

Velkommen til førstehjelpskurs



- Brann / Redning
- Førstehjelp
- Hjertestarter
- Varmearbeiderkurs
- HMS

www.catch112.no

Catch112 brann og redning

- Jobber til daglig som brannmester/utrykningsleder og redningsdykker i Gjøvik brann- og redningsvesen, hvor jeg har vært ansatt siden 1993.
- Uteksaminert fra Gjøvik Ingeniørhøyskole i 1993, linje Brann- og Skadevern.
- Jobber som instruktør internt i brannvesenet og for det private næringsliv. Tilknyttet Norges Brannskole i flere år.
- Erfaring fra ambulansetjeneste gjennom Røde Kors og Forsvaret



Varsling AMK 1-1-3

- Hvor?
- Hva?
- Hvem?
- Videre utspørring



Er du i tvil ringer du 113

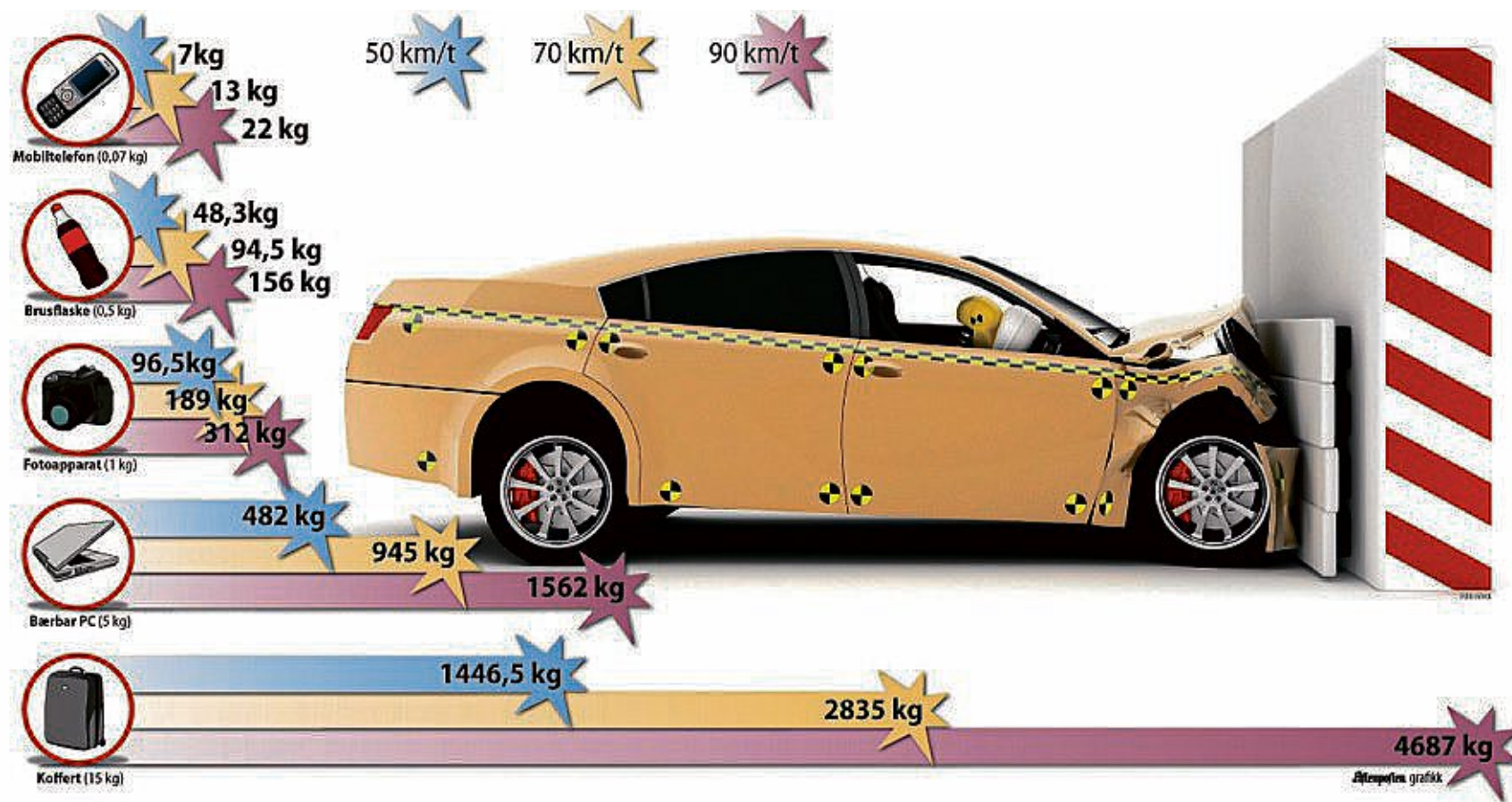
Sikring av skadestedet

Hva **SKAL** vi tenke på
når ulykken skjer?



Ta ledelsen !!

Løse gjenstander i bil



PASIENT UNDERSØKELSEN



Den viktige undersøkelsen

Pasient-undersøkelsen

- [1] Hva har skjedd?
- [2] Er pasienten våken?
- [3] Puster han normalt?
- [4] Hvordan er huden?



Vi må først behandle de som trenger
livreddende førstehjelp.

Det er ikke alltid de som skriker
høyest, som er alvorligst skadet.

Hensikt:

- Avdekke skader / sykdom så raskt som mulig
- Jobbe etter fastsatt mønster :

A - B - C



Frie luftveier

- Bevisstløs på bakken med ufrie luftveier:



- I bil:



Bevisstløs med ufrie luftveier.



Løft hodet til nøytral posisjon og trekk frem kjeven.

- Fremmedlegemer i luftveiene:



Skaff frie luftveier

Ufrie luftveier

- [1] Hvis pasienten er våken, få pasienten til å hoste
- [2] Hvis fremmedlegemet ikke kommer opp, gi 5 ryggslag
- [3] Hvis det ikke hjelper - ring 1-1-3
- [4] Kombiner 5 bukstøt med 5 ryggslag



Skaff frie luftveier



Ryggslag på spedbarn. Husk at slaget må være kraftig nok, men ikke for kraftig.

Brannskader

- Det oppstår ca: 16000 brannskader pr. år, 800 av disse krever sykehusbehandling.
- Når vevet i huden varmes opp over en viss temperatur, ødelegges blodårene og vevet slik at blodet og væske lekker ut.
- Konsekvensen av dette er at kroppen ikke har nok væske til nødvendig sirkulasjon.

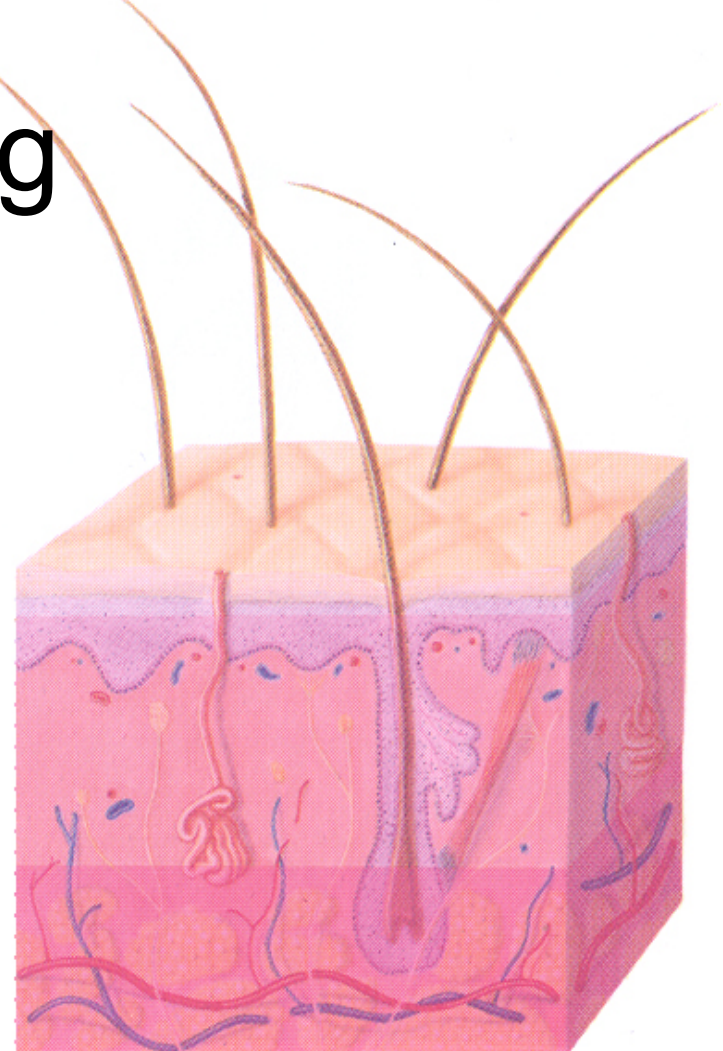
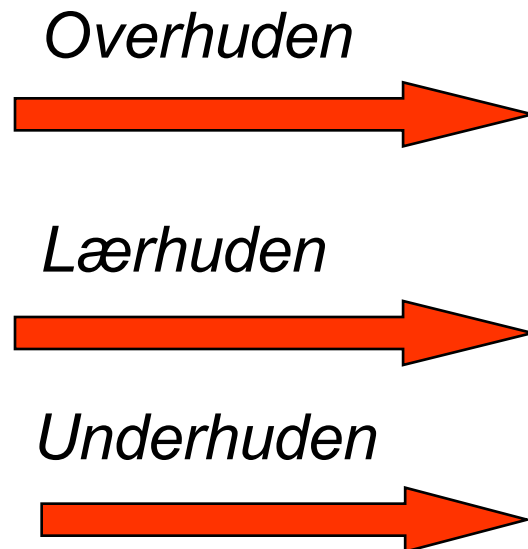
Brannskader

Temperatur og skadeomfang

- Vann med en temperatur på 50°C gir hudskade etter 5 minutter.
- Vann med en temperatur på 52°C gir hudskade etter 2 minutter.
- Vann med en temperatur på 60°C gir hudskade etter 5 sekunder.

Brannskader

Huden består av tre lag



Brannskader



Brannskader



Brannskader

- [1] Sikre livsviktige funksjoner
- [2] Køl ned med kaldt vann i 1 – 2 minutter
- [3] Fortsett med lunket vann i 20 – 30 minutter
- [4] Ring 1-1-3 hvis skaden krever det (stor 2. grad, eller 3. grad)

Brannskader

Inhalasjonsskader



Inhalasjonsskader

Symptomer:

- *Svidde nesehår, skjegg*
- *Rødhet innover i munnen*
- *Brannskader i svelget*
- *Svartfarget spytt*
- *Sottlukt fra pust*
- *Hoste*
- *Pustevansker*

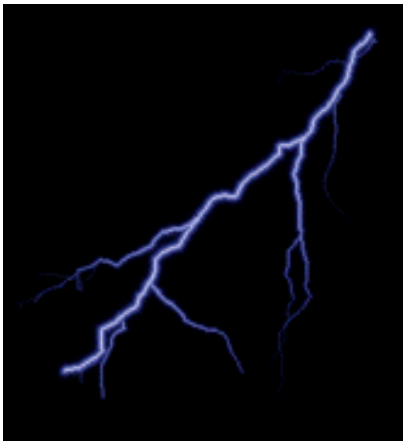
Inhalasjonsskader

Behandling:

- *Ring 1-1-3*
- *Sitte foroverbøyd*
- *Kjøle ned med kalde omslag utvendig på halsen*
- *Ikke ligge om han er ved bevissthet*
- *Overkropp, hode heves*
- *Gi oksygen (hvis tilgang – OBS brann)*
- *Psykisk støtte*
- *Frisk luft*

Elektriske skader

- El-skader er som regel meget farlige
- Ofte er de mye farligere enn det kan se ut for
- Fare for indre skader
- Pasienten kan få puste-/hjertestans
- El-skader fra høyspent strøm er spesielt farlige
- Kontakt 113 umiddelbart



Egensikkerhet

Førstehjelp ved elektriske skader

- Frigjør fra strømkretsen (gjelder **kun** lav spenning) – ta sikring eller dra i klær
- Ved høy spenning skal du forsikre deg om at strømmen er avslått før du frigjør den skadde
- Slokk eventuell ild
- Dersom nødvendig - start HLR
- Avkjøl hurtig med vann
- Dekk til såret
- Observer ABC
- Hurtig transport til lege/sykehus



Forgiftning



[1] Husk
egensikkerhet

[2] Sikre livsviktige
funksjoner

[3] Sideleie hvis
reduert
bevissthet

[4] Ring 1-1-3

Lut & syrer

SKADER

- Etseskader i munn, svelg, spiserør og magesekk

SYMPTOMER

- blek, kaldsvett hud
- bevissthetsforstyrrelser
- bevisstløshet
- hevelse i munn, svelg

FØRSTEHJELP

- Ring 113
- rikelig med drikke
- IKKE fremkall brekninger
- Sideleie



ETSENDE

Petroleumsdestillater

SKADER

- avgir gasser som tas opp i lungene
- 1 dl. er dødelig for voksne!



GIFTIG

SYMPTOMER

- blek, kaldsvett hud
- bevissthetsforstyrrelser
- bevisstløshet
- kan gi hevelse i munn og svelg

FØRSTEHJELP

- Ring 113
- Gi rikelig med drikke
- **IKKE** fremkall brekninger
- 1-2 ss matolje
- gi iskrem (kjøler ned væskene, mindre gass)

Medikamenter & planter



SKADER

- Bedøvende, sløvende, kan føre til hjertestans

SYMPTOMER

- blek, kaldsvett hud
- bevissthetsforstyrrelser, bevisstløshet
- brekninger, kvalme
- sløvende, berusende

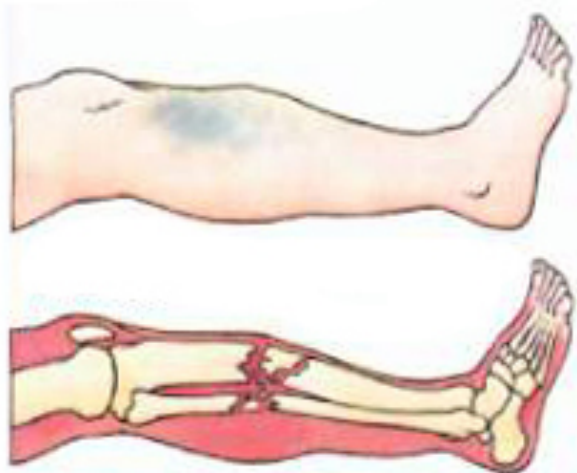
FØRSTEHJELP

- Ring 113
- gi rikelig med drikke!
- Fremkall brekninger
- Hold pasienten våken
- Sideleie
- Se etter "det tause vitnet" (medisiner/planter pasienten har spist)
- Husk å oppgi hvilken plante/medisin pasienten har tatt, til ambulansepersonell / 113

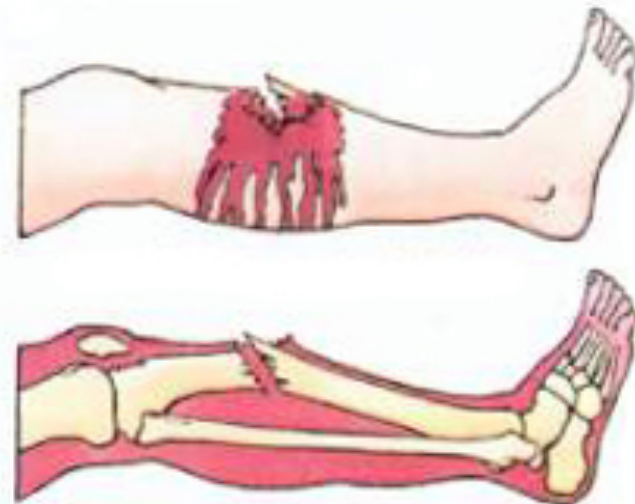


Bruddskader

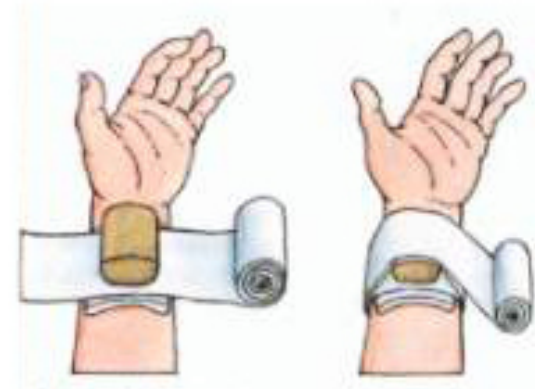
Lukket brudd



Åpent brudd



Stans av blødninger



Hodeskader

Hjernerystelse

SYMPTOMER

- Hodepine, kvalme, oppkast
- Lyssky
- Hukommelsestap
- Blek ansiktsfarge
- Kald/klam hud
- Kramper, bevisstløs

FØRSTEHJELP

- Pasientundersøkelse
- Husker pasienten noe?
- Hvor lenge har pasienten vært bevisstløs?
- Kontakt 113 for veiledning

KRANIEBRUDD

SYMPTOMER

- Åpent sår i hodebunn
- Merkbart brudd i skallen
- Blødning fra øre, nese, munn

FØRSTEHJELP

- Pasientundersøkelse
- Ta av eventuell hjelm/lue
- Dekk til blødende legemer
- sideleie med evt blødende sår ned



Epilepsi

- Skyldes unormale elektriske utladninger i hjernen
- Ulike former for epilepsi
 - Farligst: kramper og bevisstløshet
- Årsaker vanskelig å kjenne til
- Legevitenenskapen krangler endel her
 - Hjerneskade på fosterstadiet
 - Arr i hjernen etter skader



Epilepsi - symptomer

- Bevisstløshet
- Rykninger i alle muskler
- Stive muskler og sterkt bøyd rygg
- Skum rundt munnen
- Avgang av urin og avføring
- Trøtthet etter anfallet

Diabetes (sukkersyke)

- Relativt vanlig sykdom
- Hvem rammes?
- Årsak:
 - Problemer med å regulere sukkerinnholdet i blodet
- Avhengig av
 - Streng diett
 - Insulin tilførsel – blodsukkerbalanse
- To ting kan gå galt
 - For lite sukker / høyt insulin
 - For mye sukker / lav insulin



To typer diabetes:

- **Diabetes I:**
- Kroppen er avhengig av medikament



- **Diabetes II:**
- Reguleres med kosthold
- Opptres hyppigst hos eldre mennesker, eller ved overvekt.

Insulinsjokk

- Lavt blodsukker
- For lite glukose (blodsukker) i blodet i forhold til insulin
- Kan være livsfarlig
- Kan skyldes
 - For stor insulindose
 - Spist for lite
 - Drevet med mer fysisk aktivitet enn vanlig
- Innledende symptomer kalles føling

Insulinsjokk - symptomer

- Pasienten merker ofte at et anfall kommer (føling)
- Sultfølelse
- Slapphet
- Skjelving, uro i kroppen eller muskelsitring
- Normal puls!!
- Engstelse
- Sterk svetting
- Kan være aggressiv
- Kramper
- Bevissthetsforstyrrelser

Insulinsjokk - førstehjelp

- Ved begynnende symptomer (føling) kan en avverge anfallet ved å gi pasienten sukkerbiter, søt saft eller melk
- Sørg for frie luftveier
- Transporter til lege/ sykehus



Diabetisk koma

- Sukkerslag/ overskudd
- For mye glukose (blodsukker) i blodet i forhold til insulin
- Kan skyldes
 - At pasienten ikke har tatt sin vanlige insulinsprøyte
- Tilstanden utvikler seg over tid

Diabetisk koma - symptomer

- Tørr hud
- Dypt åndedrett
- Acetonlukt av pusten
- Hurtig puls
- Lavt blodtrykk
- Tørste, kvalme, brekninger og bevisstløshet
- Hyppig vannlating
- Anfallet stopper etter noen minutter og går over i dyp søvn. Deretter følger noe uklarhet

Diabetisk koma -førstehjelp

- Gi noe søtt å drikke
- Sørg for frie luftveier
- Transporter raskt til lege/ sykehus



DiabetesOppsummering.

- Dersom man vet at pasienten har diabetes, men ikke med sikkerhet kan si at blodsukkeret er for høyt eller lavt, skal man gi sukker til begge kategorier.
- Effekten av sukkeret vil ikke forandre tilstanden dersom blodsukkeret er for høyt.



Livreddende førstehjelp





Sjansen for å overleve

Sjansen for å overleve en hjertestans er helt avhengig av tidlig HLR og tidlig bruk av hjertestarter.

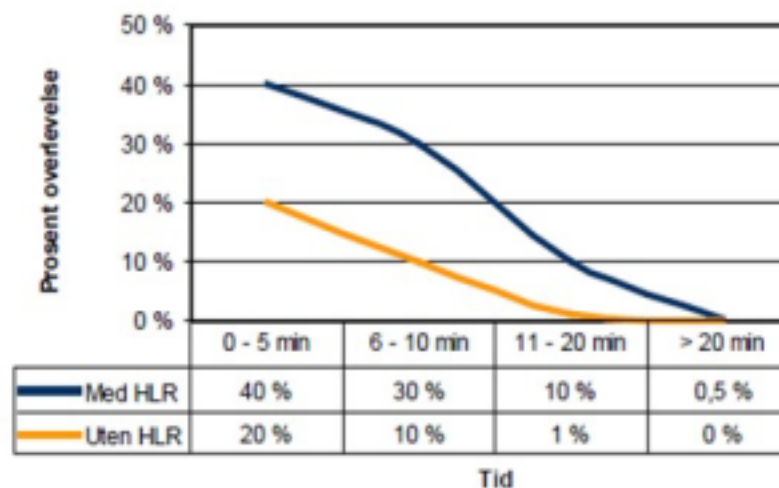
I Norge dør mer enn 6.000 personer plutselig og uventet utenfor sykehus hvert år.

Omlag 80 prosent av disse dødsfallene antas å være forårsaket av hjertesykdom.

Til sammenligning var antall trafikkdrepte 190 i 2013.

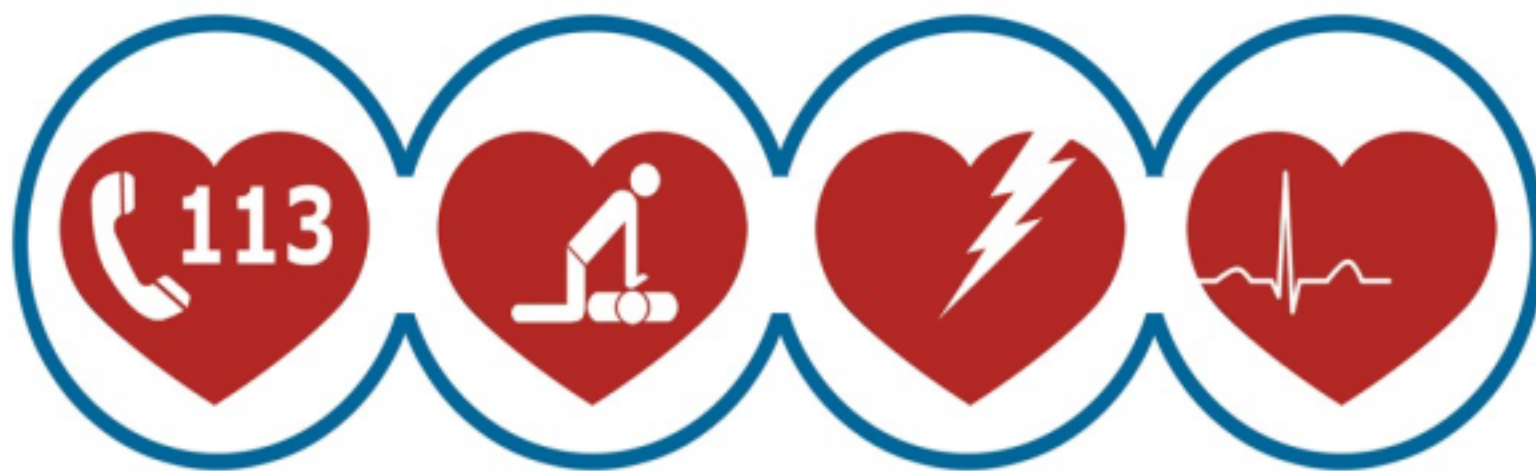
75 prosent av disse tilfellene (3.750 personer) starter med hjertekammerflimmer som hjertestartere kan behandle.

Overlevelse (prosent) ved hjertestans utenfor sykehus.





Kjeden som redder liv



TIDLIG
VARSLING

TIDLIG HJERTE-
LUNGEREDNING

TIDLIG BRUK AV
HJERTESTARTER

TIDLIG SYKEHUS
BEHANDLING

Hjerte- / Lungeredning



113



Nye retningslinjer fra 2012



Hjerte- lungeredning av barn (HLR)

Hjerte- lungeredning på barn følger stort sett de samme prinsippene som på voksne med noen unntak.

"Det er heldigvis ikke så vanlig at barn får hjertestans. Hjertestans på barn er som oftest forårsaket av problemer med luftveiene, som for eksempel fremmedlegeme i halsen eller drukning."

Undersøk barnet se etter tegn til liv.
Hvis barnet ikke reagerer; rop på hjelp

Åpne luftveiene og sjekk om barnet:
ikke puster/puster ikke normalt/puster
normalt (regelmessig inn og ut)
bruk maksimalt 10 sekunder på dette

Hvis barnet puster normalt, observer pusten i 1 minutt.
Hvis normal pust etter 1. minutt legger du barnet i sideleie

Hvis barnet ikke puster normalt skal du starte med 5 innblåsing





Hjerte- lungeredning av barn (HLR)

På barn under 1 år (spedbarn) legg hodet i nøytral stilling og løft frem haken. la din munn omkranse barnets munn og nese. blås forsiktig i 1 sekund og stopp når brystet hever seg

Fortsett med HLR i 1 minutt, 30:2 før du forlater barnet for å ringe 1-1-3.

Hvis du ikke er alene, få noen andre til å ringe 1-1-3 når hjertestans er konstatert

På barn under 1 år skal du bruke 2 fingre.

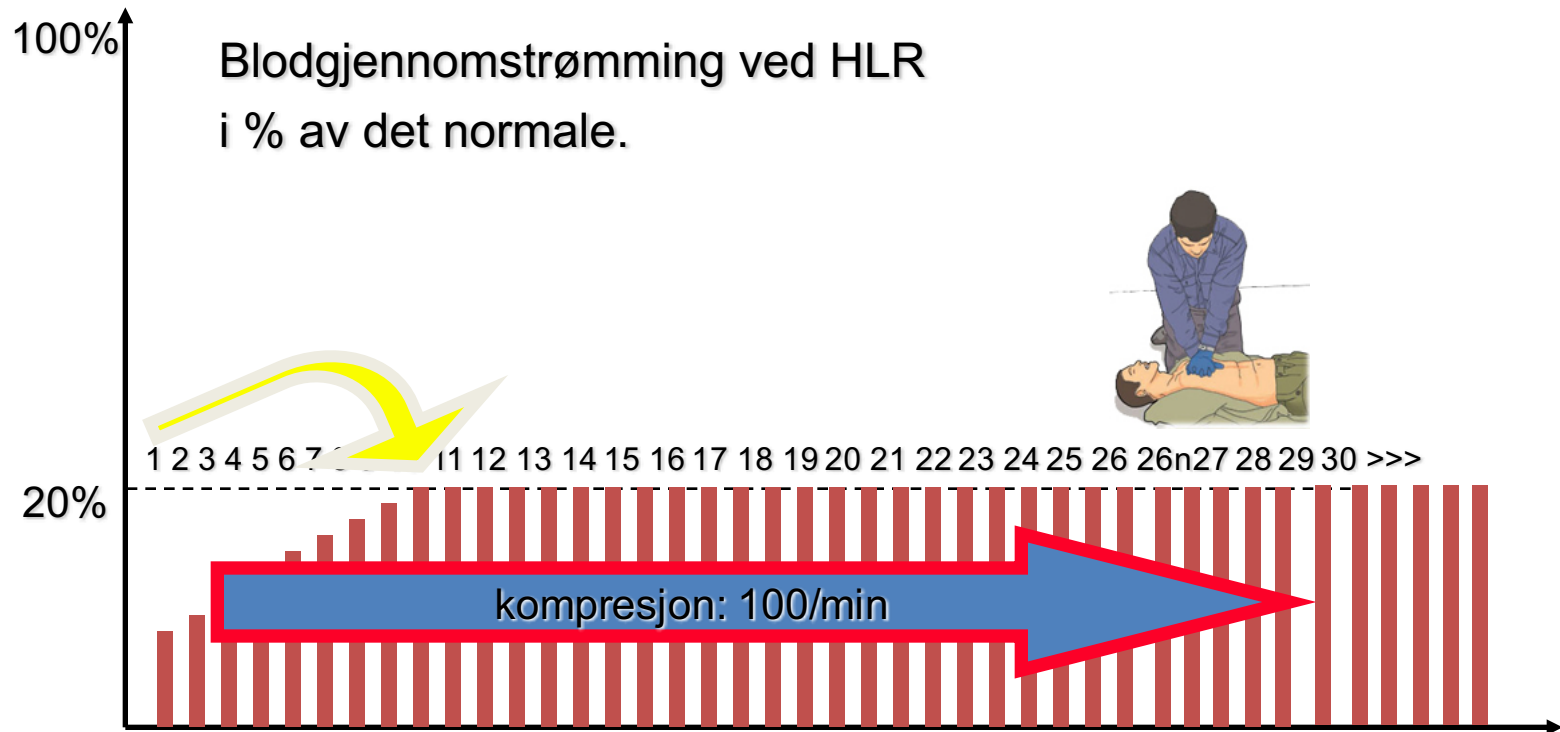
På barn over 1 år skal du bruk 1 hånd.

På større barn (over ca. 8 år) bruker du begge hender som på voksne.

På alle barn, trykk ned ca. 1/3 av brystkassens høyde.

Ved drukning alle aldre start med 5 innblåsing.





Hjerte-/lungeredning



Mykt underlag

Hjerte-/lungeredning

