

**Tema:**

Førstehjelp

**Emne:**

Hjerte lungeredning på voksen og sideleie  
(skal ikke opplyses til patruljen)

**Tid:**

Maksimalt 45 minutter på hele posten.

**Senario:**

På patruljetur får dere ca 200 meter opp langs stien til hytten øye på to personer som ligger urørlige på bakken. Det er tilsynelatende ingen andre personer i nærheten. Hva vil dere gjøre?

*Undersøk og behandle pasientene samtidig som dere forteller hva dere gjør.*

**Markør og utstyr:**

Skade 1: Annedukke.

(Dersom dukken har varslings for korrekt dybde på kompresjonene, skal denne være skrudd av under øvelsen)

Skade 2: Bevisstløs person

En person med skrubbsår synlig i høyre håndflate, ellers ingen skader. Pasienten er bevisstløs, reagerer på smerte, men ikke på tiltale. Puster sakte men jevnt. Dersom patruljen kontrollerer puls på pasienten får de, etter å ha oppgitt hvilke funn de har, vite at pulsen er 60 slag/min. Pasienten ligger på ryggen.

**Hjelpemidler:**

Patruljens eget førstehjelpsutstyr.

Egen mobiltelefon til "varslings" av 1-1-3 (patruljen skal *ikke* ringe 1-1-3 i virkeligheten)

Munn-til-munn duker tilgjengelig på posten.

**Merknader:**

Patruljen skal utføre HLR i 15 -femten- minutter fra de har varslet 1-1-3.

Dersom patruljen ikke varsler 1-1-3 stopper sensor uansett arbeidet etter 15 -femten- minutter.

Dersom ingen i patruljen har mobiltelefon bruker 1 -en- person 2 -to- minutter på å løpe til nærmeste hus for å varsle derfra. 1

Nr	Hjerte lungeredning, ble følgende gjort?	JA	Nei
1	Snakke til personen (Er du våken?)	1	
2	Ta i personen	1	
3	Gi fri luftvei (løfte haken, bøye hodet forsiktig bakover)	4	
4	Sjekke pust i 10 -ti- sekunder (lytter ved å legger øret mot personens munn og ser etter bevegelse i brystkassen og føler etter bevegelse med hånd på magen)	3	
5	Finne riktig trykkpunkt, midt på brystet. Plasserer håndroten på brystbeinet. Andre hånden oppå den første. (ca mindt i mellom brystvortene til personen. Det skal ikke forekomme kompresjoner på brystbeinsspissen.)	2	
6	Starter HLR med å gi 30 brystkompresjoner	1	
7	Trykker loddrett ned, med strake armer.	1	
8	Trykker ned 4-5 cm.	1	
9	Den som driver med hjertekompresjoner teller høyt minst de siste 5 kompresjonene for at den som driver med innblåsninger får tid til å klargjøre seg.	1	
10	Minst 5 -fem- serier på rad med 30 korrekt utførte kompresjoner. Dvs: Komprimerer med en frekvens på 100/min (30 kompresjoner =18 sekunder. Slingringsmonn 16-20 sekunder.)	3	
11	Gir pasienten to <b>rolige</b> innblåsninger til brystet hever seg. Maksimalt ett sekund per innblåsning.	2	
12	Utfører effektiv HLR med forholdet 30:2 i 15 minutter med kort hands-off tid. (dvs. tid uten kompresjoner)	3	
13	Patruljemedlemmene avløser hverandre med hjertekompresjonene. (Avløsning skal skje under innblåsninger og ikke bruke mer tid enn høyst nødvendig)	1	
14	<b>Spørsmål fra sensor: (stilles etter behandlingen)</b> I denne situasjonen. Etter hvor lang tid kan dere avbryte gjenopplivningsforsøket dersom det ikke er medisinsk personell tilgjengelig og pasienten, til tross for behandlingen, ikke viser tegn til liv. Riktig svar: En halv time	1	
	<b>Sum</b>	<b>25</b>	

Nr	Bevisstløs, ble følgende gjort?	JA	Nei
1	Snakke til personen (Er du våken?)	1	
2	Ta i personen	1	
3	Gi fri luftvei (løfte haken, bøye hodet forsiktig bakover)	4	
4	Sjekke pust i 10 sekunder (lytter ved å legger øret mot personens munn og ser etter bevegelse i brystkassen og føler etter bevegelse med hånd på magen)	3	
5	Holde frie luftveier og overvåke pust (sammenhengende) i ett minutt	2	
6	Legge personen i sideleie	2	
7	Pasienten ligger ikke med hodet på skadet hånd	1	
8	Kontrollere at personen puster også etter å ha blitt lagt i sideleie.	2	
9	Undersøke om personen har andre skader	1	
10	Hindre varmetap	1	
11	<b>Sum</b>	<b>18</b>	

Nr	Generelt:	JA	Nei
1	Varslet 1-1-3 etter at man har oversikt over skadestedet.	1	
2	Hvem ringer, hvor er man, hvilke skader har man. (Sensor bekrefter hva innringer har fortalt, forteller at ambulansen er på vei og avslutter med å spørre om det er noe mer innringer ønsker å fortelle)	3	
3	En markert leder på skadestedet	1	
4	Hele patruljen i arbeid	1	
5	Sendte en i patruljen for å møte ambulansen. (Vedkommende har ikke lov til å hjelpe resten av patruljen med arbeidet)	1	
	<b>Sum</b>	<b>7</b>	