

### Redning med helikopter

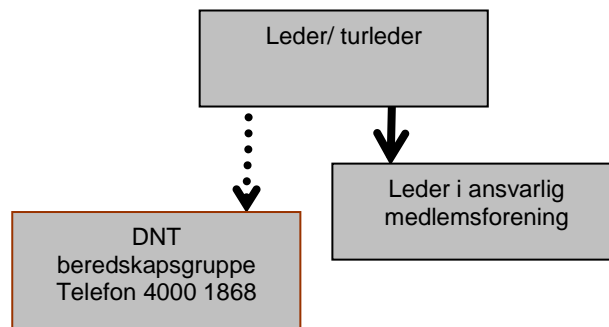
- ◇ Det kreves en horisontal flate på 25x25 meter
- ◇ Marker antatt landingsplass (i snø er rød saft/kaffe egnet)
- ◇ Fjern løse gjenstander. Rotorvinden er sterk!
- ◇ Ta på refleksvest og hodelykt. Vink foran landingsplassen med vinden i ryggen
- ◇ Forbli i ro til helikopterets mannskaper oppsøker deg

### Ved brann

Ta ledelsen sammen med bestyrer eller hyttevakt

- ◇ Varsle alle i hytta
- ◇ Start slukkeforsøk
- ◇ Evakuer
- ◇ Varsle 113 som også trippelvarsler brann og politi
- ◇ Skaff oversikt over skadde og start livreddende førstehjelp
- ◇ Etabler samlingsplass for hyttegjestene
- ◇ Vurder om andre lokale bygninger kan brukes til overnatting, eller om gjestene må gå til nærliggende hytte/bygninger
- ◇ Skaff oversikt over tilgjengelig utstyr (også privat). Sørg for hensiktsmessig fordeling

### Varslingshierarkiet i DNT ved ulykker eller dødsfall



### Viktige telefonnumre:

1. Daglig leder i HHT:  
Margrete Ruud Skjeseth, 948 45 848
2. Turansvarlig i HHT:  
Anne Helga Melting, 902 35 148
3. Styreleder i HHT:  
Kristen Bartnes, 907 68 560
4. HHT-kontoret: 62 52 28 48

DNTs beredskapsgruppe: 4000 1868 (valg 3)

### Når krisen er et faktum

### Turlederens kriseark



### Hovedregler ved ulykker

- ◇ Vurder egen og gruppas sikkerhet
- ◇ Varsle 113 som også varsler politi/brann
- ◇ Start livreddende førstehjelp
- ◇ Ta ledelsen
- ◇ Utnytt kompetansen som finnes i gruppa
- ◇ Sørg for at gruppa ivaretas
- ◇ Varsle leder i ansvarlig medlemsforening
- ◇ Henvis media til politiet

### Livreddende førstehjelp

- ◇ Er personen våken og puster selv?
- ◇ Hvis personen er bevisstløs, men puster selv: stabilt sideleie
- ◇ Hvis personen er bevisstløs og ikke puster:
- ◇ **Varsle 113** og start med:
- ◇ Førstehjelp etter **ABCDE**-prinsippet
- ◇ **A=airways** (luftveier), sjekk at luftveiene er frie
- ◇ **B=breathing** (pusting), se om brystkassen beveger seg/lytt foran nese/munn. Hvis nei: HLR (Hjerte-LungeRedning) 30:2
- ◇ **C=circulation** (blodsirkulasjon), kjenn etter puls på halsen på siden av strupehodet
- ◇ **D=disability** (bevissthet, normale og symmetriske bevegelser)
- ◇ **E=expose/environment** (oversikt/omgivelser), se etter tegn på skader og få pasienten til tørre og varme omgivelser
- ◇ **Gjenta i samme rekkefølge!** Tilstanden kan endre seg raskt!
- ◇ Skaff deg oversikt over ulykkesstedet
- ◇ Hold gruppa samlet på trygg grunn

*Tur- og dugnadsledere i HHT er pålagt å ta førstehjelpskurs minst hvert 3. år, jfm foreningens beredskapsplan.*

### Når det må hentes hjelp

- ◇ Dersom den skadde ikke kan gå selv, eller dere ikke er i stand til å frakte vedkommende, bruk 113-appen til Norsk Luftambulansse. Hvis dekning mangler, må det gås etter hjelp
- ◇ 2 personer bør gå dersom det vurderes som forsvarlig. Turleder eller annen kompetent person blir hos den skadde.
- ◇ De som går må ta med nødvendig utstyr for navigasjon, hodelykt, mat, varme klær og utstyr for overnatting
- ◇ Ta det med ro. Unngå å lage nye ulykker

### Ved dødsfall

- ◇ Vurder din egen og gruppas sikkerhet
- ◇ Varsle 113
- ◇ Skaff deg oversikt over situasjonen og samle gruppa
- ◇ Varsle leder i ansvarlig medlemsforening
- ◇ Politiet sørger for varsling av pårørende og har kontakt med media

### Ved savnet turdeltaker

- ◇ Samle gruppa
- ◇ Innhent informasjon om siste sikre observasjon
- ◇ Hvis forsvarlig kan det organiseres et begrenset søk
- ◇ Varsle 113 - Varsle leder i ansvarlig medlemsforening
- ◇ Vurder om du må lede resten av gruppa fram til hytta

### Ved sykdom

- ◇ Vurder om deltaker kan ta seg fram til neste hytte
- ◇ Kartlegg omfanget og vurder eventuell smittefare. Hvis ja, isoler syk(e) for å hindre spredning
- ◇ Varsle hytta dere er på veg til
- ◇ Vurder å tilkalle medisinsk personell
- ◇ Gi medisinsk førstehjelp
- ◇ Vurder å frakte syk(e) ut av området og hvordan dette kan gjøres
- ◇ Sørg for at turen gjennomføres som planlagt for resten av deltakerne dersom det vurderes som medisinsk forsvarlig.
- ◇ Avbryt turen dersom det ikke er medisinsk forsvarlig å fortsette.

### Generelle forholdsregler

- ◇ Som turleder eller dugnadsleder er det forventet at du til enhver tid er beredt til å ta ansvar dersom det oppstår en ulykke eller alvorlig situasjon.
- ◇ Rådfør deg eventuelt med personer i gruppa som har medisinsk kompetanse.

### Media

- ◇ I situasjoner som ledes av politiet, skal alle henvendelser fra media rettes til denne nødetaten.
- ◇ Når politiet ikke er til stede, skal henvendelser fra media rettes til daglig leder i HHT eller dennes stedfortreder.