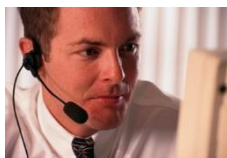




MIF lathund vid räddning / olycksfall / brand

SOS Alarm: 112

Vid akuta ärenden, dvs nödsituation som kräver omedelbar hjälp



Sjukvårdupplysningen: 1177

Bedömning och rådgivning vid mindre akuta ärenden



Vid larmning

Larmcentralen SOS Alarm har ingen lokalkännedom.

- Ange GPS position för närmaste större brygga, t.ex
Sladö postbrygga: N 57°48'33,0"; O 16°46'6,6"
Hasselö Sand: N 57°49'52,0"; O 16°43'55,2"
Björkö: N 57°49'52,0"; O 16°39'35,6"
- Uppge telefonnummer och namn på den drabbade
- Möt upp vid bryggan (ljussignal vid mörker)
- Ordna transportmedel

"Min" GPS pos:

Vid brand

Larma till 112 SOS Alarm

Handbrandsläckare

Den egna handbrandsläckare är den absolut viktigaste insatsen.

Lokala brandsprutor finns:

• Hasselö	Holger	070-203 76 10
	Börje	072-249 11 26
	Evert	070-672 80 12
• Sladö	Kristian	070-960 83 30
	Thomas	070-751 63 00
	Lennart	072-396 51 49
• Björkö	Roger	070-673 63 64
	Magnus	073-326 83 70

Taxibåtar:

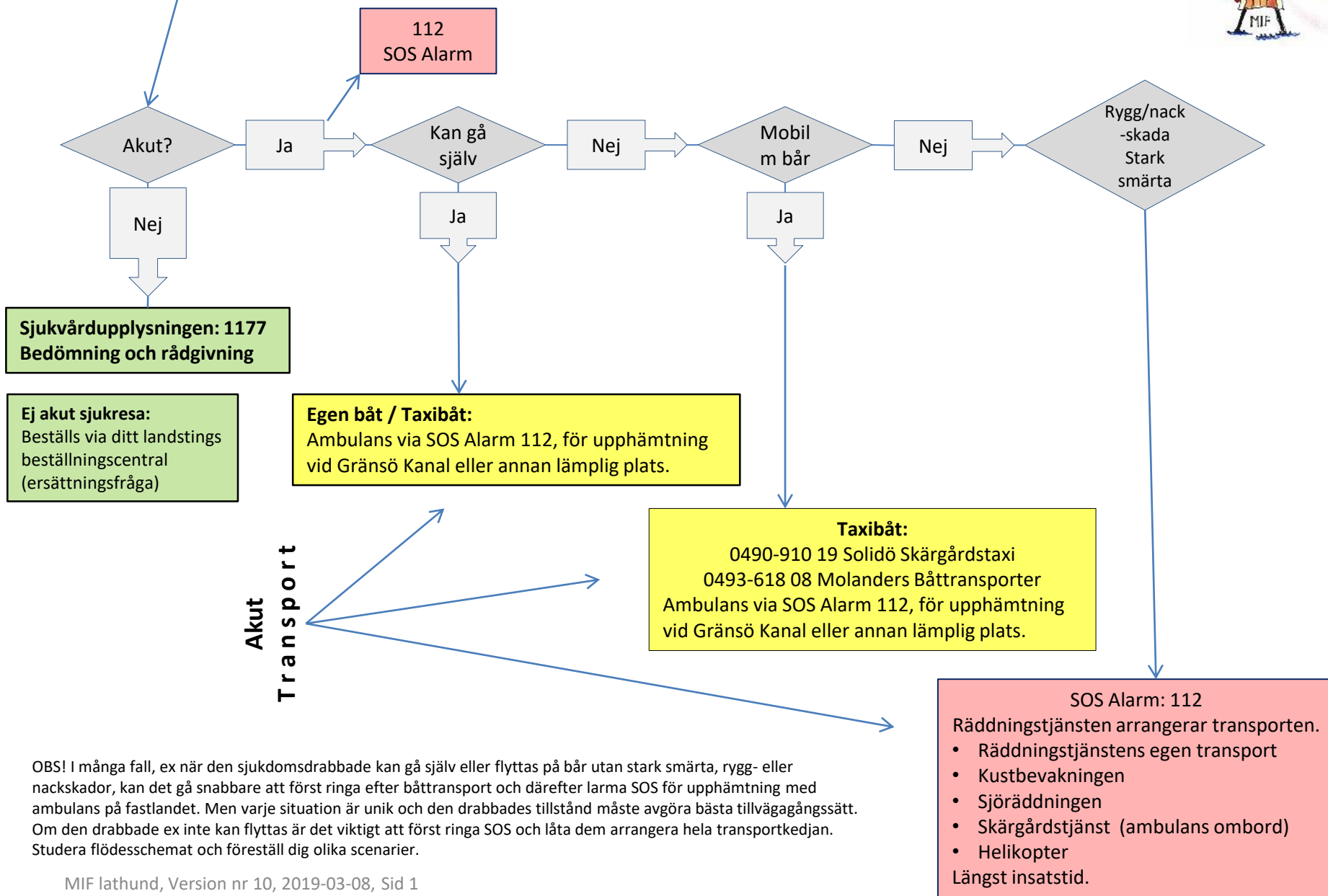
Solidö Skärgårdstaxi	0490-910 19
	070-259 10 19
Molandars Båttransporter	0493-618 08
	070-671 39 14
Magnus Alvarsson	073-326 83 70
Smågö Service	0490-911 40
	073-055 11 40
Skärgårdstjänst	070-673 63 64

Larma ambulans via SOS Alarm 112, för upphämtning vid Gränsö Kanal eller annan lämplig plats.



Olycka / sjukdomsfall

Så här gör du





Hjälp till självhjälp

Förebyggande åtgärder

- Brandvarnare
- Brandsläckare
- Brandfilt
- Första förband
- Grannsamverkan
- Hjärtstartare
handhavande, placering



Kedjan som räddar liv

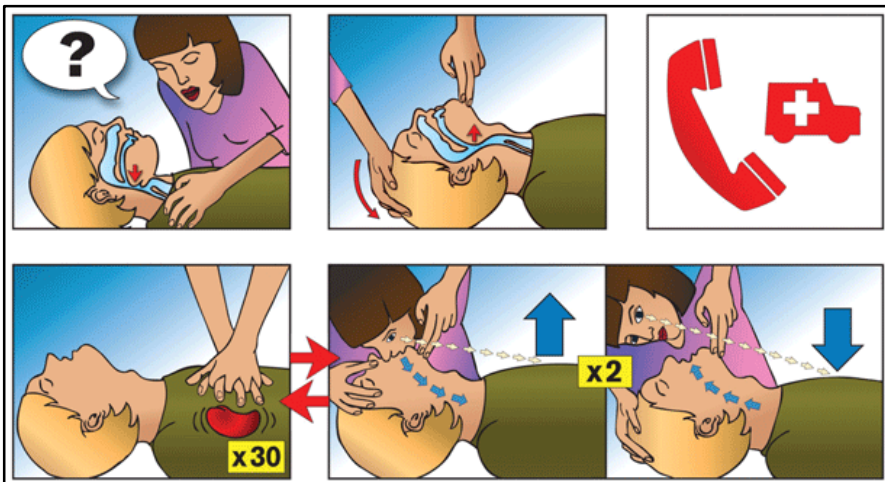


Utbildning, övning

- Lokal brandövning
- Brandövning med räddningstjänsten
- Första hjälpen
- Hjärt- lungräddning (HLR)
- Sjuktransport
- Hjärtstartare



Första hjälpen - HLR



Hjärt-lungräddning

SÅ GÖR DU VID PLÖTSLIGT HJÄRTSTOPP

1. Livstecken

- Leta efter tecken på liv
- Andas personen normalt?
- Ropa på hjälp



4. Inblåsningar steg 1

- Öppna luftvägarna genom att böja huvudet bakåt med en hand på pannan och två fingrar under hakan



2. Larma 112

- Larma 112 om personen andas onormalt eller inte andas alls



5. Inblåsningar steg 2

- Ge två inblåsningar
- Blås tills bröstskogen höjer sig
- Fortsätt varva med 30 kompressioner och 2 inblåsningar tills du blir avlöst



6. Hjärtstartare

- Använd hjärtstartare om det finns
- Starta hjärtstartaren och följ dess instruktioner
- Rör inte patienten när du trycker på knappen

3. Gör hjärtkompressioner

- Placera båda händerna ovanpå varandra mitt på bröstet
- Tryck 30 gånger
- Tryck ned bröstskogen minst 5 cm
- Tryck nästan 2 gånger per sekund
- Släpp upp bröstskogen helt mellan kompressionerna



Hjärt  Lungfonden

Biblioteksgatan 29 | Box 5413 | 114 84 Stockholm | Tel 08-566 24 200 | Fax 08-566 24 229
www.hjart-lungfonden.se | PG 90 91 92-7 | BG 909-1927

Illustration: Marie Åvelid