

FØRSTEHJELP I GRUNNSKOLEN

Varsling

Lærerveiledning til varslingssituasjoner i lysbilder

Varsling av sykdom og skader

Målet for denne økta er elevene skal lære å varsle om hjelp ved tidskritisk sykdom og skade. Ofte vil det være riktig å ringe rett til 113 etter at man har vurdert situasjonen og – hvis mulig – gjort en Plan BLÅ-vurdering av den eller de som er syke eller skadet. Andre ganger kan det være best først å varsle andre i nærheten, gjerne voksne. Da er men flere med på å vurdere hva som skal gjøres, og en kan ta seg av den syke eller skadete mens den andre varsler 113.

I en egen veiledning har vi vist hvilke spørsmål 113-operatøren vil stille og hvilken informasjon de trenger fra den som ringer. Bruk denne som en veiledning når dere simulerer varsling i de ulike situasjonene.

Vi har lysbilder fra fem forskjellige varslingssituasjoner. Elevene skal se for seg at de står like ved og er vitne til hver situasjon; kamerablikket er det elevene ser.

Her er et forslag til framgangsmåte for hvert bilde:

1. Hva ser elevene? Be de beskrive bildet.
2. Hva vil elevene gjøre først? Er det best å ringe 113 med en gang eller skal de varsle andre først? Og er det andre tiltak de må gjøre i situasjonen, for eksempel knyttet til sikkerhet?
3. Hva vil elevene si når de ringer 113? Her kan dere godt simulere hele samtalen, med en elev som innringer og lærer som 113-operatør.

Situasjonene i lysbildene

Situasjon 1: Busspassasjer blir syk



HVA HAR SKJEDD? På bussen sitter en eldre mann. Plutselig bøyer han seg framover, griper seg til brystet og puster tungt. Han har tydelige smerter.

HVA GJØR DU? Først må du varsle bussjåføren og be han/hun stoppe bussen. Det er ikke trygt å forsøke å hjelpe den syke mannen mens bussen er i fart. Rop om hjelp til de andre passasjerene. Kanskje har ingen av de andre lagt merke til hva som skjer med mannen. Det kan også være helsepersonell om bord på bussen som kan hjelpe.

Når du eller andre har fått undersøkt mannen og gjort en Plan BLÅ-vurdering, kan det være nødvendig å ringe 113. Spør bussjåføren om hvor dere er slik at du kan få gitt en mest mulig presis adresse.

Fortell 113-operatøren hva du heter, hvor du er og hva du har sett fra du ble oppmerksom på mannen. Og fortell hva Plan BLÅ-vurderingen viste.

Situasjon 2: Jente har skadet seg i akebakke



HVA HAR SKJEDD? En gjeng barn driver på i en akebakke. Ei jente har kjørt ut av løypa og slått hodet mot et tre. Nå ligger hun på bakken og skriker høyt. Det renner blod fra et stort kutt i panna.

HVA GJØR DU? Først må du stoppe de andre som aker slik at jenta eller du ikke blir påkjørt på ulykkesstedet. Så må du gå bort til den skadete jenta og vurdere situasjonen. Gjør en Plan BLÅ-vurdering.

Er det noen voksne i nærheten som kan hjelpe? Rop om hjelp selv om du ikke ser noen.

Hvis du ikke får hjelp fra andre, ringer du 113. Fortell hva du heter, hvor du er og om ulykken hvis du var vitne til den. Så beskriver du skaden du ser og hva Plan BLÅ-vurderingen viste.

Situasjon 3: Fotgjenger er påkjørt av bil



HVA HAR SKJEDD? Du blir vitne til at en bil har svingt rundt et hjørne og kjørt på en fotgjenger som var i ferd med å krysse gata. Fotgjengeren blir liggende livløs foran bilen. Det renner blod fra nesens og munnen. Bilføreren har løpt ut og bort til fotgjengeren. Hun er i sjokktilstand og vet ikke hva hun skal gjøre, men bare roper og gråter.

HVA GJØR DU? Først må du vurdere egen sikkerhet i situasjonen. Er det trygt for deg å gå inn? Rop om hjelp og få andre til å stanse trafikken i alle retninger. Hvis du så vurderer at situasjonen er trygg, går du inn.

Prøv å snakke rolig til bilføreren og si at du skal hjelpe. Det kan være viktig å få roet stressede personer på et ulykkessted slik at de ikke er i veien eller gjør noe som setter dem selv eller andre i fare. Er det andre på stedet kan du be de om å ta seg av bilføreren.

Gjør en Plan BLÅ-vurdering på den skadete fotgjengeren. Hvis det ikke er andre rundt deg som kan hjelpe, ringer du så 113. Fortell hva du heter, hvor du er og om ulykken. Så beskriver du skaden du ser og hva Plan BLÅ-vurderingen viste. Fortell også om den sjokkerte bilføreren. Kanskje trenger hun også hjelp.

Situasjon 4: Jente har fått kvist i øyet



HVA HAR SKJEDD? Du går forbi et skogholt. Plutselig hører du et høyt smerteskrig og ser at ei jente holder seg til hodet. Hun har løpt på ei grein og fått en kvist inn i øyet. Det renner blod nedover kinnet. De andre barna står sjokkerte rundt og skriker og gråter.

HVA GJØR DU? Det er viktig å vise stor forsiktighet ved øyeskade. De andre barna må derfor holde seg på avstand slik at de ikke kommer borti kvisten. Og kvisten må heller ikke trekkes ut. Det kan gjøre skaden verre.

Snakk rolig til jenta og pass på at hun ikke kommer borti noe med kvisten. Få henne til å sette seg ned. Rop om hjelp til andre i nærheten. Så ringer du 113. Fortell hva du heter, hvor du er og hva som har skjedd. Så beskriver du skaden du ser og hva Plan BLÅ-vurderingen viste.

Situasjon 5: Mann ligger livløs på byggeplass



HVA HAR SKJEDD? Du kommer forbi en byggeplass. På den andre siden av gjerdet som stenger av området, ligger det en bygningsarbeider ubevegelig på ryggen. Det kommer ikke en lyd fra mannen. Det er ingen andre rett i nærheten, men du hører at det er andre bygningsarbeidere ikke langt unna.

HVA GJØR DU? Siden byggeplassen er stengt med et gjerde kan du ikke gå bort til mannen. Det kan dessuten være farlig å gå inn på byggeplasser. Derfor har de som jobber der hjelm og annet verneutstyr. Så ikke forsøk å gå inn der selv.

Rop om hjelp. Hvis ingen svarer løper du for å finne noen av de andre som jobber der. Fortell hva du har sett og bli med tilbake (på utsiden av gjerdet) for å vise hvor mannen ligger. Ikke forlat stedet. Kanskje må du veilede de som har kommet til i hvordan de skal undersøke mannen og gjøre en Plan BLÅ-vurdering.

Hvis ingen andre har ringt 113, må du straks gjøre dette. Fortell hva du heter, hvor du er og hva som har skjedd. Så forteller du hva du har fått høre fra kollegaene til mannen om tilstanden hans.