i övningstillfället?
- 3) Tycker du att vi, förstavårdsstuderande, var lämpliga lärare för övningstillfället eller hade du hellre haft din egen lärare eller t.ex. hälsovårdare som lärare vid övningstillfället?

7 KRITISK GRANSKNING

Som rekommenderat av Jacobsen (2012), kommer den kritiska granskningen ta upp intern validitet, extern validitet/överförbarhet samt reliabilitet. Likheter och olikheter granskas genom hela arbetsprocessen, använda materialet samt resultatet.

7.1 Intern validitet

Intern validitet innebär att man granskar studiens riktighet. När man granskar den interna validiteten i ett kvalitativt material kan man också använda begreppet bekräftbarhet. Den mest naturliga testmetoden av den interna validiteten är att kontrollera om de egna slutsatserna stämmer överens med andra undersökningars slutresultat (Jacobsen 2012). Man kan tydligt se att de använda studierna stöder skribenternas tankar i mycket; första hjälpen undervisningens viktighet, att undervisningen är lämplig att börja i låg ålder samt att lärarens bakgrund inverkar på inläringen. Man kan även konstatera att delar av den tidigare forskningen korrelerar och kan jämföras med resultatet. Stödet från de tidigare studierna stärker validiteten i vår studie. Teoretiska referensramen i form av begrepp och litteratur stöder betoningen av praktisk inläring och kan kopplas som relevanta till studien.

Att kritiskt granska källorna som använts i undersökningen är också en viktig del i den kritiska granskningen och är betydelsefullt för den interna validiteten för studien (Jacobsen 2012). De använda källorna består av både artiklar, böcker och elektroniskt hämtat material.

Artiklarnas innehåll är begränsat till att innehålla information som tidigaste från året 2006 och anses alla vara aktuella. Eftersom vi i litteratursökningen valde att inte begränsa sökningen så mycket, exempelvis genom att endast söka fulltextartiklar, gick vi inte miste om användbara artiklar p.g.a. för snäv sökning. Resultatet av sökningen av artiklarna i databaserna gav många träffar. Träffarnas mängd kan argumentera för att flera relevanta artiklar kunde inkluderats för att stöda forskningen. Artiklarna valdes att stöda olika delområden i våra frågesättningar och möjligheten finns att vi kunnat hitta mera stöd för varje delområde finns. Man kan även tänka sig att någon relevant artikel förbisetts eftersom endast de databaser som Yrkeshögskolan Arcada erbjuder använts.

De använda böckerna är av varierande ålder, flera är 20 år gamla, eller äldre, men informationen som använts ur dem anses inte vara föråldrad eller störa relevansen i vår studie. Som exempel kan litteraturen i den teoretiska referensramen, där John Dewey diskuteras, nämnas. Deweys litteratur anses lika användbar idag som förr, eftersom Deweys teorier används fortfarande. Att hitta bakgrundsinformation om det använda begreppet av

Dewey visade sig vara svårt vilket gjorde den teoretiska referensramen kortfattad. Använda litteraturen anses ändå beskriva valet av `teorin` tillräckligt väl.

De elektroniska källorna, dvs. hemsidorna som använts är alla pålitliga och kan tillsammans med de övriga källorna sägas stärka den interna validiteten. Skribenterna anser det använda materialet som tillräckligt och att det skapar en tillräcklig helhetsbild av det behandlade området.

7.2 Extern validitet

Den externa validiteten, även använd i form av ordet överförbarhet, innebär att man granskar om studiens resultat är generaliserbart, alltså om resultatet också kan representera en större population och inte bara de personer som har deltagit i undersökningen. (Jacobsen 2012) Studiens generaliserbarhet kan ifrågasättas på grund av det lilla antalet informanter. Alla informanter ingick dessutom i samma klass vilket kan påverka resultatet. Informanterna uppfyllde kriteriet vi hade, dvs. alla var i högstadieålder.

Använda litteraturen, speciellt i form av artiklarna har däremot en positiv inverkan på generaliserbarheten. De inkluderade artiklarna valdes medvetet från olika länder och världsdelar vilket påvisade att liknande undersökningar och resultat har nåtts världen över.

7.3 Reliabilitet

Reliabilitet eller trovärdighet som man också använder undersöker huruvida undersökningsmetoden kan ha påverkat resultatet i studien. Val av undersökningsmetod påverkar reliabiliteten. (Jacobsen, 2012) Reliabiliteten i materialet anses god. Felaktigheter kan ha uppstått i forskningen av en del av materialet p.g.a. materialets språk och översättningar från engelska. Översättningarna är gjorda med stor noggrannhet och borde inte kunna påverka gjorda resultattolkningar från det använda materialet.

Skribenterna anser att enkät var en både passande och opassande metod för undersökningen av vårt övningstillfälle. På efterhand kan man se att en blandning av både enkät och intervju kunde ha visat sig nyttig för resultatet. En del av enkätfrågorna visade sig vara missförstådda och man kan även tänka sig att högstadie-elever skulle kunna ha mer

tålamod att svara på frågor ställda muntligt och mera anpassade för tillfälle och person. Enkäten gav ändå tillräckliga svar för att uppnå resultat.

Enligt Jacobsen (2012) kan undersökaren själv också ha en inverkan på reliabiliteten i studien, t.ex. i form av partiskhet. Skribenterna anser sig inte vara partiska. Även om tillfället utvecklats av skribenterna själv har man kunnat uppehålla ett kritiskt öga mot processen och resultatet. Tolkningen av materialet är utförd enligt stegen i den kvalitativa innehållsanalysen. Skribenterna har arbetat metodiskt och följt kriterierna för god vetenskaplig praxis.

8 DISKUSSION

I detta kapitel diskuterar vi arbetsprocessens förlopp och reflekterar över vårt projekt från ett yttre perspektiv. Vi går igenom syfte, syftesfrågorna, tidigare forskningar, teoretiska referensramen och resultatet. Till slut ger vi förslag till olika förbättringsmöjligheter.

Examensarbetsprocessen började på vår-vintern 2017 med gemensam grupphandledning i yrkeshögskolan Arcada. Hela arbetet är planerat och skrivet tillsammans. Vi delade upp arbetet i ansvarsområden där Aina ansvarade för forskningsöversikten, teoretiska referensramen, kritiska granskningen, och Sandra för fördelar med att kunna utföra första hjälpen, första hjälpen historia i Finland/Finlands Röda Kors, syfte och frågeställning, metoden och diskussionen. Alla övriga delar är skrivna tillsammans.

Vi valde ut tio relevanta vetenskapliga artiklar till vår forskningsbakgrund. Vi planerade noga innehållet i vårt övningstillfälle och rekryterade två av våra klasskamrater att utföra övningstillfället tillsammans med oss. Vi valde att kontakta och bjuda in närliggande grundskolor, till övningstillfället, med tanke på möjligheter för eleverna att ta sig till Arcada. Den första skolan vi kontaktade tackade nej p.g.a. den bestämda dagen och tidpunkten för övningstillfället inte passade in i deras tidtabell. Den andra skolan, Åshöjdens grundskola, tackade ja till inbjudan och ett informationsbrev skickades elektroniskt till eleverna, där vårdnadshavares medgivande för deltagandet krävdes. Målsättningen var att 15 elever skulle delta i övningstillfället. 14 elever och deras lärare deltog i övningstillfället. En enkät gjordes med syfte att undersöka och analysera innehållet och åsikterna

om övningstillfället. Enkäten, i pappersform, besvarades direkt efter övningstillfället. Eftersom mängden informanter var liten användes inget statistik program för att analysera resultatet av enkäterna.

Vi fokuserade på att utreda om tröskeln för att utföra första hjälpen sänktes efter detta övningstillfälle, om Yrkeshögskolan Arcada är ett lämpligt ställe att öva på, samt om förstavårdsstuderande är lämpliga, enligt grundskole-eleverna, att undervisa första hjälpen. Projektets syfte var att utveckla kompetenser inom första hjälpen för högstadie-elever samt att sänka tröskeln att agera i nödsituationer. Genom att göra en enkätstudie, i form av en enkät för informanterna, kartlade vi informanternas upplevelser om övningstillfället.

Vi hade tre syftesfrågor:

1. Skulle grundskole-eleverna med kunskapen från detta övningstillfälle känna sig mer beredda att utföra första hjälpen?
2. Är Yrkeshögskolan Arcada ett lämpligt ställe att öva färdigheter i första hjälpen?
3. Är en förstavårdsstuderande en lämplig person att undervisa första hjälpen enligt grundskole-eleverna?

I den tidigare forskningen behandlade de flesta valda artiklarna vikten av att en lekman kan utföra HLR och människor i olika åldrar, men intresset för att veta hur tidigt man kan börja lära ut första hjälpen åt ett barn var stort för oss. Bollig et. Al (2009) utförde en studie kring barn i förskole åldern. Resultatet visade att en 6-7 åring är väl mottaglig för grunderna i första hjälpen men att undervisning i t.ex. HLR bör påbörjas som tidigast i 10 års-åldern. Detta resultat stödde vårt val att lära ut första hjälpen åt grundskole-elever som var i fjorton års-åldern.

Tre av de valda artiklarna behandlade lekmäns rädslor inför HLR och nödsituation. Savastano & Vannis (2010) undersökning, sökte svar på de vanligaste rädslorna då det kommer till lekmän och HLR situation. Till de vanligaste rädslorna hörde en allmän rädsla och panik över att agera i en nödsituation, en rädsla om att göra ytterligare skada på personen eller att inte lyckas återuppliva personen. Med tanke på dessa rädslor ville vi med vår första syftesfråga ” Skulle grundskole-eleverna med kunskapen från detta övningstillfälle

känna sig mer beredda att utföra första hjälpen?” undersöka om övningstillfället minskade dessa rädslor och osäkerhet vid att agera i en nödsituation.

Beck et. Al (2015) undersökte i Tyskland om det fanns någon skillnad i inläringen hos eleverna, om utläringen var utförd av professionella lärare eller upplärda medicinstuderande. Efter utförd kurs mättes elevernas inlärningsresultat med ett prov där 40,3 % av medicinstuderandes elever fick godkänt resultat medan 41,0 % av de som lärts av en professionell lärare fick godkänt i provet. Resultatet visar således på att det inte kan påvisas någon signifikant skillnad mellan inlärningsresultaten mellan de två grupperna. Detta stöder vår idé om att en förstavårdstuderande kunde vara en lämplig person att lära ut första hjälpen.

Santos et. Al (2015) studie från Brasilien påvisade oroväckande dåliga kunskaper inom första hjälpen bland med universitetsstuderande. Resultaten av enkätstudien talar för de dåliga kunskaperna: av 1008 personer skulle endast 17,7% försöka utföra HLR vid en nödsituation, av de 1008 kunde dock endast 3 personer beskriva utförandet av HLR och endast en användandet av en AED. Även om dessa resultat inte behandlar kunskaperna inom första hjälpen i Finland är det trots allt oroväckande att första hjälpen inte hör till de ämnen som automatiskt lärs ut åt befolkningen. Vår idé om ett gratis övningstillfälle utfört av förstavårdstuderande skulle kunna minska på dessa dåliga kunskaper och sänka tröskeln för att utföra första hjälpen.

Valet av den teoretiska referensramen och John Deweys teori stödde våra tankar om mera praktisk övning än teori. Enligt Dewey skulle inläringen ske främst genom arbete med praktiska uppgifter och inte enbart genom teori. (Dewey, 2004) Även Ilpo Vuorinen beskrev hur konkretiserandet av lärandet var en effektiv metod för att stärka lärandet eftersom lärandet då grundades på egna erfarenheter, men att man också skulle komma ihåg att praktisk övning inte enbart räckte för en effektiv inläring och krävde andra inlärningsformer som stöd för att kunna uppnå sin fulla effektivitet. (Vuorinen, 1993) Med tanke på Deweys teori var teoridelen i vårt övningstillfälle kort och enkel och vi satsade mera på praktisk övning.

Största delen av informanterna hade tidigare deltagit i ett övningstillfälle i första hjälpen, men trots detta ansåg en stor del av dem att de hade lärt sig något nytt under övningstillfället. Detta var mycket positivt för oss med tanke på vårt hopp om att eleverna skulle

känna sig mer redo att utföra första hjälpen efter detta övningstillfälle. På vår första syftesfråga ” *Skulle grundskole-eleverna med kunskapen från detta övningstillfälle känna sig mer beredda att utföra första hjälpen?* ” visade det sig att 14 av informanterna ansåg att de efter detta övningstillfälle skulle känna sig mer beredda att utföra första hjälpen, medan 1 inte ansåg detta. Saker som bidrog till att de flesta kände sig mer beredda att utföra första hjälpen var att de fick lära sig nya saker men blev även påmind om saker de lärt sig förut men nu glömt. De praktiska övningarna fick ett positivt bemötande eftersom informanterna fick öva själva istället för att bara lyssna. Informanten som inte kände sig mer beredd efter detta övningstillfälle ansåg att det var stressigt och svårt att utföra första hjälpen.

Arbetets andra syftesfråga ” *Är Yrkehögskolan Arcada ett lämpligt ställe att öva färdigheter i första hjälpen?* ” besvarades med 14 ja och 1 nej. En av informanterna ansåg att det var trevligt att besöka Arcada eftersom informanten önskade utbilda sig till sjukskötare efter grundskolan. Informanten som svarade nekande motiverade sitt svar med att det var oklart vad anledningen till besöket i Arcada var.

Arbetets tredje syftesfråga ” *Är en förstavårdsstuderande en lämplig person att undervisa första hjälpen enligt grundskole-eleverna?* ” fick ett enhälligt jakande svar. Informanterna ansåg att förstavårdsstuderande var mer professionella än deras egna lärare, att de kunde sin sak och kunde besvara frågor om första hjälpen samt att det var trevligare att de som undervisade inte var bekanta från tidigare.

Sammanfattningsvis, kan man konstatera på basis av resultatet över syftesfrågorna, att övningstillfället till största del fått ett positivt bemötande och att vi, förstavårdsstuderande, även i framtiden kunde bidra till att lära ut första hjälpen och minska på tröskeln för en lekman att våga agera i en nödsituation.

Övningstillfället planerades noga och dagen före tillfället träffades alla inblandade för att gå igenom både teoridelen samt den praktiska delen. Trots noggrann planering upptäcktes en del brister som kunde åtgärdas inför ett eventuellt nytt övningstillfälle. Som exempel kan nämnas att en del av enkätfrågorna misstolkades av informanterna, och på grund av detta kunde inte alla kommentarer i enkäten användas. Tydligare frågor i enkäten och eventuellt en kort intervju efter övningstillfället kunde ge mera användbar information

om informanternas åsikt gällande övningstillfället. Till den praktiska delen av övningstillfället skulle larmandet av hjälp kunna inkluderas. Larmandet samt 112 applikationen togs upp i teoridelen men det kunde även vara nyttigt för eleverna att få öva på att ringa till alarmcentralen, som kunde vara en av förstavårdsstuderanden, och förklara vad som har hänt och ta emot direktions. Tack vare 112 applikationen har larmandet av hjälp blivit enklare. Man behöver nödvändigtvis inte känna till adressen eller stället man befinner sig på, eftersom alarmcentralen med hjälp av koordinaterna från telefonen personen ringer ifrån, kan lokalisera personen i nöd. För att poängtera idén och fördelarna med applikationen kunde eleverna eventuellt själva ladda ner den till sina telefoner för att få en bättre inblick i hur den fungerar.

Den praktiska delen av övningstillfället kunde även förbättras genom att ha flera förstavårdsstuderande som medhjälpare för att minska på onödiga tidsluckor, samt genom att dela upp eleverna i mindre grupper. En av informanterna ansåg att gruppstorleken var för stor. Detta kunde åtgärdas genom att dela upp gruppen i mindre grupper per övningspunkt, samt genom att en av förstavårdsstuderanden skulle dela upp gruppen i par. Eleverna skulle alltså inte själva välja sitt par, detta för att förhindra att någon blir lämnad utanför, samt eftersom man inte i en riktig nödsituation kan välja vem man eventuellt samarbetar med.

Övningstillfället ordnades i Arcadas patientsäkerhets- och lärocenter (APSLC), där det finns mycket utrustning som förstavårdsstuderande använder under sina simuleringar. Utrymmena och utrustningen distraherade lätt eleverna vilket man eventuellt i framtiden bör beakta. Däremot är just dessa rum med deras specifika utrustning samtidigt reklam för Arcada och möjliga framtida studerande vid Arcada.

Nästa steg i denna arbetsprocess kunde, både med tanke på att göra reklam för Arcada även i fortsättningen, samt för att utveckla förstavårdsstuderandes läroplan, vara att undersöka om ett kontinuerligt framtida samarbete mellan grundskolan och yrkeshögskolan Arcada. Vår önskan är ett kontinuerligt samarbete med grundskolan, där förstavårdarstuderande lär ut första hjälpen som en del av sin läroplan, till grundskole-elever. Detta eftersom förstavårdstuderande i detta arbete har bevisat att de, med sin kunskap och professionalitet är lämpliga för att lära ut första hjälpen och i och med det, sänka tröskeln för lekman att agera i nödsituationer.

KÄLLOR

Bollig G., Myklebust A., Ostringen K. 2011, Effects of first aid training in the kindergarten-a pilot study, *Scandinavian Journal of Trauma, Resuscitation and Emergency medicine*, vol.19. Tillgänglig: Pubmed. Hämtad 2.3.2017.

Bollig G., Wahl H., Svendsen M. 2009, Primary school children are able to perform basic life-saving first aid measures, *Resuscitation*, vol. 80, s. 689-692. Tillgänglig: Science Direct. Hämtad 8.9.2016.

Beck S., Issleib M., Daubmann A., Zöllner C. 2015, Peer education for BLS-training in schools? Results of a randomized-controlled, noninferiority trial, *Resuscitation*, vol. 94, s. 85-90. Tillgänglig: Pubmed. Hämtad 23.2.2017.

Connolly M., Toner P., Connolly D., McCluskey D.R. 2006, The 'ABC for life' programme-Teaching basic life support in schools, *Resuscitation*, vol. 72, s. 270-279. Tillgänglig: Science Direct. Hämtad 8.9.2016.

Dewey, John. 2004, *Individ, skola och samhälle- utbildningsfilosofiska texter*, Stockholm: Natur och kultur, 223s.

Enami M., Takei Y., Goto Y., Ohta K., Inaba H. 2009, The effects of the new CPR guideline on attitude toward basic life support in Japan, *Resuscitation*, vol. 81, s. 562-567. Tillgänglig: Pubmed. Hämtad 2.3.2017.

Fernandes J., Leite A., Auto B., Lima J., Rivera I., Mendonca M. 2014, Teaching Basic Life Support to Students of Public and Private High Schools, *Sociedade Brasileira De Cardiologia*, vol. 6, s. 593-601. Tillgänglig: Pubmed. Hämtad 2.3.2017.

Finlands Röda Kors, 2002, *Ihminen ihmiselle*, Helsingfors, Finlands Röda Kors, 146 s.

Finlands Röda Kors 2016. Tillgänglig: <https://www.rodakorset.fi/nyheter/20160205/vem-som-helst-kan-radda-liv> Hämtad 6.9.2016.

Finlands Röda Kors 2017. Tillgänglig: <https://www.rodakorset.fi/node/997/finlands-roda-kors> Hämtad 16.10.2017.

Finlex 2017. 15§ (21.4.1995/578) Försummande av räddningsåtgärd. Tillgänglig:

<http://www.finlex.fi/sv/laki/ajantasa/1889/18890039001?#L21>

Hämtad 16.10.2017.

Forskningsetiska delegationen, *God vetenskaplig praxis.* Publicerad 2012. Tillgänglig: <http://www.tenk.fi/sv/god-vetenskaplig-praxis-anvisningar/god-vetenskaplig-praxis>

Hämtad 29.6.2017.

Guerra NG, Williamson AA, Lucas-Molina B. Normal development: Infancy, childhood, and adolescence. In Rey JM (ed), *IACAPAP e-Textbook of Child and Adolescent Mental Health.* Geneva: International Association for Child and Adolescent Psychiatry and Allied Professions 2012. Tillgänglig: iacapap.org/wp-content/uploads/A.2.-DEVELOPMENT-072012.pdf Hämtad: 9.4.2018

Jacobsen, Dag Ingvar. 2012, *Förståelse, beskrivning och förklaring – Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete*, Lund: Studentlitteratur, 327 s

Lähitapiola 2017. Tillgänglig: <https://www.lahitapiola.fi/tietoa-lahitapiolasta/uutishuone/uutiset-ja-tiedotteet/uutiset/uutinen/1310391622301> Hämtad 8.1.2018

Meissner T., Kloppe C., Hanefeld C. 2012, Basic life support skills of highschool students before and after cardiopulmonary resuscitation training: a longitudinal investigation, *Scandinavian Journal of Trauma, Resuscitation and Emergency medicine*, vol. 20. Tillgänglig: Pubmed. Hämtad 2.3.2017.

Mäkelä, Klaus. 2010, Alaikäisiä koskeva eettinen ennakkokäsittely. *Teoksessa Lasten ja nuorten tutkimuksen etiikka*. Helsinki: Nuorisotutkimusseura & nuorisotutkimusverkosto, s. 67-88.

Santos S., Margarido M., Caires I., Santos R., Souza S., Souza J., Martimiano R., Duttra C., Palha P., Zanetti A., Pazin-Filho A. 2015, Basic life support knowledge of first-year university students from Brazil, *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*, vol. 48, s. 1151-1155. Tillgänglig: Pubmed. Hämtad 2.3.2017.

Savastano Simone, Vanni Vincenzo. 2010, Cardiopulmonary resuscitation in real life: The most frequent fears of lay rescuers, *Resuscitation*, vol. 82 s. 568-571. Tillgänglig: Pubmed. Hämtad 2.3.2017.

Sipsma K., Stubbs B., Plorde M. 2010, Training rates and willingness to perform CPR in King County, Washington: A community survey, *Resuscitation*, vol. 82 s. 564-567. Tillgänglig: Pubmed. Hämtad 2.3.2017.

Patel Runa & Davidson Bo, 2011, *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*, Studentlitteratur, 149s.

Vastuullinen tiede, 2018. Tillgänglig: <https://www.vastuullinentiede.fi/fi/tutkimuksen-suunnittelu/kuka-suostuu-lasten-ja-nuorten-tutkimuksessa> Hämtad: 9.4.2018

Vuorinen Ilpo, 1993, *Tuhat tapaa opettaa- Menetelmäopas opettajille, kouluttajille ja ryhmän ohjaajille*, Vammala: Vammalan Kirjapaino, 227s.

BILAGOR

1. Informationsbrev till informanternas föräldrar

Informationsbrev till informanternas föräldrar

Hej!

Vi är tredje årets förstavårdsstuderande från Yrkeshögskolan Arcada och vi arbetar med vårt examensarbete som handlar om att lära ut första hjälpen åt grundskole- elever.

Vi bjuder in eleverna till ett frivilligt övningstillfälle i första hjälpen i våra simuleringsutrymmen i Arcada. För deltagandet behövs vårdnadshavares medgivande. Under övningstillfället kommer vi att lära ut grunder i första hjälpen bl.a. att ringa alarmcentralen, framstupasidoläge, att lägga förband samt påbörjan av återupplivning.

Efter övningstillfället svarar eleverna på en konfidentiell enkät om övningstillfället. Svaren används som material för vårt examensarbete för att utreda hur eleverna upplevt övningstillfället. Deltagandet är frivilligt.

Ert godkännande till deltagande behövs eftersom eleverna är minderåriga och de måste ta sig till Yrkeshögskolan Arcada tillsammans med sin lärare.

Jag _____ ger mitt godkännande till att eleven

får delta i övningstillfället i förstahjälp i Yrkeshögskolan Arcadas utrymmen.

Underskrift och datum

Tack för gott samarbete!

Med vänlig hälsning Sandra Henriksson och Aina Lindholm

Vid eventuella frågor, ta gärna kontakt.

Aina Lindholm

Sandra Henriksson

Jonas Tana (handledare)

aina.lindholm@arcada.fi

sandra.henriksson@arcada.fi

jonas.tana@arcada.fi

+358408471340

+358408297928

+358407719077

2. Enkät för övningstillfället i första hjälpen

Övningstillfälle i första hjälpen

Detta är en enkätundersökning där innehållet i och åsikterna om övningstillfället i första hjälpen undersöks på Yrkeshögskolan Arcada. Syftet med övningstillfället är att lära ut första hjälpen åt grundskole-elever. Välj det alternativ som du tycker passar bäst. Enkäten består av ja och nej frågor, flervalsfrågor samt öppna frågor. Besvarandet av enkäten tar cirka 10 min. Undersökningen är konfidentiell. Svara individuellt och på alla frågor. Ge arbetsro åt dina klasskamrater. Lämna in blanketten när du är klar.

Vi är tacksamma för ditt bidrag.

- 1) Har du tidigare deltagit i ett övningstillfälle i första hjälpen?

Ja () Nej ()

- 2) Känner du dig mer redo att utföra första hjälpen efter detta övningstillfälle än vad du gjorde innan tillfället?

Ja () Nej ()

Beskriv varför, oberoende om du svarade ja eller nej?

3) Tyckte du om idén att komma till Yrkeshögskolan Arcada för att delta i övningstillfallet?

Ja () Nej ()

Beskriv varför, oberoende om du svarade ja eller nej?

4) Var innehållet i övningstillfallet: Lätt ()

Svårt ()

Lämpligt ()

5) Var storleken på gruppen: Lämplig ()

För stor ()

För liten ()

6) Lärde du dig något nytt vid övningstillfallet? Ja () Nej ()

Om du svarade ja, vad lärde du dig? Om du svarade nej, vad beror det på?

7) Tycker du att vi, förstavårdsstuderande, var lämpliga lärare för övningstillfället eller hade du hellre haft din egen lärare eller t.ex. hälsovårdare som lärare vid övningstillfället?

Ja () Nej ()

Beskriv varför, oberoende om du svarade ja eller nej?

8) Vad tycker du var roligast idag?

Tack för ditt deltagande,

Du har varit till stor hjälp!

3 Powerpoint för övningstillfället

ÖVNINGSTILLFÄLLE I FÖRSTA HJÄLPEN

18.5.2017, Arcada
Sandra Henriksson och Aina Lindholm

Första hjälpen

- Känna igen en livlös person
- Framstapasidoläge
- Larma 112
- Stoppa blödning
- Återupplivning



Känna igen en livlös person

- DIN EGEN SÄKERHET KOMMER ALLTID FÖRST!
- Om situationen känns säker: Försök väcka



Undersökning av livlös person

- Öppna luftväg: Ta tag i personens käk och böj försiktigt uppåt
- Kontrollera luftflöde: Håll din kind mot personens näsa och mun samtidigt som du tittar ner på personens bröstorg
→ Känner du luftflöde, hör du andningsljud?
→ Ser du bröstorgen röra sig?

OM PERSONEN INTE REAGERAR MEN ANDAS ÄR DET FRÅGA OM EN MEDVETSLÖS PERSON, OM PERSONEN INTE ANDAS ÄR PERSONEN LIVLÖS!

Framstupasidoläge

- En medvetlös person läggs i framstupasidoläge
 - För att underlätta andningen
 - Om personen ligger på rygg kan tungan täppa luftvägarna
 - Om personen börjar kräkas rinner vätskan ut, istället för att orsaka kvävning



Framstupasidoläge

- 1) Lägg den medvetlösens hand närmast dig ut från kroppen
- 2) Lägg den andra armen över bröstet med baksidan av handen mot kinden
- 3) Med din andra hand vinklar du upp den medvetlösens borte knä
- 4) Vänd personen försiktigt mot dig själv
- 5) Skapa öppen luftväg igen och kontrollera att personen fortfarande andas! Se till att ställningen är stabil så att personen inte hamnar på mage.

Att larma 112

- Följ larmcentralens instruktioner och avsluta inte samtalet före du får lov
- 112-appen
- Förklara vad som har hänt, var du är...
- Om ni är fler på plats: dela på uppgifterna, undersök medan ni ringer för att försnabba processen



Stoppa blödning

- Skadad kroppsdel i högläge, d.v.s högre än hjärtat
- Skapa ett tryck mot såret
 - tryckförband
- Eventuella främmande föremål får lämnas i såret
- Håll personen varm!



Återupplivning

- Medvetandegrad
 - Tilltala personen, ruska om personen
 - ingen reaktion? Kontrollera andningen
- Öppna luftvägarna
- Om den skadade inte reagerar eller har normal andning bör man ringa 112 och påbörja hjärt-lungräddning



Återupplivning

- 30/2
- 100 kompressioner/minut
- "Staying alive"



Defibrillator/hjärtstartare



TACK FÖR ER TID

