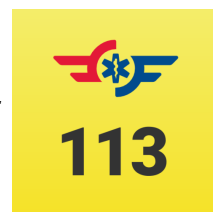


Handlingsplan ved ulykke - Bratte Rogalands Venner

*Vi anbefaler alle klatrere om å laste ned **Hjelp 113** appen som enkelt gir informasjon til redningsetatene om hvor du befinner deg (forbeholdt dekning).*



Umiddelbart

1. VARSLE AMK 113.

Gi kort informasjon om hva som har skjedd, skadeomfang og oppgi posisjon. Ved behov kontaktes redningstjenesten direkte av AMK.

2. START FØRSTEHJELP.

- **Airways:** Sørg for frie luftveier, hodet i nøytral stilling, kjeve frem og evt få ut fremmedlegemer (eks tenner som har løsnet)
- **Breathing:**

Dersom pasienten er bevisstløs og ikke puster normalt skal det startes Hjerte Lunge Redning (30 brystkompresjoner / 2 innblåsninger). Sjekk pustefrekvens og dybde. Ved bevisstløshet og normal pust legges pasienten i stabilt sideleie.
- **Circulation:**

Sjekk puls og stans synlige blødninger.
- **Disability:**

Sjekk bevissthetsnivå og vurder om det endrer seg. (Eks. fra klar og orientert til sløv men kontaktbar eller bevisstløs...) Grove brudd med feilstilling bør rettes ut særlig om det ikke er puls nedenfor bruddet.
- **Exposure:**

Sørg for å holde pasienten varm og tørr. Selv på en sommerdag kan pasienter bli alvorlig nedkjølt. Det største varmetapet avgis til bakken.

Vurderinger:

Ved mistanke om skade på hodet, nakke eller rygg skal disse stabiliseres og behandles som en enhet. Store pågående blødninger stanses tidlig. Sikre skadested. Ved helikopterevakuering må løst gods sikres pga mye vind. Ta på refleksvest og evt bruk lys for å indikere skadested. Vær obs på at trær kan velte.

3. Politi (112) varsles ved død eller alvorlige personskader.

4: Varsle BRV. BRV kan være behjelpelig med å lage ulykkesrapport og mediehandtering. Varsle styreleder Dag Kaada (tlf 92881390) eller daglig leder Stian Engelsvoll (tlf 92262668).