



## NM i Speiding 2018

---

### Førstehjelp praktisk og teoretisk del 2018

Oppgaven består av 3 deler. 2 praktiske oppgaver basert på historier og en teoridel. Dere har 30 minutter til å løse oppgavene på.

Patruljen må bli enig om hvordan de fordeler arbeidet.

#### Historie 1. Dommer leser opp – Maksimalt 13 poeng

Patruljen er på tur langs kyststien i Vestfold. Patruljen har lagt opp til å gå kyststien fra Helgeroa til Larvik. Dere er ikke fra Vestfold og er ikke klar over hvor mye brukt kyststien er. Patruljen vil i løpet av sin helgetur møte flere utfordringer hvor de kan få bruk for sine speiderkunnskaper.

Patruljen starter på fredag ettermiddag i Helgeroa. Det er fint vær og tidlig høst. Første del av løypa er helt ute ved vannkanten og etter å ha gått bare en halv time så møter dere på en gjeng med 4 gutter som ligger på bryggekannten og fisker krabber. Siden dere er fra Hallingdal så blir dere nysgjerrig på om guttene har fått krabber. Dere stopper for å sjekke hvor mange krabber guttene har fanget. Mens dere står og prater med guttene så opptager patruljeføreren at en av guttene plutselig blir litt rar, han ligger på bryggekannten og fisker, men kroppen virker rar og stiv og han har spasmer i en hånd han mister fiskesnøret. Hodet stivner til bakover mot venstre side av kroppen.

Hva gjør patruljen?

#### Historie 2. Dommer leser opp – Maksimalt 13 poeng

Etter å ha overnattet utenfor Nevlunghavn går patruljen dagen etter videre langs kyststien og tar en lunsjpause når de kommer til Hummerbakken. Her er det et flott område med benker og tilrettelagt for turgåere. Patruljen setter seg ned ved en ledig piknik benk og fyrer opp stormkjøkkenet for å lage pannekaker. Litt lenger borte er det en benk til hvor det sitter en eldre dame. Etter at de alle har spist en pannekake hver og dere er i gang med ny ladning så sier plutselig patruljeførerassistenten: «det er noe rart med den damen der borte. Hun har ikke rørt seg mens vi har sittet her og spist. Er ikke det litt rart?»

Dere bestemmer dere for å gå bort til damen. Peffen spør damen om det går bra. Hun er våken men svarer utydelig og det gir ikke mening. Venstre side av ansiktet ser dratt ut.

Hva gjør patruljen?



## NM i Speiding 2018

### Teoridel 1 - 1 poeng på hvert riktige svar, maksimalt 24 poeng

		A	B	C	Poeng
1.	En av speiderne i patruljen din har fått kokendevarmt vann over foten, hva gjør du? A. Blåser på området. B. Kjøler ned med kaldt vann og kontakter lege. C. Forter deg å smøre på brannsalve.				
2.	Hvis det brenner i dine egne klær, hva gjør du? A. Løper for å finne noe å slukke det med, roper på hjelp. B. Legger deg ned og ruller rundt til alt er slukket, roper på hjelp. C. Rister på armer og ben og prøver å få det til å slukke.				
3.	Et barn har drukket etsende væske, hva gjør du i tillegg til å ringe 113? A. Fremkaller brekninger B. Gir Paracet C. Gir drikke, gjerne melk eller vann i små porsjoner				
4.	Et barn har spist en plante som du mener er giftig hva gjør du? A. Fremkaller brekning. B. Gjør ingenting, bare avventer til det går naturlig over. C. Fjerner rester fra munnen og ringer Giftinformasjonen.				
5.	Hva kjennetegner er arterieblødning? A. At blodet kommer støtvis i takt med pulsen. B. At blodet renner sakte ut. C. At blodet er tykt og rødt.				
6.	Hva gjør du ved en arterieblødning? A. Setter på plaster. B. Legge på trykkbandasje og holde skadestedet høyt. C. Løper etter hjelp.				
7.	Hva er den korrekte form for oppvarming av forfrosne områder, for eksempel kalde fingre eller tær? A. Hud mot hud (for eksempel kald fot legges inn mot magen på en annen). B. Massere området C. Drikke noe varmt				
8.	Hva betyr frie luftveier? A. Sørge for at pasienten har godt med luft rundt seg B. Åpne stramt tøy og legge hodet bakover. C. Sjekke munnen for fremmedlegemer og legge hodet litt bakover.				
9.	Hva er hensikten med sideleie A. At pasienten skal ligge behagelig. B. At pasienten skal føle seg trygg. c. At Pasienten skal stabiliseres og sikre frie luftveier				
10.	En person har gått igjennom isen hva kan du gjøre for å hjelpe? A. Bruke livline eller en gren for å nå personen. B. Løpe ut på isen så fort du kan. C. Rope på hjelp.				
11.	Hvordan stopper du neseblødning? A. Legger hodet bakover og klem nesebolene sammen i 10 minutter. B. Legger hodet framover mellom beina og klemmer på neserota. C. Putter bomull i nesa.				
12.	Ved en forstuet fot er det lurt å: A. Kjøle ned foten og legge på gassbind. B. Kjøle ned foten og legge på støtbandasje. C. Ikke belaste fotet og lage en bære.				



## NM i Speiding 2018

13	Du får rusk i øyet hva gjør du A. Blunker mye og gnir seg i øyet. B. Skyller øyet med saltvannssoppløsning C. Venter på at det går over.				
14	Hva kjennetegner en 2.grads forbrenning? A. Rød og irritert hud. B. Huden blir helt hvit. C. Huden får blemmer				
15	En i patruljen har diabetes mellitus/type 1 (sukkersyke). Han blir irritert og litt skjelven nesten som han er beruset. Hva gjør dere? A. Finner frem matpakken og gir ham drikke juice /mat, banan eller lignende. B. Finner frem insulinpennen hans og gir en dose. C. Tenker at det er best å la ham i fred.				
16	Hva skyldes diabetes? A. Det er en smittsom sykdom B. En som har spist for mye sjokolade. C. En autoimmun sykdom.				
17	Hva er hypoglykemi? A. Føling. B. Sjokk. C. Hyperaktivitet.				
18	Hva er tlf.nr til Speidernes beredskapstelefon? A. 113 B. 09123 C. 116111				
19	Ved hjerneslag er det viktig å få behandling raskt – og helst innen? A. 2 timer etter hjerneslaget B. 4 time etter hjerneslaget C. 8. timer etter hjerneslaget				
20	Hvor stor andel utgjør blodet av en persons kroppsvekt? A. 10-12% B. 6-9% C. 12-15%				
21	Hvis du er mann og veier 70 kilo hvor mye blod har du i kroppen da? A. 5,5 - 6 liter B. 7 - 8,4 liter c.8,4-10,5 liter				
22	En i patruljen blir bitt av en flått/skaubjønn, hva gjør dere? A. Bruk q-tips trikset for å få den til å slippe ut. B. Smør inn området med olje eller fett så den slipper. C. Fjerne flåtten med pinsett dra rett				
22	Hvilke spørsmål skal alltid førstehjelperen alltid ha svar på? A. Har Pasienten puls B. Er Pasienten vekkbare og puster han normalt C. Full ABCDE sjekk				
23	Hva kan en gjøre for å redusere faren for skader på pasienten ved brystkompresjoner? A. Være nøye med å ta ut rett plasseringspunkt B. Ikke trykk mer enn 3 cm ned. C. Sørg for at pasienten ligger på et mykt underlag.				
24	Hvorfor er det ingen god ide å stramme en tourniquet på underarm eller legg? A. Det er forbudt å bruke tourniquet. B. Det virker ikke. C. Det fører alltid til store skader på vev.				

Antall poeng for teoridel 1 overføres hit : .....