

Edelfarm AS
Wenberg Fisk. AS
Salten Stamfisk AS
Salten FOU AS

BEREDSKAPSPLAN

VED ULYKKER OG SKADE PÅ PERSONELL

| | | | |
|---|--------------------------|------------------------|--------------------|
| Dok. ID: 5.1.2 | EDELFAARM AS | | Utgave nr: 02 |
| Beredskapsplan ved ulykker og skade på personell | | | |
| Utarbeidet av: L.S.J | Gjelder fra: 01.03.22 | Godkjent av: AØ,LSJ | Antall sider 29 |

Formål:

- Begrense skadeomfang ved personulykker på anlegg tilhørende Edelfarm AS.

Ansvar og myndighet:

- Helsepersonell, Arbeidstilsyn
- Daglig leder.
- Driftsleder har et overordnet ansvar for å sørge for at alle ansatte ved Edelfarm AS til enhver tid er kjent med hvordan jobben blir gjort på en mest mulig hensiktsmessig og forsvarlig måte.

Innhold:

| | |
|--|---------|
| Beredskapsutstyr/ Beredskapsstab | side 4 |
| Kontaktliste..... | side 5 |
| Strakstiltak ved drukningsulykker..... | side 6 |
| Strakstiltak ved forbrenning..... | side 7 |
| Strakstiltak ved nedkjøling/frostskade..... | side 9 |
| Strakstiltak ved etseskade..... | side 12 |
| Strakstiltak ved bevissthetstap..... | side 14 |
| Strakstiltak ved tap av kroppsdel..... | side 15 |
| Strakstiltak ved indre skader..... | side 17 |
| Strakstiltak ved skjelettskade/brudd..... | side 18 |
| Strakstiltak ved hodeskade/hjernerystelse..... | side 19 |
| Forts neste side. | |

| | |
|--|---------|
| Strakstiltak ved forgiftning..... | side 21 |
| Strakstiltak ved klemskader..... | side 23 |
| Når skal gjenoppliving utføres (30:2)..... | side 25 |
| Beredskapshjelp personulykker..... | side 27 |
| Overvåking og beredskap..... | side 28 |
| Opplæring og revidering..... | side 29 |

Beredskapsstab:

Daglig leder

Driftsleder

HMS Ansvarlig

Bedriftshelsetjeneste

Opprette kontaktperson Salten Brann.

Opprette kontaktperson Saltdal kommune.

Beredskapsutstyr:

Førstehjelpspakker i båter, flåter og landbase.

Et ”stort” førstehjelpsskrin i garderobe på landbase.

Kontaktliste:

| | |
|---------------------------|-------------------|
| Øyeblikkelig hjelp | 113 |
| Politi | 112 |
| Brann | 110 |
| Legevakt | 756 92 000 |
| Giftsentral | 225 91 300 |

Andre:

| | |
|----------------------------------|--------------------|
| Alice Øksheim..... | 92 27 25 98 |
| Lars Stian johansen | 97 10 34 83 |
| Anders Øren..... | 948 47 466 |
| Ketil Sivertsen | 47 65 75 56 |
| Ole Skogly | 95 74 68 60 |
| Øystein Sørgård..... | 90 72 99 18 |
| Tom André Hansen..... | 90 09 56 84 |
| Øyvind Bjørknes..... | 47 90 23 44 |
| Lasse Nystad..... | 958 27566 |
| Jostein Haugen..... | 948 97 942 |
| Stig Johnsen | 482 96 812 |
| Julian Olsen..... | 948 28 026 |
| Sondre Soleng..... | 452 03 5915 |
| Markus Løkås..... | 959 03 443 |
| Maria Øren..... | 919 96 177 |

| | |
|---------------------------|--------------------|
| Roger Øksheim..... | 91 77 13 23 |
| Folden Akva..... | 91 78 75 72 |

| | |
|---------------------------|--------------------|
| Wenberg AS | 75 64 85 81 |
| Ørjan Wenberg..... | 90 03 90 62 |
| Frode Hansen..... | 45 29 27 00 |

Direktorat for Samfunnssikkerhet og beredskap 482 12 000

Strakstiltak ved drukningsulykker.

Ved enhver personskade er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
- **BESKRIVELSE AV SKADE!**
- **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
- **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**

- 1. Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.**
- 2. Få den skadde i sikkerhet.**
- 3. Ring 113**
- 4. Følg instruksjoner fra 113**

Henting ut av vannet

Få forulykket person opp på merd, båt eller land. Helst i horisontal stilling.

Sjekk bevissthet, puls og åndedrett.

1. Fjern klær fra brystkassen
2. Start hjerte lungeredning
 - Sjekk at det er frie luftveier. Ikke forsøk å fjerne sjøvann fra luftveiene, det krever et sug. Tang og annet materiale fjernes med fingrene
 - Der etter 5 innblåsninger
 - Hjertekompresjon med frekvens 100/min dersom personen ikke reagerer på innblåsningene
 - Fortsett med 30 trykk mot brystet, 2 innblåsninger osv til hjelp ankommer.

Hvis man greier å ”stabilisere” sen forulykkede før helsepersonell kommer:

Sterkt nedkjølt person

1. Ikke forlat personen, pass på at pust og puls er bra

2. Legg pasienten i stabilt sideleie
3. Ta av vått tøy og skift til tørre og varme klær, ev. varme ulltepper
4. Skap ly for nedbør og vind
(Drikk varm, gjerne sukkerholdig drikke).

Strakstiltak ved forbrenningsskader.

Ved enhver personskada er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
- **BESKRIVELSE AV SKADE!**
- **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
- **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**

1. Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.
2. Få den skadde i sikkerhet.
3. Ring 113
4. Følg instruksjoner fra 113

Større brannskader

Inntil ambulansen eller legen kommer, følg disse rådene:

Ikke fjern brente klær. Men forsikre deg om at den skadde ikke lenger er i kontakt med glødende materiale eller er utsatt for sterk røyk eller varme

Forsikre deg om at den brannskadde puster. Hvis personen har sluttet å puste, sjekk at ikke noe stenger for luftveiene, eventuelt start med hjertelungeredning

Dekk det forbrente området med en kjølig, fuktig, steril bandasje eller en ren klut

Se etter tegn på sjokk og la pasienten ligge med bena høyt om mulig
Registrer regelmessig livsviktige funksjoner som grad av bevissthet, puls og pust - inntil hjelp kommer

Mindre brannskader

Mindre brannskader, inkludert annengrads forbrenning som ikke er større enn 5-7 cm i diameter, behandles på følgende måte:

Kjøøl ned brannskaden. Hold det forbrente området under rennende kaldt vann i minst 15 minutter. Hvis det er upraktisk, holdes forbrenningen i kaldt vann eller kjøøl det med kalde omslag. Ved å kjøøle ned brannskaden reduseres hevelsen ved at varme fraktes bort fra huden. Ikke legg is på brannskaden
Hev armen/benet for å redusere hevelse

Fjern smykker eller klær som kan bli trange når hevelse kommer

Legg på en lotion. Så snart brannskaden er helt nedkjøølt, påføres en lotion, f.eks. med aloe vera, eller en fuktighetskrem som hindrer uttørring og som gjør det behageligere

Dekk brannskaden med en steril gaskompress. Ikke bruk bomull, det vil kunne irritere huden. Legg gaskompressen løst på for å unngå trykk mot den brannskadde huden. Bandasjering holder luft borte fra området, reduserer smerten og beskytter huden med blemmer

Ta et mildt smertestillende middel. F.eks. Paracet, Brufen, Dispril
Forsiktig!

Ikke bruk is. Ved å legge is direkte på brannskaden kan det gi frostskaade, noe som ytterligere vil skade huden

Ikke stikk hull på blemmene. Væskefylte blemmer beskytter mot infeksjon. Hvis blærene brister, bør du vaske området med milde såpe og vann, smør så på en antibiotikasalve (eks. Brulidin) og legg på en gasbandasje. Skift bandasje daglig

Strakstiltak ved nedkjøling.

Ved enhver personskade er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
- **BESKRIVELSE AV SKADE!**
- **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
- **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**

- 1. Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.**
- 2. Få den skadde i sikkerhet.**
- 3. Ring 113**
- 4. Følg instruksjoner fra 113**

Symptomer og tegn

Hovedtegnet på hypotermi er en indre kroppstemperatur som faller under 35°C

Andre symptomer og tegn er

- Skjelving
- Slørete tale
- Unormalt langsom pust
- Kald, blek hud
- Tap av koordinasjonsevne
- Slapphet, slitenhet eller apati

En person med hypotermi opplever etter hvert gradvis tap av mental skjerpethet og fysiske evner, og vil ofte være ute av stand til å skjønne at akuttmedisinsk hjelp er påkrevet

Førstehjelp utendørs

Få personen ut av kulden. Hvis det ikke er mulig å komme seg innendørs, beskytt personen mot vind, dekk over hodet og prøv å beskytte kroppen mot den kalde bakken

Ikke fjern våte klær dersom det er kaldt, og noe som kan medføre ytterligere nedkjøling. Kle på tørre klær utenpå de våte, ev. bruk dampsperre. Ha på tørr lue.

Fjern våte klær dersom det kan gjøres uten ytterligere nedkjøling. Erstatt dem med varme, tørre klær eller dekke

Ring 113 eller tilkall akuttmedisinsk hjelp

Mens du venter på hjelp, følg med vedkommendes pust. Dersom pusten stanser eller synes farlig langsom eller overflatisk, må du begynne med hjertelungeredning straks

Prøv eventuelt å varme opp vedkommende ved å dele kroppsvarme

Ikke gi personen alkohol. Tilby varm ikke-alkoholisk drikke med mindre han eller hun kaster opp

Førstehjelp innendørs

Fjern eventuelle våte klær og erstatt dem med varme, tørre klær så snart som mulig

Hvis den forfrosne er unge og sprek og ved egen hjelp kan klatre opp i et badekar, kan du forsøke å varme opp personen med et bad med temperatur 38-41°C. Vannet skal være varmt å kjenne på, men ikke glovarmt. Hvis dette ikke er mulig, prøv å varme opp vedkommende ved å dele kroppsvarme

Hvis den forfrosne er eldre eller et barn, pakk vedkommende inn i tepper for å få opp temperaturen

Legg den oppvarmede forfrosne personen til sengs og forsikre deg om at vedkommende er godt dekket med dyne/tepper. Dekk hodet (lue) for å øke varmen

Gi varm drikke, suppe eller høyenergiføde som sjokolade, for å hjelpe til med oppvarmingen. Ikke gi alkohol fordi det vil forverre hypotermien

Forfrysning (frostbitt)

Inndeling

Overflatisk forfrysning (frostbitt)

- Bare det ytterste laget av huden er skadet
- Det døde hudlaget kan skalle av og etterlate et sår, men det gror uten arrdannelse

Dyp forfrysning

- Frostskaften har trengt gjennom alle hudlag
- Huden er hvit eller voksgul med grå-blå skygger, er helt følelsesløs og kan være hard å ta på

Hvis huden etter en halv times behandling ikke har fått tilbake farge og følelse, bekreftes at det foreligger en dyp forfrysning

Førstehjelp

Hvis fingre, ører eller andre områder er blitt forfrosset:

- få vedkommende ut av kulden
- Varm hendene dine ved å stikke dem opp i armhulene. Hvis nesen, ørene eller ansiktet er blitt frostbitt, varm området med å dekke det med tørre, vottede hender
- Ikke gni på de forfrosne områdene og særlig ikke med snø
- Drikk noe varmt. Ikke bruk strålevarme fra ovn, peis e.l. Det kan lett bli brannskade på det følelsesløse stedet
- Skaff akuttmedisinsk hjelp dersom nummenheten vedvarer gjennom oppvarmingen. Får du ikke hjelp umiddelbart, kan sterkt forfrosne hender eller føtter varmes opp i lunkent - **ikke varmt vann**. Vanntemperaturen bør være mellom 38 og 41°C

Strakstiltak ved etseskade

Ved enhver personskada er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
- **BESKRIVELSE AV SKADE!**
- **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
- **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**

1. **Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.**
2. **Få den skadde i sikkerhet.**
3. **Ring 113**
4. **Følg instruksjoner fra 113**

Dersom du er i tvil, legg den verst tenkelige diagnosen til grunn for behandlingen

Førstehjelp øyeskade

- Hvis et kjemikalium skvetter inn på øyet ditt, skylle øyet umiddelbart med vann
 - Enhver kilde med klart drikkendes vann er godt nok
 - Det er viktigere å begynne og skylle enn å finne sterilt vann
 - Ved å skylle med vann vil kjemikaliet fortynnes
 - Fortsett å skylle i minst 20 minutter, særlig hvis øyet har vært utsatt for et rengjøringsmiddel som inneholder ammoniakk
 - Etter at du er ferdig med å skylle øyet grundig, lukk øyelokket og dekk det med en løs, fuktig bandasje
- Søk så øyeblikkelig medisinsk hjelp

Førstehjelp hudskade

- Spyl med vann, hiv om mulig pasienten rett inn i dusjen
 - Spyl skadd hud med store mengder vann på 12-18 grader på voksne (På barn bruker man vann på 25-30 grader)

 - Den skadde kroppsdel holdes slik at det ikke renner noe ned på frisk hud
 - Fjern etter hvert klær som er forurenset/dunster kjemikalier
 - Førstehjelper må passe på ikke å få etseskader selv i denne prosessen
 - Gi psykisk støtte

 - Spesialpreparater brukes på kjemikalier som reagerer voldsomt på vann
 - Har man ikke det, børster man i noen tilfeller bort kjemikalierne, så overøses den skadde huden med store mengder vann på en gang

 - Dekk skadet hud med steril kompress etter spylingen
 - Xylocain kan brukes etter spyling ved mindre skader, men ikke på åpne sår
- Ved alvorlig skade, oppsøk lege/sykehus snarest

Strakstiltak ved bevissthetstap.

Ved enhver personskade er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
- **BESKRIVELSE AV SKADE!**
- **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
- **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**

- 1. Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.**
- 2. Få den skadde i sikkerhet.**
- 3. Ring 113**
- 4. Følg instruksjoner fra 113**

Typiske symptomer og tegn

Følelse av svakhet, matthet, ørhet og ofte kvalm

Svært blek hud

Langsom puls

Tap av bevissthet

Førstehjelp

Legg personen på ryggen med beina hevet over hjertenivå

Følg med at vedkommende puster fritt. Bevisstløse kan kaste opp

Legg øret ditt over personens munn for å høre etter om vedkommende puster.

Dersom personen ikke puster, er problemet alvorligere enn en besvimelse.

Start med hjerte-lunge-redning.

Hvis personen puster, gjenopprett blodstrømmen til hjernen ved å heve personens bein over nivået til hodet. Løsne på belter, krave eller andre klesplagg

som hemmer pusting. Personen bør komme seg raskt. Hvis vedkommende ikke kommer til bevissthet innen 1-2 minutter, ring 113 eller tilkall akutt medisinsk hjelp

Strakstiltak ved tap av kroppsdel

Ved enhver personskada er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
- **BESKRIVELSE AV SKADE!**
- **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
- **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**

- 1. Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.**
- 2. Få den skadde i sikkerhet.**
- 3. Ring 113**
- 4. Følg instruksjoner fra 113**

Situasjon

Fullstendig eller delvis avriving av en arm, et ben, en finger eller tå

Den amputerte delen kan i mange tilfeller festes på igjen ved mikrokirurgi, så det er viktig å bringe den skadete og den amputerte delen til sykehuset så snart som mulig

Førstehjelp

1. Sjekk åndedrettet

Om nødvendig må pasienten ventileres, ev. hjertelungeredning

2. Kontroller blødning

Om mulig brukes engangshansker

Hev den amputerte delen, plasser en steril bandasje over såret og press fast mot det for å kontrollere blødning

Hvis fingeren/tåen/armen/benet er delvis avrevet, bandasjer såret og trykk mot såret

Sørg for at den skadete har det komfortabelt og behandle eventuelt sjokk

Forts. side 16

3. Fest bandasjen

Bandasjen, kompressen, festes med en pårullingsbandasje

4. Sjekk

Foreligger andre skader som krever umiddelbar behandling

5. Følg med den skadete

Registrer regelmessig livsviktige tegn som bevissthetsnivå, puls og pust inntil hjelp ankommer

Hold pasienten varm

6. Ev. transporter selv

Hvis en finger eller tå er amputert og den skadete ikke er i sjokk, kan du selv bringe vedkommende og den amputerte delen til sykehuset

7. Ikke gi mat eller drikke

Dersom det blir nødvendig med mikrokirurgi, må pasienten i narkose, derfor må du ikke la den skadete spise, drikke eller røyke

Ikke

Ikke glem at det er viktigere å redde pasientens liv enn å redde en kroppsdel

Ikke overse andre, mindre åpenbare, skader

Ikke forsøk å presse løse kroppsdel tilbake på plass

Ikke bestem at en kroppsdel er for liten til å redde

Ikke anlegg en tourniquet med mindre blødningen er livstruende, siden hele ekstremiteten i så fall kan bli skadet

Ikke skap falske håp om at det går an å sy på kroppsdelene igjen

Strakstiltak ved indre skader.

Ved enhver personskada er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
- **BESKRIVELSE AV SKADE!**
- **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
- **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**

1. Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.
2. Få den skadde i sikkerhet.
3. Ring 113
4. Følg instruksjoner fra 113

INDRE BLØDNINGER

SYMPTOMER^{[1][1]}_[SEP]

- kan være vanskelig å oppdage, særlig på unge^{[1][1]}_[SEP]
- Ofte Blek, Kald og Klam hud (BKK)^{[1][1]}_[SEP]
- Redusert bevissthet^{[1][1]}_[SEP]
- Smerter

FØRSTEHJELP^{[1][1]}_[SEP]

- Frie luftveier^{[1][1]}_[SEP]
- Sideleie^{[1][1]}_[SEP]
- Ved skade i brystet og du mistenker indre blødning, legg den skadede siden ned^{[1][1][1][1]}_[SEP]
- Pasienten trenger rask transport til sykehus. I noen tilfeller der det tar tid før ambulansen kommer bør man vurdere å starte transport selv.

Strakstiltak ved skjelettskade/brudd

Ved enhver personskade er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
 - **BESKRIVELSE AV SKADE!**
 - **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
 - **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**
1. Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.
 2. Få den skadde i sikkerhet.
 3. Ring 113
 4. Følg instruksjoner fra 113

Førstehjelp

Mens du venter på hjelp, bør du gjøre følgende:

- Stans eventuell blødning
- Immobiliser området
 - Forsøk å støtte det skadede området med klær eller tepper som rulles sammen og brukes som støtte - dette virker smertelindrende og forebygger ytterligere skade
 - Spjelking med stive spjelkematerialer utføres av ambulanspersonell
 - Forsøk å støtte også leddene ovenfor og nedenfor bruddet, ikke forsøk å sette bruddet sammen
 - Bruddstedet må gjøres ubevegelig slik at leddet ovenfor og nedenfor bruddstedet ikke kan bøyes
 - Sørg for å unngå nedkjøling ved å isolere og beskytte best mulig mot kaldt underlag, vind og nedbør
 - Skadet arm henges i fatle eller en opptrukket genser/jakke, eller støttes med frisk arm
 - Ved mistanke om nakke-/ryggskade må hode og nakke beskyttes for å hindre ytterligere skade
 - Behandle sjokk
 - Hvis den skadede blir fjern, eller besvimer, eller pusten blir raskere og

mer overflatisk, kan det være tegn på at han eller hun er i sjokk
Legg vedkommende flatt ned på ryggen. Sjekk B- bevissthet, L-luftveier og Å-
åndedrett - og tilkall hjelp

Strakstiltak ved hodeskade/hjernerystelse.

Ved enhver personskade er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
- **BESKRIVELSE AV SKADE!**
- **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
- **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**

- 1. Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.**
- 2. Få den skadde i sikkerhet.**
- 3. Ring 113**
- 4. Følg instruksjoner fra 113**

Førstehjelp Hodeskade

- Få den skadete til å sitte eller ligge ned
- Registrer regelmessig livsviktige funksjoner som bevissthetsnivå, puls og pust inntil hjelp ankommer
- **Ved bevisstløshet:**
Om mulig bør du la den skadete bli liggende i den posisjonen du fant vedkommende
Åpne luftveiene ved å stå på kne bak den skadetes hode, hold hendene under kjevevinkelen på begge sider og trekk kjeven opp uten å bøye på nakken.
- Vær klar til å starte gjenoppliving ([barn/voksen](#)) om nødvendig
- Dersom den skadete puster og du må forlate vedkommende for å ringe, må du få vedkommende over i sideleie.
- Vær oppmerksom på risikoen for ryggmargsskade når du snur den skadete. Snuoperasjonen bør derfor skje med minst mulig bevegelse i nakke og rygg

Symptomer og tegn på hjerneskade

- Hodeskade
- Avtakende bevisshetsnivå
- Kraftig hodepine
- Ulik størrelse på pupillene
- Svakheter og/eller lammelse langs den ene siden av kroppene eller ansiktet
- Atferdsendring
- Støyende pusting
- Langsom, kraftig puls
- Høy temperatur og hektisk, rødt ansikt

Førstehjelp Hjernerystelse

- Få den skadete til å sette seg eller legge seg ned
- Sjekk bevisshetsnivået:
 - Er den skadete våken og reagerer normalt på deg? Hvis ja, er den skadete ved full bevissthet
 - Reagerer den skadete på stemmen din, svarer på enkle spørsmål og utfører enkle kommandoer?
 - Reagerer den skadete på smerte?
 - Den skadete reagerer overhodet ikke. Vedkommende er bevisstløs. Gjør deg klar til å starte gjenoppliving om nødvendig ([barn/voksen](#))
- Behandle eventuelle andre skader
- Hvis den skadete ikke kommer seg helt i løpet av kort tid
 - Eventuelt at tilstanden forverrer seg
 - Eventuelt at det foreligger andre alvorlige skader
 - Ring 113
- Hold deg ved den skadete
 - Når den skadete har kommet seg, sørg for at en pålitelig person er sammen med den skadete i noen timer
 - Søk medisinsk hjelp

Typiske symptomer og tegn på hjernerystelse.

- Hodeskade
- Kort periode der den skadete er fortumlet og forvirret
- Svimmelhet
- Kvalme
- Kortvarig hukommelsestap

- Hodepine

Strakstiltak ved forgiftning

Ved enhver personskade er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
- **BESKRIVELSE AV SKADE!**
- **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
- **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**

1. Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.
2. Få den skadde i sikkerhet.
3. Ring 113
4. Følg instruksjer fra 113

Førstehjelp

Etseskader, lut og syre:

Ved nedsvelging:

Gi litt drikke - 1-2 dl vann eller melk - straks for å skylle svelg og spiserør, men IKKE fremkall brekninger.

Unngå mer drikke da det kan fremkalle brekninger

Tilkall lege. I påvente av hjelp kan du:

Overvåk, og legg eventuelt i stabilt sideleie

Medisinsk kull har ingen effekt

Ved søl i øyet:

Skyll øyet med vann fra dusj eller spring, hold på minst 15-20 min

Kontakt lege

Olje og bensin:

1. Gi ½ kopp matolje, fløte eller iskrem hvis mulig
 2. Alternativt gi rikelig med drikke
- Transporter til lege eller sykehus

Medikamenter

Når personen er våken:

- Gi rikelig drikke
- Fremkall brekninger
- Gi medisinsk kull dersom tilgjengelig
- Legg pasienten i sideleie
- Transport til lege/sykehus, følg med at pasienten puster

Når personen er bevisstløs, men puster selv:

- Sørg for frie luftveier
- Legg i stabilt sideleie
- Transport til lege/sykehus, følg med på pusten
- Stopper han å puste - start hjerte-lunge-redning

Diagnosen

- Vanlige årsaker er forgiftninger med medikamenter eller narkotika, lut eller syre, alkohol, metanol (tresprit), olje eller bensin
- **Se etter disse tegnene om du mistenker forgiftning:**
 - Forbrenninger eller rødhet rundt munnen og leppene, som kan skyldes at vedkommende har drukket visse typer gift
 - Pusten lukter av kjemikalier
 - Etseskader, flekker eller odører på personen, på klærne, på møblene, gulvet, tepper eller andre objekter
 - Brekninger, pustevansker, søvnighet, forvirring eller andre uventede funn
 - Forgiftning kan forveksles med krampeanfall, alkoholforgiftning, hjerneslag og insulinreaksjon
 - Ikke behandle tilstanden som forgiftning hvis du ikke finner tegn til forgiftning

Strakstiltak ved klemskader

Ved enhver personskade er tid og effektivitet svært viktige faktorer.

Medisinsk nødhjelp: 113 (Politi: 112)

- **OPPGI NAVN OG STED!**
- **BESKRIVELSE AV SKADE!**
- **SVAR NØYAKTIG PÅ EVENTUELLE SPØRSMÅL!**
- **LYTT NØYE PÅ BESKJEDER SOM BLIR GITT!**

- 1. Tilkall hjelp fra arbeidskollegaer.**
- 2. Få den skadde i sikkerhet.**
- 3. Ring 113**
- 4. Følg instruksjoner fra 113**

Situasjon

- Skaden kan innbefatte bruddskader og/eller indre eller utvendig blødning
 - Hvis den skadete har ligget klemt fast over lengre tid, kan kroppsvev - særlig muskulatur - være skadet. Når trykket fjernes, kan den skadete gå i sjokk
- Ved langvarig inneklemming kan giftstoffer hope seg opp i det knuste vevet, og hvis giftstoffene frigis brått til sirkulasjonen, kan det i verste fall føre til nyreskade

Fastklemt mindre enn 15 minutter

- Fjern gjenstanden som klemmer fast personen
- Behandle skaden
 - Dekk eventuelt sår med steril bandasje og press fast mot såret for å kontrollere eventuell blødning
 - Immobiliser eventuelle beinbrudd
 - Behandle eventuelt [sjokk](#)
 - Ring 113 etter ambulanse
- Observer den skadete

Registrer regelmessig livsviktige funksjoner hos den skadete - bevissthetsnivå, puls, pust - inntil hjelp kommer

Fastklemt lengre enn 15 minutter

- Frigjør om mulig den skadete
- Vær oppmerksom på risikoen for at den skadete kan gå i [sjokk](#)
- Opptre rolig og trøst den skadete

Registrer regelmessig livsviktige funksjoner hos den skadete - bevissthetsnivå, puls, pust - inntil hjelp kommer

Ytterligere skadebegrensende tiltak og permanente utbedringer.

Sikre at helse miljø og sikkerhet blir opprettholdt i samsvar med IK/AK Dok 5.2

I etterkant av personskader og nestenulykker skal risikoanalysen og prosedyren for aktiviteten der skaden oppstå revideres.

Når skal gjenoppliving utføres (30:2)

På person som ikke puster / er bevisstløs og ikke reagerer på tilsnakk eller risting

Sjekk følgende

2. Plan BLÅ er en huskeregel for hva du bør sjekke først: B-bevissthet, L-luftveier, Å-åndedrett

3.B - bevissthet

Er pasienten våken?

- Rist i pasienten og rop "Hallo - kan du høre meg?"
- Klip pasienten i huden på armen for å se om han reagerer på smerte

4.L - luftveier

Har pasienten noe i luftveiene som kan hindre pusten?

- Åpne munnen og se
- Fjern eventuelt oppkast og andre fremmedlegemer som befinner seg i munn og svelg
- Hvis du ikke får fisket ut et ev. fremmedlegeme, kan du prøve den såkalte Heimlich-manøveren: Still deg bak pasienten, legg knyttneven din på nederste del av pasientens brystbein. Med den andre hånden klemmer du til raskt og hardt, slik at fremmedlegeme kan bli "skutt" ut av luftveiene Jfr. fremmedlegemer i luftveiene

5.Å - åndedrett

Puster pasienten?

- Lytt etter pustelyd ved å legge øret ned mot pasientens munn. Da vil du også kunne føle luftstrøm hvis vedkommende puster
- Se etter om brystkassen hever og senker seg

Det kan være vanskelig å kjenne etter puls, så ikke bruk verdifull tid på dette hvis du ikke har trening i det

Hvordan gjør du det

Tilkall hjelp/ring 113

Legg pasienten på ryggen om mulig

- Bøy hodet godt bakover

- Løft haken frem:

Dette kan føre til at pusten kommer tilbake

Forsiktig med å bøye hodet hvis nakkeskade mistenkes

- Fjerne løse gjenstander, mat, slim eller løse tenner

Start med brystkompresjon før forsøk på ventilasjon

Brystkompresjon

6. Ved manglende pust og bevisstløshet som ikke reagerer på tilrop eller risting, start HLR – brystkompresjon først:

- Legg deg på kne helt inntil pasientens arm

- Legg hendene dine oppå hverandre på brystkassen slik [tegningen viser](#)

- Trykk 5-6 centimeter rett ned og nokså hardt, og slipp så opp igjen.

Hold albueene strake, da blir det lettere å trykke

- Trykk 30 ganger med en takt som tilsvarer ca. 100 per minutt (30 kompresjoner tar da 18 sek.). Tell høyt slik at du alltid vet hvor mange ganger du har igjen

Munn-til-munn-metoden

Gjennomføres dersom pasienten ikke puster, til tross for at du har sørget for frie luftveier:

- Legg den ene hånden din på pasientens panne og bøy hodet hans godt bakover

- Klem sammen pasientens nesebor med to fingre slik tegningen viser

- Løft haken godt opp med den andre hånden

- Ta ut synlige fremmedlegemer eller løst gebiss

- Trekk pusten og legg leppene dine rundt hele munnen til pasienten

- Blås inn til brystkassen hever seg. Blås med jevn kraft

- Ta bort munnen din så luften slipper ut igjen

- Blås en gang til

Kombinert hjerte- og lungeredning

Det gjøres 30 brystkompresjoner, deretter 2 innblåsninger og så videre (30:2)

Dette er slitsomt. Hvis dere er 2 redningspersoner bør den ene blåse og den andre brystkomprimere. Bytt før dere blir slitne, gjerne hvert tredje minutt

Fortsett helt til ambulansen kommer, eller til pasienten begynner å puste selv

Beredskapshjelp personulykker

Dykkertjenester

ØPD, Folden Akva.

Båter til bruk ved gjenfangt:

Edelfarm AS:

”Viktoria”

”Jan-R”

”Storlaksen”

”Viljan”

”150 Hk”

”175 Hk”

Wenberg Fiskeoppdrett AS:

”Skjerstadfjord”

”Laksen”

2 x polarcirkelbåter.

Ekstramannskaper:

Wenberg Fiskeoppdrett AS

Forsikring

If

Overvåking og beredskap.

- 5.1 Instruks for bruk av verneutstyr.
 - 5.2 Instruks for anleggsområde tilhørende Edelfarm AS.
 - 5.3 Oppbevaring og håndtering av helse og miljøskadelige stoffer.
 - 5.4 Kjemikalieoversikt.
 - 5.5 Instruks for bruk av krane.
 - 5.6 Instruks for bruk av hjullaster.
 - 5.8 Arbeid i og bruk av båt.
 - 5.9 Arbeid på flytekrager med tilhørende installasjoner.
 - 5.10 Arbeid med nøter som blir eller skal benyttes til fisk.
 - 5.11 Avfallsbehandling.
 - 5.12 Ettersyn og vedlikehold av teknisk utstyr.
 - 5.13 Brannforebyggende tiltak.
 - 5.14 Alenearbeid.
 - 5.15 Instruks for bruk av capstan (nokk).
 - 5.17 Instruks for hygiene og renhold.
 - 5.19 Instruks for dyrevern/dyrevelferd
 - 5.20 Instruks for innleide fartøy innenfor anleggsområder tilhørende Edelfarm AS
-
- 7.1 Prosedyre for fôrmottak.
 - 7.2 Prosedyre for fôring av fisk.
 - 7.3 Prosedyre for dødfiskopptak/-håndtering.
 - 7.4 Prosedyre for levering av fisk.
 - 7.5 Prosedyre for smoltmottak
 - 7.6 Prosedyre innfesting av flyteringer i rammefortøyning.
 - 7.7 Prosedyre for innsetting av not i flytekrage.
 - 7.8 Prosedyre for regelmessig ettersyn av anlegg.
 - 7.9 Prosedyre for besøk på anleggsområder tilhørende Edelfarm AS.
 - 7.10 Prosedyre for bruk av katamaraner.
 - 7.11 Prosedyre for bruk av PE båter.
 - 7.12 Prosedyre for bruk av mobile notspylere.
 - 7.13 Prosedyre for spyling av not i sjøen.
 - 7.14 Prosedyre for lusetelling.
 - 7.16 Prosedyre for opptak og klargjøring av laks til fett og fargeanalyse.

7.17 Prosedyre for drivstoff fylling.

7.19 Prosedyre for sortering.

7.21 Prosedyre for bruk av ensilasjetank

Opplæring og revidering.

Denne beredskapsplanen skal revideres ved endring i drift og utstyr som tilsier at det er nødvendig eller ved revisjon av IK/AK kapittel 5 ”Risikoanalyse HMS”

Alle ansatte ved Edelfarm as skal kjenne til denne beredskapsplanen og tilhørende prosedyrer.

Alle ansatte ved Edelfarm as skal ha mottatt opplæring i førstehjelp

Se side 11 ”overvåking og beredskap”