



Checklista olycka med allvarlig personskada (Krisnivå 2)

För komplett krisplan se www.svemo.se (Säkerhet)

Rädda skadade

Hjälp först skadade. Sjukvårdsutbildad person tillkallas och ger första hjälpen till den drabbade. Flytta aldrig någon med misstänkt rygg- eller nackskada innan utbildad sjukvårdspersonal är på plats! Sjukvårdspersonalen håller en nära dialog med tävlingsledaren/träningsledaren.

Larma 112 och genomför eventuell utrymning

Larma erforderlig hjälp i form av brandkår, ambulans eller polis. (Typ av hjälpinsats bedöms i det enskilda fallet).

När du ringer, tänk på att informera om följande:

- Ditt namn
- Varifrån du ringer, kunna beskriva färdväg för utryckningsfordon
- Typ av olycka
- Antal skadade personer
- Typ av skada eller besvär

Spärra av olycksplatsen

Genomför avspärrning så snabbt som möjligt. Detta för att skapa lugn kring olycksplatsen både för den drabbade och för att ge sjukvårdspersonalen en säker arbetsplats. Spärra av på ett sätt som gör det enkelt för räddningstjänsten att komma fram till olycksplatsen.

Möt upp räddningspersonal

Bestäm var räddningspersonal ska möta upp den/de drabbade. Se till att personal med lokalkännedom visar väg för räddningspersonalen. Besluta i samråd med räddningspersonal hur den drabbade ska transporteras till ambulans.

Informera sammankallande för beredskapsgruppen

Funktionär/person som får kännedom om en olycka ska omgående informera tävlings- eller träningsledare som är sammankallande för beredskapsgruppen.

Sammanställande för beredskapsgruppen, omedelbara åtgärder

Sammanställande för beredskapsgruppen bedömer vad som hänt. I de fall händelsen bedöms vara en särskild kris händelse (krisnivå 2) ska sammankallande göra följande:

- Sammanställa beredskapsgruppen
- Informera tjänsteman i beredskap (TiB) vid POSOM
- Besluta om föreningsstyrelse där drabbad medlem har sin tillhörighet ska informeras
- Tillse att drabbade ges krisstöd enligt punkt Krisstöd nedan
- Kontakta anhöriga till den drabbade. (Sammanställande eller annan lämplig person)
- Sekreteraren i beredskapsgruppen för loggbok över händelsen och besluten som togs. Se **bilaga 4** för loggboks-mall

Krisstöd

Vid en särskild kris händelse kan det inträffa att den skadade och även andra inblandade hamnar i en krisreaktion som inleds med en chockfas som normalt varar 1-3 dygn. Tecken på krisreaktion, se **bilaga 6**. Under chockfasen ska Sammanställande för beredskapsgrupp se till att personer som hamnat i psykologiskchock får psykologisk förstahjäl.



Psykologisk första hjälp syftar till att:

- Förstärka upplevelsen av fysisk- och emotionell trygghet hos drabbade individer
- Visa medmänsklig omtanke
- Skapa lugn och ro, ge värme, en filt eller något varmt att dricka
- Ordna så att den/de drabbade får kontakt med närstående eller andra hjälpinstanser, allmänna råd för psykologisk första hjälp finns i **bilaga 7**.

Intern kommunikation

Beredskapsgruppen bedömer och beslutar om att samla funktionärer och förare för att informera vad som hänt. Var tydlig och ge all nödvändig information för att undvika ryktesspridning. Överinformera inte, tänk på att information om hälsotillstånd och diagnos är känslig och särskilt skyddsvärd och ska därför endast ges till den/dem som berörs direkt.

Riktlinjer vid intern kommunikation:

- Vem/vilka som ska informeras?
- När och hur ska informationen ges?
- Vad ska informationen innehålla?
- Vad har gjorts och kommer att göras?
- Ska någon frånvarande kontaktas?

Extern kommunikation

All extern kommunikation ska hanteras av en utsedd talesman. Riktlinjer för kriskommunikation i media, se **bilaga 4**.

Krisstödssamtal

I det fall att någon visat tecken på krisreaktion, se bilaga 6, ska den/dessa enligt Svemos policy ges behovs-anpassat krisstöd. Beredskapsgruppen ansvarar för att den/de som drabbats av krisreaktion erbjuds kris stödsamtal hos POSOM.