Arbetsinstruktion – Sjukvårdare

På samtliga tävlingar ska det finnas en person som är ansvarig för sjukvård. Med sjukvård avses här inte sjukvård som kräver högre medicinsk kunskap av legitimerad sjukvårdspersonal, utan en organisation där det finns en tydlig struktur för vem som gör vad om det sker ett tillbud (olycka).

Det är viktigt att en **handlingsplan** finns utifall en olycka skulle inträffa, dvs att alla personer i organisationen vet vem som gör vad så skadad åkare kan få skyndsam hjälp. Informera närmaste sjukhus/vårdinrättning om att tävlingen äger rum och var, kontrollera att bår finns tillgänglig vid sargkant och att de som arbetar med sjukvård har broddar på skorna.

Den som är ansvarig sjukvårdare under tävling kan vara sjukvårdsutbildad eller icke sjukvårdsutbildad person som känner sig trygg med att ansvara för organisationen och hantering av enklare första-hjälpen-material enligt nedan. Det är också önskvärt att sjukvårdaren/na kan hjärt-lungräddning.

Om sjukvårdaren är legitimerad sjukvårdspersonal måste den personen beakta det ansvar för vård, rådgivning och dokumentation som Socialstyrelsen kräver och själv ta ansvar för att allt blir rätt och riktigt. Socialstyrelsens skrift för vad som gäller för legitimerad personal som arbetar i ideella föreningar finns här.

Tillbud som krävt sjukvårdande insats ska så fort som möjligt, men senast vid tävlingsdagens slut rapporteras till Svenska konståkningsförbundet både till tavling@skatesweden.se och camilla.fredman@skatesweden.se.

Efter avslutad tävling ska alla tillbud rapporteras via arrangörsrapporten.

Sjukvårdarens plats

Sjukvårdarens plats vid isen ska vara tydligt uppmärkt ”Sjukvårdare” och vara väl synlig. Symbolen rött kors på vit botten får inte användas då den är exklusiv symbol för sjukvård vid särskilda händelser och det endast är ett fåtal bemyndigade organisationer som har rätt att använda den.

NOTERA: Sjukvårdare ska alltid finns på plats vid rinkens sarg under pågående tävling / träning och kan inte ha andra uppgifter som hindrar närvaro vid sargen. Grundläggande sjukvårdsutrustning (första hjälpen) ska finnas på plats intill isrinken. Sjukvårdaren kan praktiskt även fungera som grindvakt under tävling. Broddar ska användas för att minska risken för egen skada i de fall sjukvårdaren behöver beträda isen.

Arrangören ska tillgodose att det finns ett rum så nära isen som möjligt dit man kan ta en olycksdrabbad person så att hen får återhämta sig i enskildhet. I detta rum ska det finnas filtar, vatten att dricka, muggar, näsdukar etc. Önskvärt är att det finns handfat och tillgång till vatten, tvål och pappershanddukar.

Utrustning

Första-hjälpen material som sjukvårdaren känner sig förtrogen med att använda.

Utrustningen:

- **ska** innehålla det mest basala såsom plåster för mindre blessyrer och tryckförband om en större blödning behöver stoppas, men behöver inte innehålla sårvårdsutrustning för behandlande omläggningar såsom exempelvis sårtvätt eller avancerat omläggningsmaterial. Sårskador av det slag att det krävs större omläggning ska hanteras på sjukvårdsinrättning.
- **kan** innehålla lindor för enkelt stödförband, cold pack, etc.
- får **absolut inte** innehålla några läkemedel, inte ens receptfria preparat eller naturpreparat.
- Engångshandskar, typ nitrilhandskar.
- Sax för att kunna klippa i kläder.
- Filtar.
- **Broddar** till skor som sjukvårdaren/na **ska** ha på sig när de är på plats vid isen.
- Extra uppsättningar broddar till skor för tillskyndande resurser.

Utöver organisationens egen utrustning ska sjukvårdaren ta reda på om det i arenan finns tillgång till annan utrustning såsom bår eller hjärtstartare och var den utrustningen i så fall är placerad. Det finns inget krav på att sjukvårdaren ska ha kunskap att hantera exempelvis en hjärtstartare, men var den finns ska vara känt.

Vid olycka

Om en olycka inträffar som kräver tillkallande av ambulans ska det finnas en väl känd och klar organisation för vem som gör vad. Sjukvårdaren stannar på plats med den skadade och ska då kunna ta hjälp av en person till som enkelt kan tillkallas. Teamet av sjukvårdare måste alltså i grunden bestå av minst två personer. Utöver sjukvårdarna ska en person möta upp ambulansen för att visa ambulanspersonalen vägen.

Det måste sålunda finnas beredskap för två sjukvårdare så att en person blir kvar vid isen om den andra måste lämna sin plats för att bistå någon, i exempelvis sjukvårdsrummet, så att tävlingen/träningen kan fortsätta.

För kommunikation mellan sjukvårdarna och andra nödvändiga funktioner som tävlingsledare och speaker är det bra om det finns exempelvis walkie-talkie. Har man inte tillgång till sådan kommunikationsutrustning måste kommunikation säkerställas på annat sätt. Vårdkedjan får inte brista på grund av icke fungerande kommunikation.

Om en åkare skadar sig mycket illa och blir liggande på isen hamnar man i den situationen att den skadade kan vara svår att flytta, samtidigt som man inte kan låta den ligga kvar på isen med risk för nedkylning och köldskador. Är den skadade medvetslös och inte kan förmedla sig måste man iaktta största försiktighet vid förflyttning med tanke på eventuella skador i huvudet eller nacken och en bår är att föredra för att eventuellt lyfta personen från isen. Finns kompetensen för säker förflyttning att tillgå är allt gott och väl, i annat fall kan det vara bäst att invänta ambulanspersonal.

Checklista för sjukvårdsansvarig / sjukvårdare

Nedanstående punkter bör funderas igenom för att skapa en rimlig handlingsplan:

- Enskilt rum för sjukvård, var finns det?
- Utrustning i rum för sjukvård enligt ovan, finns den?
- Första hjälpen-utrustning, finns det som behövs enligt ovan?
- Finns annan utrustning i arenan som bår och hjärtstartare, i så fall var?
- Vilka hjälpmedel för kommunikation har ni?
- Är kommunikationskedjan känd för de som ingår i sjukvårdsteamet?
- Har ni upprättat en tydlig ordning för vem som gör vad?
- Om ambulans behöver tillkallas var ska den komma, adress, grind, entré, etc.?
  Den som larmar måste kunna uppge denna information exakt.
- Vem möter upp ambulansen och visar personalen vägen i arenan?
- Vem ansvarar för att skyndsamt meddela Svenska konståkningsförbundet om ett tillbud via mejl enligt ovan?
- Den som skriver arrangörsrapporten måste få relevant information om händelsen. Vem är det som skriver och ska ha denna fakta?