

	<b>Dokumentnamn:</b> Hjärt- och Lungräddning	<b>Filnamn</b> ST06-01-hjärt o lungräddning-004	<b>Sida (av)</b> 1 (1)
	<b>Framtaget av</b> Andreas Gunnarsson/ Anna B Danielsson	<b>Fastställt av</b> Anna B Danielsson	<b>Fastställt datum:</b> 2015-01-20
	<b>Ansvarig för uppdatering</b> Sekreterare TIF's huvudstyrelse	<b>Bilaga till:</b>	

## 06-01 Hjärt- och Lungräddning

### Syfte med avsnittet:

Utbilda, framförallt ledare, inom Tvärskogs IF i Hjärt- och Lungräddning. Det ska vara tryggt och säkert för aktiva att vistas på Tvärskogs idrottsplats eller i verksamheten i samband med ex bortamatcher eller cuper, då det finns utbildade ledare som kan bistå vid en akut situation som hjärtstopp med kunskap och handlingsberedskap i HLR och hjärtstartare.

### Hur kommuniceras innehållet i föreningen:

- I samband med att nya ledare börjar i föreningen ska dessa personer erhålla ett informationsmaterial där erbjudande om utbildningstillfälle i Hjärt- och Lungräddning och hjärtstartare ska finnas under första året som ledare. I informationsmaterialet hänvisas till den person som samordnar utbildningen i föreningen.
- Ledare kan inkludera olika personer som i relativt stor mån vistas och har uppdrag i Tvärskogs IF:s regi.
- Det ligger på ledaren att själv ta kontakt med kontaktpersonen som samordnar utbildningen.
- Repetition ska ske regelbundet. Repetitionen kan ske med endast filmen (dvd:n) och MiniAnne docka, enskilt eller i grupp.

### Information:

Via instruktör och filmmaterial samt MiniAnne docka utbildas i ca 2,5 h i basal Hjärt- och Lungräddning, fri luftväg, andningsstopp, stabilt sidoläge och hjärtstartare. Kursdeltagaren ska efter genomgången utbildning ha kunskap och kännedom om orsaker bakom ett hjärtstopp samt hur man praktiskt återupplivar den drabbade personen. I utbildningen ingår också hur man hanterar en hjärtstartare och när den används. Samtliga kursdeltagare erhåller ett kompetensbevis med en lathund över hjärt- och lungräddning efter genomförd utbildning.

Handlingsplan för hjärt- och lungräddning finner du i bilaga ST07-02 olycksfall och akut insjuknande.

Kursdeltagare ska också ha kännedom om den krisgrupp föreningen kan tillämpa där han/hon själv bör delta vid behov av krishantering av en allvarlig händelse. I bilaga ST07-03 olycksfall och akut insjuknande finner du kontaktuppgifter till Krisgruppen.

Alla som gått utbildningen ska veta vilken väg brandbilar och ambulanser kommer in på idrottsplatsen och att det finns en hjärtstartare och akutväska i klubbhuset, samt brandfiltar.



	<b>Dokumentnamn:</b> Hjärt- och Lungräddning- Handlingsplan HLR med hjärtstartare	<b>Filnamn</b> ST06-02-hjärt o lungräddning- Bilaga Handlingsplan HLR med hjärtstartare-002	<b>Sida (av)</b> 1 (1)
	<b>Framtaget av</b> Anna B Danielsson	<b>Fastställt av</b> Anna B Danielsson	<b>Fastställt datum:</b> 2015-01-31
	<b>Ansvarig för uppdatering</b> Sekreterare TIF's huvudstyrelse	<b>Bilaga till:</b> ST06-01-Hjärt o lungräddning-004	

# 06-02 Bilaga

## Handlingsplan hjärt- och lungräddning HLR med hjärtstartare

### Vision

Ledare som med rådighet och handlingskraft kan agera vid ett hjärtstopp eller när ett akut insjuknande inträffar.

Utbildningen sker med sjukvårdsutbildad instruktör i samband med hjärt- och lungräddning. Teoretisk bakgrund kring olika sjukdomsfall, vad som kan ha hänt och vad som kan göras i väntan på ambulans. Praktisk övning av första förband och hur olika former av skador ska behandlas.

### Handlingsplan i Tvärskogs IF

1. Gör en första bedömning, skapa lugn, skapa **fri luftväg, medvetandekontroll**.
2. Ring **SOS 112** eller be någon annan ringa efter ambulans.
3. Be någon hämta hjärtstartare i klubbhuset medan du börjar med **HLR 30:2**
4. Torka av personen, ej ligga i vatten
5. Anslut hjärtstartaren till patienten
6. Följ noggrant instruktionerna som hjärtstartaren säger och är skrivna på hjärtstartaren!  
Finns ett utförligt flödesschema i väskan.
7. Byt av varandra om ni är fler som gör HLR!

Ha svar på följande frågor;

- Vad har hänt?
- Var befinner du dig?
- Information om vem den drabbade är kan räcka med namn och uppskattad ålder.
- Vem du är och från vilken telefon du ringer från.


8. Avskildhet, skydda den drabbade. Ta reda på om den drabbade är frisk sedan tidigare, meddela förälder.
9. Glöm inte bort indirekt drabbade efter att personen omhändertagits, som stöd.
10. Om du använt hjärtstartaren meddela ansvarig så utrustningen kan kompletteras.

### Kontakt:

Ansvarig ledare kontaktar anhörig och ordförande i föreningen för kännedom om händelsen. Ordförande är den som uttalar sig till press och media.  
Vid behov av krisgrupp se bilaga ST07-03

Ambulans kör in på idrottsplatsen via fd. grusplanen, kommer inte under entrétaket!



	<b>Dokumentnamn:</b> Hjärt- och Lungräddning- Checklista - hjärtstartare	<b>Filnamn</b> ST06-03-hjärt o lungräddning- Bilaga Checklista - hjärtstartare-002	<b>Sida (av)</b> 1 (1)
	<b>Framtaget av</b> Anna B Danielsson	<b>Fastställt av</b> Anna B Danielsson	<b>Fastställt datum:</b> 2015-01-31
	<b>Ansvarig för uppdatering</b> Sekreterare TIF's huvudstyrelse	<b>Bilaga till:</b> ST06-01-Hjärt o lungräddning-004	

## 06-03 Bilaga

### Checklista - Hjärtstartare

Kvartalsvisa kontroller av hjärtstartare

Den första måndagen i varje kvartal kontrolleras hjärtstartaren enligt följande;

- yttre inspektion, intakt plast
- elektrod ansluten till hjärtstartaren
- datumkontroll av elektroden
- batteri – ok, bock i indikatorrutan ej kryss.
- Självttest genom långt tryck på on-knappen, samtliga indikatorlampor lyser gröna i tur och ordning.

Övrig utrustning;

- rakhyvel
- handduk

Dat/Sign	Yttre	Elektrod Ansluten	Elektrod Datum	Batteri ok	Självttest ok	Hyvel/ Handduk

