

Førstehjelpsutstyr

Det er viktig å ha med et fullt utrustet førstehjelpssett i felt. Et førstehjelpsskrin bør, ifølge arbeidstilsynet, inneholde:

- Ulike bandasjer, kompress, sportstape, plaster og sårservietter til behandling av kutt og sår
- Trekanttørkle (fatle) til avlastning ved brudd
- Sikringsnåler, saks og pinsett
- Elastisk bind 10cm x 5m
- Munn-til-munn-maske
- Engangshansker
- Øyeglass og saltvassopløysing
- Sårvaskeservietter
- Brannbandasje
- Kuldepakning
- Kort førstehjelpsinstruks

Innholdet i førstehjelpssettet bør kun brukes ved nødstilfelle. Dette for å sikre at ikke noe mangler ved akutte nødstilfeller. Det kan dermed være en god idé å lage et ekstra skrin med forbruksutstyr som plaster, ekstra øyeskyll, flåttpinsett, solkrem osv.