

Friskis & Svettis: Folkrörelse som tar sitt ansvar

Friskis & Svettis i Malmö har 28 000 medlemmar som regelbundet tränar och motionerar i föreningens fyra anläggningar. Det är en mix av män och kvinnor och spänner över alla åldrar från unga till äldre. Man brukar säga att träningen ger liv till åren.

Samtliga 400 funktionärer hade sedan några år utbildats i HLR när gymansvarige Sus Andersson kom med förslaget att föreningen skulle söka ett senioraktivitetsstöd från kommunen.

”Det bidrag vi fick skulle användas till något som direkt gagnade våra medlemmar, säger Sus Andersson. Vad kunde passa bättre än att anskaffa hjärtstartare till våra träningsanläggningar och därmed erbjuda en trygghet för motionärerna”.



Efter kontakt med civilförsvaret kom hjärtstartarna, Heartstart, på plats i juni i år och nu kör man igång med att utbilda 4 instruktörer som i sin tur kommer att utbilda alla receptionsvärdar och funktionärer i D-HLR som förutom HLR också inkluderar träning i

att handha hjärtstartaren.

Apparaterna sätts upp i resp. reception som alltid är bemannad. I kommande nummer av föreningens tidning i september kommer medlemmarna informeras om satsningen. Motion under tryggare former.

Teatern som håller publiken vid liv

Fredriksdalsteatern i Helsingborg är Sveriges mest välkända friluftsteater som en gång startades av Nils Poppe.

Eva Rydberg driver sedan flera år teatern som varje sommar sätter upp lustspel och folkliga musikalerna. Under en sommarsäsong spelar man drygt 60 föreställningar inför totalt 65 000 åskådare.

Årets uppsättning heter ”Rabalder i Ramlösa” och utspelar sig på ett kortortshotell där Eva Rydberg blir förväxlad med en läkare. Resten kan ni tänka er själva!

Med en suverän ensemble är det ingen risk att publiken inte hålls vid liv mentalt men med så många besökare är risken också stor att någon i publiken kan drabbas av akut sjukdom.

– Varje säsong inträffar ett antal sjukdomsfall bland åskådarna. De flesta av lindrig art men för att ha en så hög beredskap som möjligt har vi sedan förra året en hjärtstartare bakom scenen, säger ininitiativtagaren Mikael Bohlin, inspicient och produktionsledare vid teatern

– Om någon drabbas av ett hjärtstopp är det viktigt att snabbt kunna agera i väntan på ambulans. Jag anser att alla större lokaler och evenemang bör ha en hjärtstartare. Det borde vara ett krav enligt lag sammanfattar Mikael.

Mikael är ansvarig för hjärtstartaren och utbildad av civilförsvaret. Man har



Eva Rydberg i årets upplaga av ”Rabalder i Ramlösa”
Foto: Mikael Bohlin

också skaffat ett antal övningsdockor för att kunna träna all personal i Hjärt Lung Räddning. Allt för att ha en så

hög beredskap som möjligt om olyckan skulle vara framme. Ledningen med Eva Rydberg i spetsen står helt bakom det lovvärda initiativet. Publiken ska hållas



Att rädda liv....något vi alla kan vara delaktiga i.

Kan man göra HLR tidigt och har en hjärtstartare tillgänglig i närområdet vet vi att chanserna till överlevnad är mycket stora. Hjärtstartarna fortsätter att spridas i snabb takt runt i landet. Här kan du läsa om några lovvarde initiativ.

Att sprida kunskaperna i HLR har underlättats genom introduktion av nya utbildningskoncept. Kan man underlätta utbildningen i att hantera en hjärtstartare på samma förenklade sätt tar vi ytterligare ett viktigt steg mot ett hjärtsäkrare samhälle.

3-4 november går HLR 2008 av stapeln i Stockholm. Här kommer bl.a. nya förenklade utbildningsmaterial att presenteras. Anmäl dig på www.congrex.se/HLR2008 eller www.HLR.nu

Hälsningar

Bengt S. Persson
bengt.p@laerdal.se

Ny säljare på Laerdal Medical AB



Den 1 februari i år tillträdde Nina Englund, i samband med organisationsförändring, en tjänst som säljare med ansvar för södra Stockholm, Sörmland, Östergötland, Närke, Västerbotten och Norrbotten.

Nina Englund

Nina har mångårig erfarenhet från sjukvården som utbildad operationssjuksköterska och som säljare efter ett par år på Air Liquide.

Nina tar över distriktet från Tom Fransson, som sedan årsskiftet är säljchef i Sverige. Skandinavien har nu en gemensam VD och det dagliga ansvaret i Danmark, Norge och Sverige har en säljchef i respektive land.

Evenemangskalender 2008

- **20-23 aug**
Räddningsmässa Blåljus I Samverkan 2008, Elmia Jönköping, www.elmia.se
- **23-25 sept**
Flisa 2008, Åre www.flisa.nu
- **3-4 nov**
HLR 2008, Folkets Hus, Stockholm www.hlr.nu

Redaktion

Ansvärlig utgivare: Bengt S. Persson,
Laerdal Medical AB
Produktion: On Road Communications AB
ONROAD Karlshamn www.s112.se

"På Liv och Död" utges av Laerdal Medical AB och distribueras till såväl nya som etablerade intressenter inom området hjärt- och lungräddning med tyngdpunkten på defibrillering. Vårt mål är att bidra till ökad kunskap genom presentation av användningsområden och de nya möjligheter tekniken och utvecklingen skapar.

Nyhetsbrevet trycks i 10 000 exemplar tre gånger per år och kan kostnadsfritt beställas från Laerdal Medical via telefon 08-556 146 10 eller via hemsidan www.laerdal.se

ICA i Ängelholm utrustas med hjärtstartare skänkta av Lions

Att kunna handla sina dagligvaror på ett hjärt-säkert sätt ger en ny aspekt på vardagens sysslor för invånarna i Ängelholm i Skåne.

Den 10 april i år börjar en satsning på kundernas trygghet på ICA Maxi och ICA Supermarket i staden. Till sammans har man drygt 100 anställda som alla nu utbildas i HLR (Hjärt-Lung-Räddning) och handhavande av en halvautomatisk s.k. hjärtstartare eller med ett annat ord, defibrillator.

Bakom satsningen står Lions Club i staden som skänker hjärtstartarna av märke Heartstart från Laerdal. Ängelholms sjukhus och dess Kliniska Träningscentrum står för utbildning av de första instruktörerna och uppföljning av dessa.

Två instruktörer från resp. ICA-butik utbildades. Dessa ska sedan i sin tur utbilda all personal på resp. affär. Det innebär 80 personer på Maxi och 25 personer på Supermarket.

Hjärtstartarna kommer att placeras i den s.k. förbutiken som ligger utanför kassorna eller i t.ex. chark/delikatessdisken. På dessa ställen finns alltid bemanning och hjärtstartaren kommer också att vara under uppsikt.

Man kan larma efter hjärtstartaren internt via trådlösa telefoner för att snabbt kunna sätta in Första Hjälpen. Detta samtidigt som ambulans larmas som vanligt gör att man kan vinna värdefull tid vid ett hjärtstopp. SOS Alarm är informerade om att apparaterna kommer att finnas i butikerna.

Hjärtstartarna överlämnades vid en ceremoni av Lions president Henrik Strengbom och vice president Olle Eriksson efter den väl genomförda utbildningen. Detta ägde rum på KTC



Tina (till vänster på bild) och Birgitta visar stolt upp hjärtstartaren skänkt av Lions

i närvaro också av bl.a. Eva Berthelius-Nörgaard från sjukhusets ledningsgrupp och representanter från högskolan.

Sjukhuset är f.ö. föregångare där nu alla avdelningar är utrustade med halvautomatiska defibrillatorer. Detta och det faktum att Taxi och vissa golfklubbar i området utrustats med hjärtstartare tidigare och nu de två ICA-butikerna gör Ängelholm till ett gott exempel att följa. Och detta är bara början.....nu kommer trycket på kommunen att utrusta simhallar och idrottsanläggningar med hjärtstartare att öka.

En stor eloge till Lions mycket lovvarde initiativ som direkt kommer de boende i kommunen till del. Ett mycket gott exempel för andra Lions klubbar att ta efter.

Satsningar på hjärtsäkert samhälle i flera kommuner

Nacka kommun var först med en bred satsning på att placera ut hjärtstartare på alla sina idrottsanläggningar. Nu följer många kommuner efter.

Vi har tidigare berättat om projekt i Söderhamn. Andra exempel på kommuner som vill hjärtsäkra sitt samhälle är Södertälje, Vallentuna, Finspång och Lund.

Hjärtstartare i olika antal placeras på

t.ex. simhallar, stadion, bibliotek och andra ställen där många människor kan vistas.

Det är värdefulla komplement till ambulans och räddningstjänster som kan minska ner tiden från hjärtstopp till livräddande elstöt.

Läs mer på Civilförsvarets hemsida www.civil.se

under rubriken Hjärta att hjälpa



Andreas Nordkvist,
Magnus Liden och Lars Widlund
på Stockholms Brandförsvär.
Foto: Monica Eriksson

Insats av räddningstjänstpersonal vid hjärtstopp ger största lönsamheten

Doktorand Björn Sund vid Örebro Universitet har analyserat vilka insatser från Räddningstjänsten som ger största samhällsekonomiska kostnadsnyttan.

Aldrig tidigare har en kostnadsnyttoanalys för en åtgärd givit så höga värden på samhällsekonomisk lönsamhet som för räddningstjänst vid hjärtstopp.

Att få igen 40 gånger pengarna (fördelarna är 40 gånger större än kostnaderna) är mycket sällsynt för åtgärder mot olyckor.

I tidigare kostnadsnyttoanalyser hade brandvarnaren den största lönsamheten. Fördelarna med brandvarnaren sett till kostnaderna varierade från 3-8

gånger beroende på typ av varnare och bostad. För handbrandsläckare var siffrorna 2-5 gånger insatta pengar. För t.ex. automatlarm och sprinkler var siffrorna oftast lägre.

Att använda räddningstjänsten i samband med hjärtstopp är således så motiverat att man kan säga att det vore oansvarigt av samhället att inte göra det. Inom svensk räddningstjänst diskuteras man möjligheterna att bilda små enheter som snabbt är på plats. Dessa kan inte minst på landsbygden vara ett viktigt komplement till den ordinarie sjukvården.

Hjärtstartare hos Räddningstjänsten i Stockholm räddar liv

**Hur kan man påverka överlevnaden vid hjärtstopp utanför sjukhus?
Tidig HLR, tidig defibrillering,
utplacering av defibrillatorer i samhället.
Vilka faktorer är mest betydelsefulla?**

Dessa och andra frågor har dr Jacob Hollenberg sökt besvara i sin avhandling, Out-of-hospital cardiac arrest, som han försvarade med framgång vid Karolinska Institutet den 23 maj i år.

Med docent Leif Svensson som huvudhandledare har Jacob Hollenberg utvärderat bl.a. resultat från SALSA-studien i Stockholm: Saving Lives In Stockholm Area. Man har redan efter ett par år sett positiva effekter i form av en ökad överlevnad.

Jacob konkluderade att kortare insatstider och utplacering av defibrillatorer hos Räddningstjänst och på andra



Jacob Hollenberg

offentliga platser var bidragande orsaker. Vi gratulerar Jacob till medicine doktorexamen och ser med förväntan fram emot fortsatt utvärdering av Stockholmsprojektet.

Simhallspersonal återupplivade yngling

En man i 20-årsålderna råkade nyligen ut för ett drunkningstillbud i badhuset i Sveg. Mannen badade tillsammans med en yngre bror.

Badande i dess närhet trodde att de lekte och tog först inte deras kamp på allvar.

Badhusets personal uppmärksammade snabbt situationen och fick upp ynglingen ur vattnet. Han saknade då både puls och andning. Personalen påbörjade omedelbar D-HLR (defibrillator - hjärt- och lungräddning) och efter en stunds hjälpinsats fick man igång både puls och andning.

– Jag är väldigt stolt över den insats som personalen gjorde, berättar badmästare Roger Helmersson.

När ambulanspersonalen tog över hade mannen egen andning och var cirkulatoriskt stabil.

Golfa säkert i Nacka



Vi har haft några incidenter men ännu ej behövt använda hjärtstartaren i skarpt läge, säger driftsansvarige Lasse Hellman hos Nacka GK.

Nyligen räddades en golfare i Skåne till livet med klubbens hjärtstartare.

Medelåldern hos golfare är relativt hög och vid en incident kan tiden vara lång innan hjälp i form av ambulans kan hinna fram.

Nacka Golfklubb skaffade en hjärtstartare redan för två år sedan. Genom att placera en hjärtstartare i receptionen väl synlig, i kombination med att utbilda ett antal nyckelpersoner i HLR och handhavande av hjärtstartaren har man skapat en ökad trygghet och medvetenhet hos medlemmarna och gästande golfare.

Civilförsvarets kampanj Hjärta att Hjälpa:

Fler än 200 hjärtstartare utplacerade!

Se www.civil.se

Simulering ger effektivare team-träning och ökad patientsäkerhet

Att simulera akuta situationer på ett så realistiskt sätt som möjligt har man använt sig av inom fr.a. flyget i många år. Det är en viktig del av piloternas träning för att snabbt kunna fatta rätt beslut vid olika situationer. Avancerade flygsimulatorer ger realism till träningen.

Behovet av liknande metoder inom sjukvården är stort och under senare år satsas också stora resurser på simulatorträning för akut omhändertagande och trauma-behandling. Nu finns tillgång till avancerade patientsimulatorer som samtidigt är enkla att handha för en tränad instruktör. Det är viktigt att alla i behandlingsteamet vet och kan sin uppgift. Det är samarbetet i gruppen som övas in. Laerdal har tränings-system som svarar mot olika patientåldrar: SimMan för vuxen, SimBaby för små barn och SimNewB för nyfödda. Samtliga övningsdockor kan t.ex. andas, reagera på olika symtom och prata. Tillsammans med otaliga programmeringsmöjligheter kan de flesta akuta tillstånd simuleras och behandlas på ett häp-



Den nya versionen av SimMan, 3G, styrs trådlöst av instruktören vilket ytterligare ökar flexibiliteten i träningen.



Hela tränings scenariot videofilmas och en mycket viktig del av träningen är genomgången, debriefing, efteråt tillsammans med deltagarna och instruktörer. Hela behandlingsscenarioet med alla beslut och åtgärder finns dokumenterade i systemet. Gruppens agerande kan analyseras och diskuteras mot en faktabakgrund.

Vid Simulatorcentra på flera håll i landet kan studenter och sjukvårdspersonal systematiskt träna upp färdigheter och samarbetsförmåga på avancerade simulatorer innan de möter riktiga patienter. Detta ökar patientsäkerheten och minskar risken för felbehandlingar.

För mer information om simulering se www.laerdal.se

SimNewB är det senaste tillskottet för träning i akut omhändertagandet av tidigt födda.

Hjälp oss att uppdatera ev. felaktiga adressuppgifter

(se adressuppgifter på plastomslaget)

Namn
 Företag
 Adress
 Postadress
 Tel
 E-mail

Skicka även nyhetsbrevet till :

Namn
 Företag
 Adress
 Postadress
 Övriga kommentarer



Som tack för dina uppgifter skickar vi en användbar reflex, som också kan rädda liv.

Utgåva # 12

Frankeras ej.
 Mottagaren
 betalar portot.



Laerdal
 helping save lives

Svarspost
120014700
132 20 SALTSJÖ BOO