

Førstehjælp under COVID-19

Personer med mistænkt eller bekræftet COVID-19 bør ikke opholde sig i svømmehallen, med da vi ikke kan kontrollere gæsternes adfærd, har vi udarbejdet retningslinjer for førstehjælp under COVID-19, der tager hensyn til livreddernes og patienternes sikkerhed.

Retningslinjerne er lavet i samarbejdet med Niklas Breindahl, Førstehjælpskoordinator i TrygFonden Kystlivredning.

Hvornår er man smittet med COVID-19?

Der gælder forskellige retningslinjer ved håndtering af patienter, hvor der *ikke* er tale om mistænkt eller bekræftet COVID-19 og patienter, hvor der *er* tale om mistænkt eller bekræftet COVID-19.

Der er tale om *bekræftet* COVID-19, hvis patienten eller pårørende kan oplyse om en nylig positiv halspodning, uanset om patienten har symptomer eller er asymptomatisk.

Der er tale om *mistænkt* COVID-19, hvis patienten eller pårørende kan oplyse om aktuelle symptomer på øvre luftvejsinfektion eller influenza (feber, hoste, ondt i halsen, hovedpine og muskelømhed, stoppet næse/løbenæse, åndenød).

Procedure for førstehjælp

Genoplivning af en person, hvor COVID-19 *ikke* er mistænkt eller bekræftet

I dette tilfælde skal livredderen følge standard procedure for genoplivning.

Genoplivning af en person, hvor COVID-19 *er* mistænkt eller bekræftet

Med det formål at forebygge, at livredderen bliver smittet med COVID-19 under genoplivningsforsøg af personer med mistænkt eller bekræftet COVID-19, skal livredderen bruge personlige værnemidler og ikke udføre indblæsninger.

Følg nedenstående procedure:

1. Påtag personlige værnemidler

FFP2/FFP3 maske, langskaftede engangshandsker, væskeafvisende engangskittel med lange ærmer og manchetter, visir i form af beskyttelsesbriller, før du laver patientkontakt.

2. Undersøg for bevidsthed

Rusk i personens skuldre samt kald på personen.

3. Undersøg for vejtrækning

Se om brystkassen hæver sig. Du skal ikke skabe frie luftveje eller placere dit hoved tæt på personens hoved for at lytte og føle efter udånding.

4. Ring 1-1-2

Hvis personen ikke trækker vejret normalt, skal du ringe 1-1-2.

5. Brug iltmaske

Anbring iltmaske på personens ansigt ved brug af elastikken og tænd for ilten. Juster flowet til 15 L/min.

6. Er der ikke ilt til rådighed

I tilfælde, hvor der ikke er ilt til rådighed, bør du lægge en klud eller håndklæde over patientens mund og næse, før der gives hjertemassage samt anvendes en hjertestarter/AED. Dette kan være med til at mindske risikoen for smitte.

7. Påbegynd hjertemassage.

Du skal ikke foretage mund-til-mund eller mund-til-maske indblæsninger. Du må således heller ikke anvende en iltmaske. Hjertemassage foretages kontinuerligt og pauser ved skift mellem livreddere skal minimeres. Det anbefales at skifte hvert andet minut, når hjertestarter/AED analyserer eller hyppigere ved udtrætning.

8. Afgiv stød med en hjertestarter/AED.

9. Fortsæt behandlingen indtil ankomst af ambulancepersonale.

Efterfølgende skal du vaske hænder grundigt med vand og sæbe samt desinficere hænder med alkoholbaseret hånddesinfektion.

Frigørelse af fremmedlegemer på en person, hvor COVID-19 er mistænkt eller bekræftet

Med det formål at forebygge at livredderen bliver smittet med COVID-19 under frigørelse af fremmedlegemer hos personer med mistænkt eller bekræftet COVID-19, skal livredderen bruge personlige værnemidler.

Følg nedenstående procedure:

1. Er hosten effektiv?

I tilfælde, hvor hosten er effektiv, skal personen tilskyndes til at hoste, mens man holder behørig afstand. Du skal ikke placere en kirurgisk maske over personens næse og mund i dette tilfælde.

2. Brug personlige værnemidler

Samtidig påtager du personlige værnemidler (FFP2/FFP3 maske, langskaftede engangshandsker, væskeafvisende engangskittel med lange ærmer og manchetter, visir i form af beskyttelsesbriller), før du laver patientkontakt.

3. Er hosten ineffektiv?

Hvis hosten er ineffektiv, skal du, iført isolationsudstyr, følge de eksisterende retningslinjer for håndtering af fremmedlegemer i luftvejene.

4. Fortsæt indtil fremmedlegemet er frit

Eller indtil personen falder om med hjertestop (i så fald følges fremgangsmetoden jf. "Genoplivning af en person med mistænkt eller bekræftet COVID-19").

Efterfølgende skal du vaske hænder grundigt med vand og sæbe samt desinficere hænder med alkoholbaseret hånddesinfektion.

Førstehjælp til en person, hvor COVID-19 er mistænkt eller bekræftet

Med det formål at forebygge at livredderen bliver smittet med COVID-19 under førstehjælpsopgaver hos personer med mistænkt eller bekræftet COVID-19, skal livredderen bruge personlige værnemidler.

Følg nedenstående procedure:

1. Påtag personlige værnemidler

FFP2/FFP3 maske, langskaftede engangshandsker, væskeafvisende engangskittel med lange ærmer og manchetter, visir i form af beskyttelsesbriller, før du laver patientkontakt.

2. Har patienten ikke vejrtrækningsproblemer?

Hvis patienten ikke har vejrtrækningsproblemer, bør du iføre patienten en kirurgisk maske eller placere et stykke stof over personens næse og mund, før du giver førstehjælp. Det kan være med til at mindske din og andres risiko for smitte.

Genoplivning af en druknet person

Livredderen skal ikke udføre In-Water Resuscitation (IWR: mund-til-næse indblæsninger i vand) under COVID-19.

Livredderen skal bjærge nødstedte i land, mens luftvejene beskyttes mod indtrængen af vand. På land behandles den nødstedte jf. afsnittet "Genoplivning af en person, hvor COVID-19 *ikke* er mistænkt eller bekræftet" eller afsnittet "Genoplivning af en person, hvor COVID-19 *er* mistænkt eller bekræftet".