



SØFARTSSTYRELSEN



**Øvelser til gentræning
af sygdomsbehandling
om bord**



Formål med øvelser på hjemmeside.

Vi lægger nu forslag til øvelser på vores hjemmeside, fordi mange kursister har efterspurgt øvelsesscenarier, som kunne give dem mulighed for at gentræne sygdomsbehandling ude ombord.

Formålet med disse øvelser er, at førstehjælp og sygdomsbehandling ved akut opståede sygdomme og ulykker trænes i besætningen. Samtidig får sygdomsbehandleren mulighed for at repetere sin teoretiske viden og gentræne sine færdigheder herunder specielt anvendelse af principperne i Maritime Life Support i prioriteret rækkefølge. Det vil betyde, at sygdomsbehandlingen til et sygt eller forulykket besætningsmedlem bliver bedre, og at sygdomsbehandleren på forhånd kender de ressourcer, som resten af besætningen kan bidrage med.

Hver øvelse forudsætter, at sygdomsbehandleren anvender sin viden om, hvordan det mobile genoplivningsudstyr samt båren anvendes og husker, hvordan han/hun kan anvende medicin og medicinske udstyr som anført i kontroldokumentet. Ligeledes må sygdomsbehandleren tænke over, hvornår og hvordan han/hun vil kontakte Radio Medical samt anvende RM-optegnelsen.

Kom godt i gang med øvelsen kræver en mindre forberedelse af deltagerne. Der er naturligvis ikke en begrænsning for hvor mange der kan deltage, men vi har valgt at give definerede opgaver i forbindelse med afviklingen af øvelsen. Sygdomsbehandleren vil fortsat være omdrejningspunktet for planlægning og uddelegering, men han/hun er samtidig den person der primært skal trænes/gentrænes i egne kompetencer. Derfor har vi til disse øvelsesoplæg defineret opgaver for observatører, hjælpere, kontrollanter og figuranter til 5 forskellige øvelser. Besætningsstørrelserne sætter naturligvis klare begrænsninger for omfanget af øvelserne, men så må der finjusteres på det enkelte skib.

Tid for afholdelse af en øvelse kan være svært at forudsige, da mange faktorer kan spille ind. Øvelseslederen har det med i sine overvejelser inden start.

Før øvelsen

Øvelseslederen udpeger sine deltagere til øvelsen og udleverer instruktioner. En mindre forberedelsestid vil være en fordel for alle parter inden øvelsen sættes i gang, hvor spørgsmål fra de enkelte deltagere afklares.

Under øvelsen

Deltagere som ikke har fået tildelt en "rolle" under øvelsen observerer helheden i afviklingen af øvelsen, da det muligvis er dem der er involverede næste gang. Udpegede deltagere følger nøje de udleverede angivende instruktioner, da det har stor betydning for det endelige udbytte af øvelsen. Det bør understreges at udbyttet er for skibets, dermed alles sikkerhed og sundhed om bord. Øvelseslederen gør tydelig opmærksomt på hvornår øvelsen betragtes afsluttet.

Efter øvelsen - evaluering

Formålet med evalueringen er, at sygdomsbehandleren får viden om, hvordan han eller hun udførte sygdomsbehandling til den syge eller forulykkede.

Vigtigt: Det er meget vigtigt, at evalueringen foregår på en positiv måde, da øvelsens formål er læring for hele besætningen. Husk alle kan altid blive bedre til førstehjælp og sygdomsbehandling. Alle yder den bedst mulige indsats hver gang.

- Observatørerne fortæller, hvad de har bemærket undervejs i øvelsen
- Figuranten fortæller, hvordan sygdomsbehandlingen følte.

- Kontrollanten bidrager med eventuelle kommentarer

Sygdomsbehandleren lytter og reflekterer efter øvelsen på sin sygdomsbehandling – også ved at se på kontrolskemaet.

Sygdomsbehandleren kan vælge at lave sin egen opfølgning vha. lægebog eller MLS – procedureerne, og må naturligvis gerne give alle deltagerne et bud på hvad der evt. skal ske med patienten efterfølgende.

Justeringer i brug af ressourcer/hjælpere kan være en følge af øvelser om bord, så diskussionen i besætningen er vigtig under evalueringen.

Afslutningsvis bør det anvendte udstyr gennemgås og kontrolleres inden det bringes på de respektive pladser i skibet.



Instruktion til observatør/hjælper

Inden øvelsen starter:

Rollen som observatør

Bliver du udpeget til at være observatør er det vigtigt at vide præcis hvad du skal observere.

Det kan eksempelvis dreje sig om:

Vigtige informationer

Samtalen imellem patienten og sygdomsbehandleren;

- Lytter sygdomsbehandleren til patienten eller ej?
- Oplyser patienten af egen kraft informationer om sit helbred?

Tydelige kommandoer

Giver sygdomsbehandleren tydelige/klare meldinger til hans hjælper under øvelsen:

- ”Giv mig iltmasken”,
- ”hold hovedet fast indtil jeg siger andet”,

Psykisk 1.hjælp

Har sygdomsbehandleren overskud til at berolige patienten :

- Informerer patienten om hvad han foretager sig?
- I form af berøring og rolig stemmeføring beroliger patienten?

Omstående drejer sig om kommunikation. Hvordan og hvad der kommunikeres kan have betydning for patienten og informationer der skal gives videre til Radio Medical.



Kontrollanten.

Det er din/Jeres opgave at kontrollere, hvad sygdomsbehandleren foretager sig. Dette gøres primært ved at notere i skemaet herunder, men du er også velkommen til at skrive kommentarer. Husk på at øvelsen er en repetition og gentræningsøvelse, hvor sygdomsbehandleren og besætningen får mulighed for sammen at træne nogle principper ved førstehjælp til et besætningsmedlem, der er blevet akut sygt eller er udsat for en ulykke.

Formålet er læring, så vær positiv, når du giver kommentarer i evalueringen.

Sygdomsbehandleren er i skemaet forkortet til SB.

I skemaet anføres tal (**1,2,3,4osv.**) i den rækkefølge, som SB udfører sine handlinger i øvelsen. De handlinger der ikke udføres bliver markeret med et (**0**). Efter øvelsen giver du kontrolskemaet til sygdomsbehandleren.

Kontrol skema		
Mødet med patienten	Taler SB til den syge?	()
	Lytter SB til den syge?	()
	Bliver den syge flyttet, så SB bedre kan arbejde?	
	Tager SB handsker på?	() ()
Airways (luftveje)	Lægges den syge i lige linie på gulvet?	()
	Undersøger SB for frie luftveje?	()
	Giver SB den syge halskrave på?	()
	Giver SB den syge ilt?	()
	Giver SB den syge 9 l ilt på maske?	()

Breathing (vejrtrænings kvalitet)	Bøjer SB sig over den syges mund for at lytte og høre vejrtrækning? Undersøger SB den syges brystkasse?	() ()
Cirkulation (kredsløbet)	Trykker og slipper SB på den syges negl? Undersøger SB den syges håndled for at mærke puls? Undersøger SB den syges hud? Mærker SB på den syges krop (for at undersøge for blødninger/skader?) Siger SB, at han/hun vil anlægge en venekanyle og tilkoble drop? Tjekker SB den syge igen: vejrtrækning, puls?	() () () () () ()
Disability (bevidsthedsniveau, pupilreaktion)	Undersøger og vurderer SB den syges bevidsthedsniveau? Undersøger SB den syges pupilreaktion ved at lyse i den syges øjne? Vurderer SB, om behandlingen kan fortsætte på nuværende sted?	() () ()
Expose (kropsundersøgelse og forflytning)	Undersøger SB den syge fra top til tå? Fixeres den syge på bræt og i bære? Forflyttes den syge til sygelukaf i båren?	() () ()
Videre behandling	Kontakter SB Radio Medical? Giver SB medicin til den syge før kontakt til Radio Medical? Giver SB medicin til den syge efter kontakt til Radio Medical? Udfører SB sygdomsbehandling efter kontakt med Radio Medical?	() () () ()
Dokumentation (Til redder i land) (Til Radio Medical)	Udfylder SB en Radio Medical optegnelse? Udfylder SB en overleveringsblanket? Udfylder SB Radio Medical optegnelsen?	() () ()



Instruktion til Sygdomsbehandleren

Øvelse 1

Formålet med denne øvelse er, at sygdomsbehandleren gentræner principperne for maritime life support ved uheld/ulykke ombord. Samtidig anvendes specifik viden om behandling af en forbrændt person.

Situation

Kok Bent Nielsen, 42 år er i kabyssen og har ved et uheld fået varm friture ned over sig.

Han har en forbrænding på halsen, en forbrænding på højre arm og højre del af brystkassen.

Når du som sygdomsbehandleren når frem, sidder Bent på en stol foroverbøjet ved bordet. Han har mange smerter og er meget bange.

Udstyr til rådighed:

- Det mobile genoplivnings udstyr inkl. MLS – guidelines (huskeliste)
- Halskrave og bære/rygbræt
- 1 eller 2 hjælpere



Instruktion til Sygdomsbehandleren

Øvelse 2

Formålet med denne øvelse er, at sygdomsbehandleren gentræner principperne for Maritim Life Support ved sygdom og er opmærksom på medicin fra medicinkisten, som det syge besætningsmedlem kan have gavn af.

Situation

Maskinmester Peter Jensen på 63 år henvender sig på broen. Han har det skidt med trykken for brystet. Virker noget forpustet efter turen på trappen til broen. Er bleg og ser forpint ud.

Udstyr til rådighed:

- Det mobile genoplivnings udstyr inkl. MLS – guidelines (huskeliste)
- Halskrave og bære/rygbræt
- 1 eller 2 hjælpere



Instruktion til Sygdomsbehandleren

Øvelse 3

Formålet med denne øvelse er, at sygdomsbehandleren gentræner principperne for Maritim Life Support ved sygdom. Sygdomsbehandleren må også være opmærksom på eventuel medicin og medicinsk udstyr dels patientens og dels fra medicinkisten.

Situation

Skibsassistent Søren Sørensen er meldt syg efter morgenmaden. Han har kastet op det meste af formiddagen, og har lagt sig på sit kammer. Du ved fra hans mønstring, at han har sukkersyge, der er kost og tablet reguleret. Du vælger at tilse ham på hans kammer.

Udstyr til rådighed:

- Det mobile genoplivnings udstyr inkl. MLS – guidelines (huskeliste)
- Halskrave og bære/rygbræt
- 1 eller 2 hjælpere

Instruktion til Sygdomsbehandleren

Øvelse 4

Formålet med denne øvelse er, at sygdomsbehandleren gentræner principperne for maritim life support ved en ulykke, og herunder anvender relevant medicinsk udstyr fra det mobile genoplivningsudstyr og fra medicin-kisten. Samtidig repeteres og anvendes specifik viden om sygdomsbehandling ved brud og forstuvninger.

Situation

Den unge aspirant Anette Larsen på 22 år er under arbejdet på dækket i uroligt vejr kommet til skade. Det forlyder, at hun har mange smerter i sit skinneben og håndled.

Der er ikke umiddelbart nogen, der har set ulykken ske. Kollegaen, der fandt hende, fortæller over radioen, at det ser ud som om, hun kunne have brækket benet.

Udstyr til rådighed:

- Det mobile genoplivnings udstyr inkl. MLS – guidelines (huskeliste)
- Halskrave og bære/rygbræt
- 1 eller 2 hjælpere

Instruktion til Sygdomsbehandleren

Øvelse 5

Formålet med denne øvelse er, at sygdomsbehandleren gentræner principperne for maritime life support og herunder anvender relevant medicinsk udstyr fra det mobile genoplivningsudstyr. Samtidig repeteres og anvendes viden om sygdomsbehandling ved en bevidstløs person.

Situation

Maskinmestereleven Tom Hansen, der er 34 år, er faldet i maskinrummet. Beskeden er videregivet fra kontrolrummet, som talte med Tom over samtaleanlægget inden han besvimeede. De kunne endvidere oplyse, at han faldt på den lejder, der går fra hovedmotoren og ned til dæk 2 – et fald på ca. 3.5m.

Udstyr til rådighed:

- Det mobile genoplivnings udstyr inkl. MLS – guidelines (huskeliste)
- Halskrave og bære/rygbræt
- 1 eller 2 hjælpere

Øvelse 1 - Instruktion til figuranten

Sygdomsbehandleren vil i denne øvelse yde 1.hjælp, og er undervist i at følge en bestemt procedure. ABCDE. Dvs. han vil kontrollere din tilstand, hvor forskellige vurderinger og målinger bliver foretaget. Du skal forsøge at give ham nedenstående informationer undervejs i forløbet. Vi regner ikke med, at du er skuespiller, men for udbyttet af denne øvelse må du gerne ”leve” dig en smule ind i situationen.

Du er kokken om bord, hedder Bent Nielsen og er 42 år. Efter uheld i kabyssen med en fyldt gryde varm friture har du fået forbrændinger på halsen, nederst hø. arm, samt på højre side af brystkassen.

Forhold på skadestedet:

- Du findes siddende på en stol foroverbøjet ved bordet i kabyssen. Du har mange smerter, beklager dig højlydt og er meget bange

Frie luftveje (A):

- Du har frie luftveje (dvs. ingen problemer med at få luft ind og ud af mund og næse.)

Vejrtrækning (B):

- Hurtig og besværet vejrtrækning, du tager sig til halsen hvor du er forbrændt. (Du hiver efter vejret, og det lyder en smule anstrengt.)

Cirkulation (C):

- Huden: rød og der ses små væskeblærer på armen og brystkassen. Halsen rød. Puls hurtig og kraftig, kapillærrespons >2sek.
(hvis han tager dig om håndledet, føler efter puls og klemmer din negl, kan du fortælle ham om puls og kapillærrespons.)

Disability (D):

- Ved lys i øjnene ses normal pupilreaktion og dit bevidsthedsniveau er imellem 1 og 2 (du har ondt, men svare ikke på alt han spørger om)

Expose (E):

- Undersøges du på kroppen forklarer du præcist, hvor det gør ondt og fortæller, at det gør meget ondt svarende til hals, arm og bryst.
I den forbindelse er du interesseret i at få smertestillende medicin.

Øvelse 2 - Instruktion til figuranten

Sygdomsbehandleren vil i denne øvelse yde 1.hjælp, og er undervist i at følge en bestemt procedure. ABCDE. Dvs. han vil kontrollere din tilstand, hvor forskellige vurderinger og målinger bliver foretaget. Du skal forsøge at give ham nedenstående informationer undervejs i forløbet. Vi regner ikke med at du er skuespiller, men for at øge udbyttet af denne øvelse må du gerne "leve" dig en smule ind i situationen.

Situation

Du er maskinmester Peter Jensen på 63 år. Du har haft det skidt et par dage. Du har haft trykken for brystet og lufthunger ved fysisk arbejde i maskinen. Her til morgen har du direkte ondt i brystregionen, hvilket gør dig bekymret. Derfor henvender du dig til sygdomsbehandleren på broen. Du tager ikke medicin.

Forhold på broen:

- Du henvender dig forpustet og let smerteklagende på broen. (Du skal ikke overspille dine smerteklager, men klart give udtryk for din bekymring og ønsket om smertestillende medicin)

Frie luftveje (A):

- Du har frie luftveje (dvs. ingen problemer med at få luft ind og ud af mund og næse.)

Vejrtrækning (B):

- Du har en hurtig og overfladisk vejrtrækning. Du tager dig til brystet. (Du kan oplyse, at når du trækker vejret igennem, da gør det ondt op i kæben og ud i venstre arm).

Cirkulation (C):

- Din hud er klam og kold, og du er bleg i hovedet. Din puls er lidt hurtigere end normalt, og din kapillærrespons er nedsat, er >2sek.
(hvis han tager dig om håndledet, føler efter puls og klemmer din negl, kan du fortælle ham om puls og kapillærrespons).

Disability (D):

- Ved lys i øjnene ses normal pupilreaktion og dit bevidsthedsniveau er imellem 1 og 2 (du har ondt, og du svarer ikke på alt, han spørger om).

Expose (E):

- Hvis du bliver undersøgt på kroppen, forklarer du præcist, hvor det gør ondt og fortæller, at det gør ondt inde bag ved brystbenet.

Øvelse 3 - Instruktion til figuranten

Sygdomsbehandleren vil i denne øvelse yde 1.hjælp og er undervist i at følge en bestemt procedure: ABCDE. Dvs. han vil kontrollere din tilstand, hvor forskellige vurderinger og målinger bliver foretaget. Du skal forsøge at give ham nedenstående informationer undervejs i forløbet. Vi regner ikke med, at du er skuespiller, men for at øge udbyttet af denne øvelse må du gerne "leve" dig en smule ind i situationen.

Situation

Du er skibsassistent om bord - hedder Søren Sørensen og er 54 år. Du har haft sukkersyge de sidste 3 år, som du nu efterhånden har lært at leve med. Du tager en pille om dagen og spiser diætkost, som kokken i skibet er meget bevidst om at tilberede.

Her til morgen har du det skidt. Du kan ikke holde noget i dig, dvs. opkastninger efter morgenmaden og resten af formiddagen. Du har taget din pille om morgnen (5 mg Glibenese, som er registreret i skibets hospital).

Forhold på dit kammer:

- Da sygdomsbehandleren tilser dig på dit kammer, ligger du i sengen og er nærmest ukontaktbar, men reagerer på smerte.

Frie luftveje (A):

- Du har umiddelbart frie luftveje. (Opkastninger kunne evt. foregives/simuleres)

Vejrtrækning (B):

- Du har hurtig og overfladisk vejrtrækning. (Oplyses til sygdomsbehandleren, hvis han lytter og kontrollerer din vejrtrækning.)

Cirkulation (C):

- Din hud er svedig, kold og let fugtig. Puls lidt hurtigere end normalt, kapillærrespons >3sek. (hvis han tager dig om håndleddet, føler efter puls og klemmer din negl, kan du fortælle ham om puls og kapillærrespons.)

Disability (D):

- Ved belysning i øjnene ses en normal pupilreaktion, og dit bevidsthedsniveau er 3 (Normal pupil reaktion, men du reagerer (ved at sige av) kun ved smertepåvirkning; f.eks. hvis han napper dig eller bruger knoer på dit brystben)

Expose (E):

- Undersøges du på kroppen, findes der ikke noget unormalt.

Øvelse 4 - Instruktion til figuranten

Sygdomsbehandleren vil i denne øvelse yde 1.hjælp og er undervist i at følge en bestemt procedure: ABCDE. Dvs. han vil kontrollere din tilstand, hvor forskellige vurderinger og målinger bliver foretaget. Du skal forsøge at give ham nedenstående informationer undervejs i forløbet. Vi regner ikke med, at du er skuespiller, men for at øge udbyttet af denne øvelse må du gerne "leve" dig en smule ind i situationen.

Situation

Du er den unge aspirant Anette Larsen på 22 år. I uroligt vejr falder du og kommer i klemme under arbejdet på dækket. Du får dig dog trukket fri. Du brækker skinnebenet på højre ben og forstøver dit venstre håndled i faldet. Dit benbrud er et lukket brud, dvs. at der ikke er synligt blod, men begge steder er voldsomt hævede. Du beklager dig meget over smerter, da du bliver fundet af dine kolleger.

Forhold på dækket:

- Da sygdomsbehandleren når frem til dig på dækket, har du fortsat meget ondt og fryser.

Frie luftveje (A):

- Du har frie luftveje. (Da du klager højlydt af smerte, har du frie luftveje)

Vejrtrækning (B):

- Din vejrtrækning er hurtig og overfladisk, men ganske ubesværet. (Oplyses til sygdomsbehandleren, hvis han lytter og kontrollerer din vejrtrækning.)

Cirkulation (C):

- Din hud er kold og let fugtig. Puls hurtigere end normalt, kapillærrespons >4sek. (hvis han tager dig om håndledet, føler efter puls og klemmer din negl, kan du fortælle ham om puls og kapillærrespons)

Disability (D):

- Ved belysning af dine øjne ses en normal pupilreaktion, og dit bevidsthedsniveau er 1. (Normal pupil reaktion og normal bevidsthed)

Expose (E):

- Hvis du undersøges hurtigt, inden du transporteres, oplyser du, at dit ben er skævt og du ikke føler noget under brudstedet. Dit håndled er hævet og rødt. (Du brokker dig over håndteringen af dit ben, uanset om de gør det godt eller skidt. "Skal jeg da ikke have noget smertestillende?" slutter du af).

Øvelse 5 - Instruktion til figuranten

Sygdomsbehandleren vil i denne øvelse yde 1.hjælp, og er undervist i at følge en bestemt procedure: ABCDE. Dvs. han vil kontrollere din tilstand, hvor forskellige vurderinger og målinger bliver foretaget. Du skal forsøge at give ham nedenstående informationer undervejs i forløbet. Vi regner ikke med, at du er skuespiller, men for at øge udbyttet af denne øvelse må du gerne "leve" dig en smule ind i situationen.

Situation

Du er ny maskinmesterelev om bord – hedder Tom Hansen og er 34 år. Under runden i maskinrummet falder du ned af en lejder ca. 3.5 m. Inden du mister bevidstheden grundet slaget imod hovedet, når du lige akkurat at kalde kontrolrummet. Der gives herfra besked til broen.

Forhold i maskinen:

- Da sygdomsbehandleren kommer frem til dig, er du fortsat uden bevidsthed (du ligger tavs på maven).

Frie luftveje (A):

- Da du er bevidstløs er tungen faldet tilbage, og derfor skal der holdes frie luftveje. (når sygdoms-behandleren åbner din mund, trækker du vejret igen. Du får måske anlagt tungeholder og halskrave)

Vejrtrækning (B):

- Din vejrtrækning er hurtig, overfladisk og besværet. (Oplyses til sygdomsbehandleren, hvis han lytter og kontrollerer din vejrtrækning)

Cirkulation (C):

- Din hud er bleg, kold og let fugtig. Pulsen er hurtig og blød, kapillærrespons >3sek. Ingen blødninger. (hvis han tager dig om håndledet, føler efter puls og klemmer din negl, kan du fortælle ham om puls og kapillærrespons)

Disability (D):

- Ved belysning af dine øjne ses normal pupilreaktion på venstre øje. Højre øje reagerer kun svagt på lyskilden. Du er bevidstløs. (Oplyses til sygdomsbehandleren, når han undersøger)

Expose (E):

- Hvis du undersøges hurtigt, inden du transporteres, så kan du oplyse om en 4 cm bule i baghovedet, og om et mindre sår på højre hånd