



Førstehjelpsquiz

1. Hvilket av følgende er et vanlig symptom på et hjerteinfarkt?

- ☐ Alvorlig hodepine
- ☐ Brystsmerter eller ubehag
- ☐ Vedvarende hoste
- ☐ Plutselig synstap



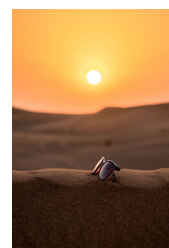
2. Hva er det første du bør gjøre når du møter en voksen som kveles og fortsatt er ved bevissthet?

- ☐ Gi ryggslag
- ☐ Utfør bukstøt.
- ☐ Utfør bryststøt.
- ☐ Oppmuntre dem til å hoste.



3. Hvilken handling er passende når noen har heteslag?

- ☐ Gi varme væsker
- ☐ Flytt til et kjølig område
- ☐ Ta en kald dusj.
- ☐ Legg is på huden.



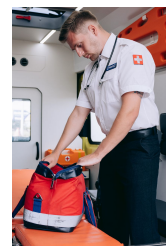
4. Hva bør du gjøre hvis du mistenker at noen har forstuet ankelen?

- ☐ Massér det skadede området
- ☐ Påfør varme på det skadde området.
- ☐ Hev benet og legg på en ispose.
- ☐ Legg en bandasje rundt ankelen.



5. Hva er riktig teknikk for å kontrollere blødning fra et alvorlig ytre sår?

- ☐ Påfør en steril bandasje eller et plaster.
- ☐ Hell hydrogenperoksid på såret.
- ☐ Påfør direkte trykk med en steril bandasje eller klut.
- ☐ Hev såret over hjertet hvis mulig.



6. Hva er anbefalt førstehjelp ved neseblødning?

- ☐ Påfør en kald kompress på nakken.
- ☐ Len deg framover og klyp nesen.
- ☐ Trykk på pannen
- ☐ Vipp hodet bakover.



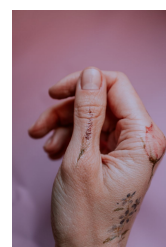
7. Hvilken førstehjelpsbehandling anbefales ved mistenkt brudd?

- ☐ Bruk en varmepute for å redusere smerte.
- ☐ Massér det skadede området for å fremme blodsirkulasjonen.
- ☐ Oppmuntre personen til å bevege seg for å forhindre stivhet.
- ☐ Immobiliser det skadede området med en skinne eller en improvisert støtte.



8. Hva er den anbefalte metoden for å fjerne en liten innebygd gjenstand, for eksempel en flis?

- ☐ Plukke det ut med pinsett
- ☐ Påføring av en varm kompress
- ☐ Å skjære det ut med en skalpell
- ☐ Ignorer gjenstanden med mindre den forårsaker alvorlige smerter.



9. Når bør HLR ikke startes?

- ☐ Når personen puster raskt
- ☐ Når personen ikke puster
- ☐ Når du ikke kjenner en puls
- ☐ Når personen gisper



10. Hva er det anbefalte forholdet mellom kompresjoner og ventilasjoner under HLR for voksne?

- ☐ 5:1
- ☐ 15:2
- ☐ 30:2
- ☐ 50:2

