

# Skjema 12 Prosedyre for fallskader

Oppretthold sikkerheten. Tilkall hjelp. Ring 1-1-3

1. Flytt ikke den skadde uten at det er helt nødvendig!  
Du bør bare flytte på en skadet hvis vedkommende befinner seg i overhengende fare. Hvis flytting er nødvendig:
  - Kan den skadde gjøre det selv?
  - Spør om pasienten er i stand til å bevege seg, og foreta også din egen vurdering av tilstanden. Bruk sunn fornuft.
  - Vurder: Hva slags skader har personen, og vil en flytting forverre tilstanden?
  - Den første undersøkelsen skal være rask.
2. Se etter tegn på livstruende skader:
  - Er den skadde bevisstløs?
  - Puster den skadde? (Bruk ikke mer enn 10 sekunder på å sjekke.)
  - Sørg for frie luftveier
  - Se etter store blødninger
3. Hvis pasienten ikke puster:
  - Få en hjelper til å ringe: 1-1-3
  - Start hjerte-lunge-redning
  - Begynn med to innblåsninger
  - Trykk så 15 x på brystkassen (hastighet: 100 x per min.)
  - Fortsett på denne måten til pasienten puster. (Se veiledning i førstehjelpskoffert.)
4. Hvis pasienten puster:
  - Undersøk om vedkommende har livstruende skader, for eksempel alvorlig blødning, og behandle disse.
  - Stans blødninger  
(Trykk direkte på såret for å stanse blødning – sett på stram pressbandasje.)
  - Forebygg sirkulasjonssvikt  
(La pasienten ligge – hev beina – hold pasienten varm.)

