



## Rutiner ved små skader/ulykker

### Ved større skader/ ulykker ring 113

Husk B – L – Å – S - T

#### Generelt

- Ved alle uønska hendelser skal foreldre kontaktes så snart som mulig
- Brokelandsheia legesenter: 37119190
- **Internt skadeskjema fylles ut**

#### Dørklem – skade

- Sitter hånden fast i døra, kontakt brannvesenet evt. brekk opp døra.
- Ved tvil om ben er knust i for eksempel finger, kontakt lege.
- Nedkjøling kan dempe smerten.

#### Brannskade

- Små brannskader nedkjøles med kaldt vann i to – tre minutter, deretter lunket vann (evt annet) i minst 20 min.
- Kontakt lege ved tvil

#### Fall

- Ikke løft barnet opp direkte. Snakk med barnet og gjør en rask vurdering av skadeomfang. La gjerne barnet reise seg selv.
- Ved bevisstløshet, sikre åpne luftveier.
- La personen ligge stille til ambulansen kommer hvis livreddende førstehjelp ikke er nødvendig. Brudd bør holdes i ro.
- Ved tvil om brudd eller indre blødninger: Sørg for at personen kommer til lege.
- Kvalme og trøtthet kan være tegn på hjernerystelse. Ikke la barnet sove ved disse symptomene. Kontakt lege etter fall med bevissthetstap og/eller oppkast.
- Fortell foreldrene hva som har skjedd, slik at de kan være oppmerksomme på senvirkninger.

#### Fastfrosset tunge (mot metall)

- Tin opp ved å legge hånden din på, eventuelt hell på lunket vann.

#### Forfrysning

- Gradvis oppvarming i romtemperatur, eventuelt varm opp mot hud med normal temperatur.

#### Forgiftning

- Få oversikt over hva barnet har fått i seg
- Ikke fremkall brekninger
- Ring giftinformasjonssentralen 22 59 13 00 evt 113.

### Fremmedlegeme i halsen

- Hvis barnet kan, få det til å hoste. (Ikke klapp på ryggen.)
- Snu barnet opp / ned og dunk i ryggen. Eller gi kompresjoner
- Større barn / voksne: Trykk inn mellomgulvet, bøy personen forover og dunk i ryggen.

### Fremmedlegeme i nesen

- La barnet blåse ut, ikke pirke. Forsøk eventuelt malt pepper for å få barnet til å nyse det ut.
- Hvis dette ikke lykkes må barnet til lege.

### Huggorbitt

- Oppsøk lege.
- Hold vedkommende mest mulig i ro, eventuelt bære barnet.

### Kuttskade

- Stor blødning stoppes ved at man holder et jevnt press mot såret til man får legehjelp.
- Dype kutt som spriker må legebehandles.
- Kutt i ansiktet bør legebehandles ved den minste tvil (for å redusere arr).
- Bruk engangshansker ved blodsøl.

### Tannskade

- Anbefal foreldrene å ta med barnet til tannlege hvis tvil om at bakenforliggende tann kan være skadet eller varig tann er skadet. Ikke la barnet tygge på noe hardt hvis tannen er slått litt løs.
- Er varig tann slått ut, skal denne tas med til tannlegen.

### Vepsestikk

- Hold barnet under oppsikt i tilfelle allergisk reaksjon.
- Ring 113 hvis barnet blir rød i kinnene, på halsen eller får pusteproblemer.
- Lindre smerte: Klut med eddikvann (1 kork eddik + ½ l. vann) eller smør på Xylocain – salve.