

LIVRÄDDNING VID ELSKADA

Snabba åtgärder kan rädda ett människoliv

Om en olycka sker:

Bryt strömmen omedelbart eller lösgör den skadade från det spänningsförande föremålet utan att vidröra den skadades hud. Att röra den skadade med bara händerna kan innebära livsfara för dig själv. Använd material som inte leder ström, t.ex. en stol eller torra kläder. Stå inte på vått underlag. Stövlar, en dubbelvikt jacka eller en mångvikt filt som pall under fötterna skyddar mot strömmen. Beröringsfara finns även vid låga spänningar.

Bedöm skadorna:

När en person ser livlös ut måste du först ta reda på hur svårt personen skadats. Gör tre kontroller:

1. Kontroll av medvetande

Försök få kontakt med den skadade genom att skaka försiktigt i skuldrorna och ropa: "Hur mår du?" Om den skadade reagerar på tilltal eller beröring så är han/hon vid medvetande. Stanna dock hos personen eftersom tillståndet snabbt kan försämrans. Ring 112 och tillkalla ambulans, särskilt om den skadade har domningar, smärta eller känselbortfall i någon kroppsdel. Om den skadade inte svarar eller reagerar är det tecken på medvetlöshet.

2. Kontroll av andning.

Kontrollera om det känns eller hörs någon luftström från mun och näsa. Lägg din hand på den skadades panna. Placera därefter två av andra handens fingrar på underkäken. Sträck försiktigt huvudet bakåt och lyft underkäken för att få fria luftvägar. Böj dig ned. Håll din kind nära munnen och titta på bröstkorgen.

SE om bröstkorgen höjer sig.
LYSSNA efter andningsljud.
KÄNN efter andning mot kind.

3. Kontroll av puls

Håll huvudet bakåtsträckt med en hand. Placera den andra handens pek- och långfinger över struphuvudets högsta punkt, adamsäpplet. För fingrarna rakt ner mot sidan på halsen, cirka två centimeter, mot den sneda halsmuskeln. Känn efter pulslag med fingertopparna under minst fem sekunder. Om du inte känner någon puls måste du utgå från att hjärtat har stannat.

Om den skadade är medvetlös men har egen andning och puls:

Placera den skadade i framstupa sidoläge.

1. Lossa åtsittande kläder kring hals, bröst och midja.
2. Lägg armen närmast dig i en rätt vinkel ut från kroppen.
3. Lägg den andra armen över bröstet.
4. Fatta tag med ena handen i personens borte skuldra och med den andre handen om det borte knät.
5. Vänd över personen på sidan, mot dig.
6. Böj det översta knät i nästan rät vinkel.
7. Tillkalla hjälp.

Stanna hos den medvetlöse om det är möjligt och be någon annan ringa efter ambulans 112.

Hindra avkylning. Svep in den medvetlöse i filter eller klädesplagg.

Om andningen upphör ska mun-till-mun andning påbörjas.

Förspill inte tid med att transportera den skadade om förhållandena inte är livsfarliga på olycksplatsen! Varje dröjsmål i räddningen kan bli ödesdiger för den skadade.

Flytta den skadade endast när läget är livshotande och risker inte kan undanröjas på platsen.

OBS! Nacken får aldrig böjas framåt !!!

Om den skadade inte andas men har puls:

1. Skapa fri luftväg genom att hålla huvudet bakåträckt.
2. Kläm ihop näsborrarna med tumme och pekfinger.
3. Tag ett andetag, gapa stort och slut dina läppar kring personens mun och blås in luft.
4. När du ser att bröstkorgen höjer sig vet du att luften kommit ned i den skadades lungor. Ta bort din mun från den skadade så att luften kan passera ut ur lungorna. Det ser du genom att bröstkorgen sjunker ihop.
5. Tag ett nytt andetag, gapa stort osv.

Om du är ensam:

1. Gör 10 inblåsningar enligt ovan
2. Ring 112 och larma ambulans!
3. Fortsätt med inblåsningarna i normal andningstakt (10-20 andetag per minut).
4. Om andningen återkommer - placera den skadade i framstupa sidoläge.

Om den skadade är medvetslös, saknar egen andning och puls, föreligger ett hjärtstopp:

1. Ring 112 och larma ambulans.
2. Starta hjärt-lungräddning genom att blåsa in luft 2 gånger.
3. Lokalisera sedan bröstbenet genom att känna med pek- och långfingret utmed revbenen. Placera långfingret i fördjupningen där revbenen möter bröstbenet. Pekfingret placeras intill långfingret.
4. Lägg andra handens handlov på bröstbenet ovanför de två fingrarna.
5. Placera andra handen ovanpå. Håll upp fingrarna så att de inte trycker på revbenen.
6. Luta dig över personen och tryck rakt ned med raka armbågar. Använd din egen kroppstyngd för att trycka ned bröstbenet ca 4-5 cm. Gör 15 kompressioner. Släpp upp bröstbenet mellan kompressionerna men behåll hudkontakten. Du bör göra kompressionerna i en takt av 80-100 per minut.
7. Efter 15 kompressioner blåser du in luft två gånger. Fortsätt en ny serie med 15 kompressioner och 2 inblåsningar och så vidare.
8. Fortsätt med hjärtkompressioner och inblåsningar till professionell hjälp kommer.

✂

Jag har tagit del av föreskrifterna ”LIVRÄDDNING VID ELSKADA”

Namn: _____

Datum: _____