

TURLEDERENS KRISEARK



HOVEDREGLER VED ULYKKER

NÅR DET MÅ HENTES HJELP

- ♦ Om den skadde ikke kan gå selv, eller dere ikke er i stand til å frakte vedkommende, må det gås etter hjelp.
- ♦ Minst 2 personer må gå. Gå bare om forsvarlig. Turlleder bør bli hos den skadde.
- ♦ De som henter hjelp må ta med seg nødvendig utstyr, kart, kompass, hodelykter, mat, varme klær og utstyr for overnatting.
- ♦ Ta det med ro. Ikke lag nye ulykker.
- ♦ Ha en plan B, før man går etter hjelp.

VED DØDSFALL

- ♦ Vurder din egen og gruppas sikkerhet.
- ♦ Varsle 113.
- ♦ Få oversikt over situasjonen og samle gruppa.
- ♦ Varsle ledere i DNT Ringerike.

VED SYKDOM

- ♦ Vurder om deltakeren(e) kan ta seg fram til nærmeste hytte.
- ♦ Kartlegg omfanget og vurder faren for smitte.
- ♦ Varsle hytta dere skal til.
- ♦ Tilkalle medisinsk personell.
- ♦ Gi medisinsk førstehjelp.
- ♦ Isolere syke mennesker for å hindre videre spredning.
- ♦ Frakte de berørte ut av området.
- ♦ Sørg for at turen gjennomføres som planlagt for resten av deltakerne dersom medisinsk forsvarlig.
- ♦ Avlys turen dersom det ikke er medisinsk forsvarlig å fortsette.

GENERELLE FORHOLDSREGLER

- ♦ Som turlleder er det forventet at du til enhver tid er beredt til å ta ansvar dersom det oppstår en ulykke eller alvorlig situasjon.
- ♦ Vurder egen og gruppas sikkerhet
- ♦ Varsle 113
- ♦ Gi livreddende førstehjelp. Rådfør deg med medisinskyndige i gruppa om nødvendig.
- ♦ Ta ledelsen og få oversikt over situasjonen
- ♦ Ivareta gruppa
- ♦ Varsle ledere i DNT Ringerike. Den holder kontakt med media og andre berørte. Om du må snakke med media, uttal deg kun om fakta, ikke spekulasjoner. Ikke ta stilling til skyld. Varsling av pårørende er politiets oppgave.

LIVREDDENDE FØRSTEHJELP

- ♦ Varsle 113.
- ♦ Gi førstehjelp etter ABCDE-prinsippet.
- ♦ Airways. Sikre frie luftveier.
- ♦ Breath. Puster den skadde? Hvis ja, stabilt sideleie. Hvis nei, HLR 30:2.
- ♦ Circulation. Se etter blødninger. Stopp blødning og hold skaden høyt.
- ♦ Disability. Sjekk bevegelsesgrad. Observer.
- ♦ Exam. Undersøk den skadde.
- ♦ Få kontroll på ulykkesstedet, unngå forverring av situasjonen.
- ♦ Hold resten av gruppa samlet. Flytt dem eventuelt til tryggere grunn.
- ♦ Forsøk å stabilisere situasjonen til den skadde, hold pasienten varm.

Med forbehold om endringer.
Gjeldende fra 01.07.2019 - Revidert 01.07.2019

REDNING MED HELIKOPTER

- ♦ Det kreves horisontal flate på 25x25 m.
- ♦ Marker landingsplassen (i snø kan kaffe el. hjelpe)
- ♦ Fjern alle løse gjenstander, som ski, sekker, poser ol. langt vekk fra landingsplassen for å hindre skade.
- ♦ Vink, eller marker med lys/bål.
- ♦ Stå foran landingsplassen med vinden i ryggen.
- ♦ Vent til klarsignal før du nærmer deg helikopteret. Huk deg ned når du nærmer deg.

VED SAVNET TURDELTAKER

- ♦ Samle gruppa.
- ♦ Innhent informasjon fra de andre i gruppa, sikre siste observasjon.
- ♦ Hvis forsvarlig, organiser et begrenset søk.
- ♦ Varsle 113.
- ♦ Varsle ledere i DNT Ringerike.
- ♦ Vurder om du må lede resten av gruppa frem til hytta.

VED BRANN

- ♦ Ta ledelsen, sammen med bestyrer eller hyttevakt.
- ♦ Varsle alle i hytta.
- ♦ Sett i gang slukkeforsøk.
- ♦ Evakuere alle i hytta.
- ♦ Varsle 113.
- ♦ Få oversikt over eventuelle skadde, og gi livreddende førstehjelp.
- ♦ Samle alle gjestene på ett sted.
- ♦ Vurder om andre bygninger må brukes til overnatting. Vurder gjestenes utstyr, om det må deles utstyr, og om gjestene må bevege seg til annen hytte/bygninger så nær som mulig.