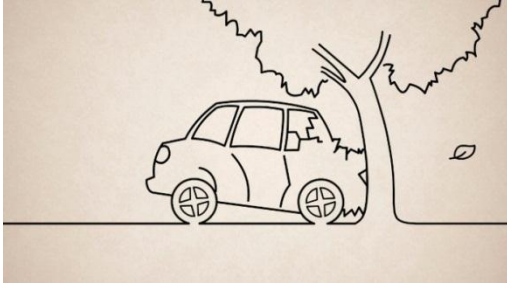


Rundløype – Førstehjelpsoppgaven



Hva er oppgaven

Trafikkulykke. Førstemann til skadestedet. Hvordan skal dere prioritere oppgavene. Dere har fått observere skadested 5 minutter og møte et vitne før dere nå besvarer spørsmål relatert til livreddende førstehjelp og hendelsen.

Utstyr utlevert på posten

- Førstehjelpsoppgave
- Poengskjema

Postgjennomføring

1. Patruljen har 30 minutter på oppgaveløsning og 15 minutter til gjennomgang og bedømming.
2. Når patruljen melder seg på post får den tildelt dommer som følger under oppgaven.
3. Patruljen får 5 minutter på avmerket skadested til å gå rundt og besku, registrere og motta informasjon fra vitnet. Vitnet befinner seg også innenfor inngjerdingen.
4. Postansvarlig blåser i fløyta når posten starter og når 5 minutter til observasjon har gått.
5. Patruljen setter seg på området som er merket på konkurranseområdet.
6. Postansvarlig gir instruksjoner og deler ut førstehjelpsoppgaven til patruljefører – sammen med dommeren som ledsager patruljen. Patruljen kan starte med oppgaveløsningen, relatert til livreddende førstehjelp og hendelsen de har sett, umiddelbart.
7. Postansvarlig vil rope opp når det er 10 minutter, 5 minutter og 1 minutt til tiden er ute.
8. Når patruljen er klar til innlevering - senest etter 25 minutter - leveres oppgaven til dommeren for gjennomgang, bedømming og utfylling av poengskjema.

Bedømming

1. Dommeren går gjennom besvarelsene med patruljen.
2. Det gis maksimalt 50 poeng på posten.

Tid patruljen har til disposisjon.

På rundløypen brukes 45 minutter på post. 5 minutter av disse brukes til observasjon av skadested. 25 minutter benyttes til postløsning. 15 minutter brukes til gjennomgang og visning av resultater. Patruljen blir ledet av dommer til neste post. De har da litt under 15 minutter til forflytting.

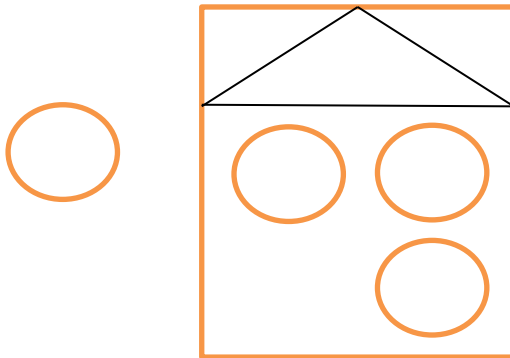
Tillatte hjelpemidler Ingen hjelpemidler er tillatt på denne posten.



Rundløype – Førstehjelpsoppgaven

Oppgaver;

1. Nummerer pasientene fra skadestedet dere observerte i den rekkefølgen dere vil prioritere de for førstehjelp



2. Dere kommer til et ulykkessted, hva er det første dere vil gjøre? Merk av ett punkt
 - a. Sikre skadestedet?
 - b. Varsle 113?
 - c. Vurdere skader?
 - d. Bestemme hva som må gjøres?

3. Vil dere flytte tilskadekomne i en trafikkulykke? Merk av ett punkt
 - a. NEI, vi lar de tilskadekomne være der de er og gir dem førstehjelp
 - b. JA, det er bedre å ligge på bakken
 - c. JA, det letter arbeidet vårt med førstehjelp
 - d. JA, om det å bli liggende innebærer fare for tilskadekomne

4. På bakgrunn av scenario dere nå har sett; Hvordan vil nødmeldingen dere ringer inn til nødtelefon lyde?
Skriv ned nummeret dere ringer og meldingen dere vil gi?

| |
|------------|
| NØDNUMMER; |
| MELDING; |

5. Hva er symptomer på sirkulasjonssvikt? Sett ring rundt de 5 riktige alternativer
- Brun
 - Morsom
 - Urolig
 - Kald
 - Snakkesalig
 - Klam
 - Blek
 - Sulten
 - Tørst
6. Nevn 4 årsaker til bevisstløshet:
- .
 - .
 - .
 - .
7. Ved en trafikkulykke viser det seg ved nærmere undersøkelse at en av de skadde er livløs. Hvilke tiltak iverksetter dere?

8. Nedenfor er det 10 påstander om emnet førstehjelp. Sett ring rundt de 5 riktige.
Feil svar gir minuspoeng
- a. Det er viktigere å stoppe blødninger enn fri luftveier
 - b. Det er en borgerplikt å hjelpe andre mennesker i overhengende livsfare
 - c. Det er aldri fare for sirkulasjonssvikt ved større bruddskader
 - d. En trykkbandasje skal være så stram at den stopper sirkulasjonen
 - e. Ved Hjerte- / Lungeredning blåser du først 2 ganger så 30 kompresjoner
 - f. Sideleie er riktig tiltak for å gi frie luftveier til bevisstløs person
 - g. En arterieblødning kjennetegnes ved at blodet spruter i takt med hjerteslag
 - h. Det er viktig å gi rikelig med drikke til pasient med sirkulasjonssvikt
 - i. Det er riktig å tenke på egensikkerhet når en hjelper andre
 - j. Det er viktig å vite farten på stedet der ulykken har skjedd for å vurdere skadeomfanget
9. «HUSKE-KIM». Innledningsvis fikk dere observere et skadested i 5 minutter. Innenfor oppmerket område / skadested var det utplassert 10 gjenstander.
- a. Skriv ned disse 10 gjenstandene
(Bil og markører er IKKE en del av gjenstandene.)

 - b. Tegn plasseringen på disse 10 gjenstandene.

Antall patruljemedlemmer;