

Beredskapen för första hjälpen på arbetsplatser

Originaltitel: Ensiapuvalmius työpaikoilla
Översättning: Carola Rönnberg, arbetarskyddsdistriktens svenska samarbetsgrupp Samma 2007

ISBN 978-952-479-067-3
ISSN 1456-3614

Multiprint Ab, Tammerfors 2007

Innehåll

1.	Tillämpningsområde, begrepp och bestämmelser	4
1.1	Tillämpningsområde	4
1.2	Begrepp	4
1.3.	Bestämmelser.....	4
2.	Att bygga upp beredskapen för första hjälpen.....	5
2.1	Utbildningen i första hjälpen och hur den ska ordnas.....	5
2.2	Utbildningsprogram för första hjälpen	5
2.3	Hur många personer på arbetsplatsen ska utbildas i första hjälpen?	7
2.4	Utrustning för första hjälpen.....	8
2.4.1	Hjälpmiddel för första hjälpen	8
2.4.2	Bärar och andra transportmedel	10
2.4.3	Nödduschar och anordningar för ögonspolning.....	10
2.4.4	Läkemedel för första hjälpen.....	11
2.4.5	Rum för första hjälpen.....	11
2.4.6	Utrustning för akutvård	11
2.5	Instruktioner för första hjälpen	11
3.	Beredskapen inför storolyckor.....	13
4.	Informationskällor.....	14
Bilaga 1	Riktgivande rekommendation för första hjälpen-utrustningen på arbetsplatsen	16
Bilaga 2	Exempel på innehållet i en läkemedelsförpackning för utomlandskommenderingar	18
Bilaga 3	Första hjälpen vid kemikalieolyckor	18
Bilaga 4	Åtgärderna vid injektionsolyckor föranledda av högtrycksvatten	20
Bilaga 5	Arbetskyddslagen (738/2002) 46 §	20

1 Tillämpningsområde, begrepp och bestämmelser

1.1 Tillämpningsområde

Anvisningarna i den här broschyren gäller för arbetsplatser där arbetarskyddslagen tillämpas. Enligt arbetarskyddslagen skall arbetsplatserna upprätthålla en beredskap för första hjälpen som omfattar ändamålsenlig utrustning, personer som utbildats i att ge första hjälpen och kunskap om vilka åtgärder som behövs vid olycks- och sjukdomsfall för att få snabb hjälp.

1.2 Begrepp

Med *första hjälpen* avses omedelbar fysisk och psykisk hjälp som ges en skadad person eller en som lidit en akut sjukdomsattack på olycksplatsen eller i närheten av arbetsplatsen. Syftet med första hjälpen är att hindra vidare skadeutveckling och att nya skador uppstår. Alla har en skyldighet att hjälpa och var och en hjälper utgående de färdigheter som han eller hon har. Den sakkunniga företagshälsovårdspersonalen på arbetsplatsen har naturligtvis en särskild skyldighet att delta i första hjälpen och akutvården.

Arbetsplatsens beredskap för första hjälpen innebär att det i relation till förhållandena på arbetsplatsen finns tillräckligt många personer med kunskaper i att ge första hjälpen och att det finns utrustning och rutiner för hur man skall gå till väga vid en storolycka. I beredskapen ingår en insatsplan som arbetsplatsen gör upp med tanke på eventuella olyckssituationer. Planen omfattar rutin-anvisningar vid olycksfall, planering av utbildning och praktiska övningar och hur de ska genomföras, det ingår också information om var utrustningen för första hjälpen finns samt om larm- och ledningsorganisationen och ansvariga personer.

Inom *utbildningen i första hjälpen* vill man genom att påverka attityderna främja de anställdas färdigheter i att ge första hjälpen och i att förebygga olyckor. Det här stöder hälsofrämjandet och identifieringen och hanteringen av olycksriskerna.

En utbildare i första hjälpen har fått den lärarutbildning som krävs. Social- och hälsovårdsministeriet har kommit överens med Finlands Röda Kors (FRK) om att Röda Korset förbinder sig att sköta utbildningen inom första hjälpen och övervaka innehållet i de kurser i första hjälpen som ordnas i Finland.

På arbetsplatser med påtaglig olycksfallsrisk kan det vara bäst att bilda en *beredskapsgrupp*. Gruppen upprätthåller sina färdigheter i första hjälpen genom regelbundna praktiska övningar och tränar sig t.ex. i att verka som ett team vid en storolycka.

Med *akutvård* avses sådan omedelbar professionell vård som ges av företagshälsovårdspersonalen.

1.3 Bestämmelser

I arbetarskyddslagen (738/2002) förutsätts att arbetsplatsen upprätthåller beredskap för första hjälpen. Beredskapsplaneringen som skall ingå i verksamhetsprogrammet för arbetarskyddet (arbetarskyddslagen 9 S), grundar sig på en riskbedömning som arbetsplatsen tar fram.

Bestämmelser om tillämpningen av arbetarskyddslagen har utfärdats bl.a. i följande författningar: statsrådets förordning om arbetarskydd vid lastning och lossning av fartyg (633/2004), statsrådets beslut om säkerheten vid byggnadsarbeten 629/1994), statsrådets beslut om ordningsregler för sprängnings- och brytningsarbete (410/1986), statsrådets förordning

om kemiska agenser i arbetet (715/2001) och statsrådets förordning om säkerheten i drivningsarbete (749/2001).

Enligt lagen om företagshälsovård (1383/2001 12 §) hör det till företagshälsovårdens uppgifter att delta i ordnandet av den i arbetarskyddslagen avsedda beredskapen för första hjälpen. I samband med arbetsplatsutredningen bedömer företagshälsovårdspersonalen beredskapsbehovet utifrån de riskfaktorer som finns på arbetsplatsen. Företagshälsovården ger arbetsplatsen rekommendationer om hur

beredskapen ska ordnas (SRf 1484/2001 14 §). Det är inte endast behovet av färdigheter och utrustning som ska bedömas i beredskapsplaneringen av första hjälpen utan det är också viktigt att ta hänsyn till de särskilda förhållandena som råder på arbetsplatsen och vid behov i samarbete med arbetar- och befolkningskyddet, räddningstjänsten och hälsovårdsorganisationen på orten planera funktionellt ändamålsenliga åtgärder för ordnandet av beredskapen för första hjälpen.

2 Att bygga upp beredskapen för första hjälpen

2.1 Utbildning i första hjälpen och hur den ska ordnas

Utbildning i att ge första hjälpen ges bl.a. i skolor, yrkesanstalter och inom försvarsmakten. Dessutom kan privatpersoner på eget initiativ delta i kurser i första hjälpen som ett flertal olika medborgarorganisationer ordnar. För att upprätthålla beredskapen för första hjälpen på arbetsplatsen kan arbetsgivaren ordna utbildning för personalen på olika sätt:

1) Om arbetsgivaren inom ramen för företagshälsovården har möjlighet att anlita en kompetent utbildare kan den här personen leda kurser i första hjälpen.

2) Arbetsgivaren kan beställa kurser till exempel av Finlands Röda Kors. Röda Korsets utbildare tar hand om kursarrangemangen. Tyngdpunkten i kursprogrammet bestäms utgående från målgruppens behov.

Vid valet av elevunderlaget är det viktigt att beakta kursdeltagarnas individuella egenskaper, deras vilja att lära sig samt att

se över hur de är fördelade sig på olika arbetsställen, arbetsskift och inom olika personalgrupper. I samband med nyanställningar är det skäl att med hjälp av intyg och betyg utreda vilken utbildning den nyanställda har fått i att ge första hjälpen.

Arbetsgivaren eller den ansvariga hälsovårdsenheten inom arbetsplatsens företagshälsovård ska föra bok över alla personer som fått utbildning i att ge första hjälpen. Av registret skall framgå hur stor del av hela personalen det är som har fått utbildning (enligt enhet och arbetsskift), deras namn och vilket slag av utbildning de har fått (t.ex Fhj 1, Fhj 2 eller specialkurser) och när utbildningen har getts.

2.2 Utbildningsprogram för första hjälpen

Utbildningsprogrammen för första hjälpen följer de rekommendationer som Finlands Röda Kors ger. Dessa rekommendationer iaktas allmänt i all utbildning. Utbildningen består till största delen av praktiska övningar som stöds av teoretisk kunskap. Kurserna kan indelas i grundkurser och specialkurser.

RÖDA KORSETTS UTBILDNING I FÖRSTA HJÄLPEN PÅ ARBETSPLATSERNA

GRUNDKURS I FÖRSTA HJÄLPEN, Fhj 1, 16 timmar

- Första hjälpen i nödsituationer
- Sår, benbrott, brännskador, förgiftningar

FORTSÄTTNINGSKURS I FÖRSTA HJÄLPEN, Fhj 2, 16 timmar

- Repetition av första hjälpen i nödsituationer
- Typiska arbetsolyckor
- Samverkan med professionella hjälpare

ÖVNINGSKURSER I FÖRSTA HJÄLPEN, Fhj 3, 40 timmar

- Fördjupande av färdigheterna och kunskaperna i första hjälpen
- Arbetsplatsanpassade situationer
- Krisstöd
- Samverkan med professionella hjälpare
- Medverkan i beredskapsgrupper

KURS I LIVRÄDDANDE FÖRSTA HJÄLP 8 timmar

KURS I ÅTERUPPLIVNING 3 timmar

FORTSÄTTNINGSKURS I ÅTERUPPLIVNING 8 timmar

UPPRÄTTHÅLLANDET AV FÄRDIGHETERNA I FÖRSTA HJÄLPEN 4-8 timmar

- Repetition av den livräddande första hjälpen
- Genomgång av larmsystemen
- Upprätthållande av kunskaperna som förvärvats i samband med Fhj 1 och 2

I grundprogrammen för första hjälpen koncentreras undervisningen på identifiering och förebyggande av olycksrisker och på förbättrade färdigheter i att ge första hjälpen. I utbildningen tas hänsyn till vilka riskfaktorer och nödsituationer som är mest sannolika på arbetsplatsen.

Grundkurs i första hjälpen (Fhj 1, 16 timmar)

- Omfattar åtgärderna vid en olycka, den livräddande första hjälpen, sår, benbrott, brännskador och förgiftning. Utbildningen är i kraft 3 år. Förutom i Finland har programmet godkänts i de flesta andra europeiska länder (European First Aid Certificate).

Fortsättningskurs i första hjälpen (Fhj 2, 16 timmar)

- Omfattar repetition av den livräddande första hjälpen, typiska arbetsolyckor och samverkan med andra professionella hjälpare. Utbildningen är i kraft 3 år.

Kurs i livräddande förstahjäl (8 timmar)

- Omfattar åtgärderna vid en olycka eller vid sjukdomsattack, återupplivningsförloppet och hur blödningar hejdas.

Kurs i återupplivning (3 timmar)

- Återupplivning

Fortsättningskurs i återupplivning (8 timmar)

- Omfattar åtgärderna i en återupplivningssituation, hjärt-lungräddning och användning av defibrillatorer.

Upprätthållande av färdigheterna i första hjälpen (4-8 timmar)

- Omfattar repetition av den livräddande första hjälpen och en genomgång av larmsystem. Repetitionskursen upprätthåller grund- och fortsättningskursernas (Fhj 1 och Fhj 2) giltighet.

Specialprogrammen för första hjälpen är program inom vidareutbildningen. Under vidareutbildningen fördjupas färdigheterna i första hjälpen och eleverna får handledning i hur samarbetet med räddnings- och hälsovårdspersonalen fungerar.

Övningskurs i första hjälpen (Fhj 3, 40 timmar)

- Innefattar en kartläggning av kunskaperna och färdigheterna i första hjälpen, beredskap för första hjälpen på arbetsplatsen, arbetsplatsanpassade situationer, krisstöd, samverkan med professionella hjälpare och insatserna i en beredskapsgrupp.

Att leda en beredskapsgrupp (5 dagar)

- Omfattar beredskapsgruppens verksamhet inom skyddsorganisationen, utbildning och ledning av gruppen, gruppens roll vid en storolycka och krisstöd.

Beredskapsutbildning inför olyckor och exceptionella situationer på arbetsplatsen

- Omfattar insatsberedskapen vid storolyckor, samarbetstest, ledning och verksamhet

Olika utbildningsprogram inom hälsovården tar dessutom upp olika delområden inom första hjälpen, till exempel psykiskt

omhändertagande (omfattar vanligtvis identifiering av krissituationer och följderna av svårhanterliga upplevelser, eftervård och situationer där kundhot förekommer).

2.3 Hur många personer på arbetsplatsen ska utbildas i första hjälpen?

Strävan är att minst ca 5 % av arbetstarna ska ha genomgått en kurs i första hjälpen och deltagit i en repetitionskurs. Olyckor inträffar både på små och stora arbetsplatser och i arbetarskyddslagen görs det ingen skillnad på arbetsplatsernas storlek. Av den här anledningen ska det finnas personer som har fått kunskaper i första hjälpen också på små arbetsplatser och i grupper som alltid eller för en längre tid arbetar avskilt och utanför andra fasta arbetskollektiv. På arbetsplatsen ska på lämpliga ställen sättas upp anslag med upplysningar om vilka personer som har kunskaper i första hjälpen.

När olycksrisken är påtaglig, vilket ofta är fallet i industri, lager- och byggnadsverksamheten, skogs- och jordbruksnäring, fiskerinäring, vid lossning och lastning av fartyg såväl som på transportbranschen rekommenderas det att minst en person vid varje enskilt arbetsställe och i varje arbetsskift där färre än 10 personer arbetar har utbildning i första hjälpen. På större arbetsplatser borde det för varje påbörjat antal anställda om 25 personer finnas minst en person med utbildning i första hjälpen eller minst 5 % av personalen borde ha kunskaper i första hjälpen. Minimikravet för utbildningen kan anses vara den nivå som en avslutad grundkurs Fhj 1 med repetitionskurser ungefär vart tredje år ger.

Det kan vara fråga om en särskild olycksrisk på grund av risk för drunkning i samband med arbetet, frätande och giftiga ämnen och risk för brand-, explosions- el-

ler elektriska olyckor. På grund av den särskilda olycksrisken kan det vara motiverat att för varje grupp om fem personer, varje enskilt arbetsområde eller arbetsskift utbilda minst en person i första hjälpen. Det rekommenderas att utbildningen består av en grundkurs vars nivå motsvarar Fhj 1 och repetition i genomsnitt varje halvannat år så att de speciella riskerna på arbetsplatsen prioriteras i all utbildning.



För alla professionella yrkesmän i el-branschen inklusive arbets- och driftsledningen och personer som har fått handledning i att assistera vid el-arbeten rekommenderas en utbildning som åtminstone består av undervisning i hjärt-lungräddning genom praktiska övningar och första hjälpen vid brännskador. Beredskapen för första hjälpen i el-branschen behandlas i standarden SFS 6002 "Säkerheten vid el-arbeten".

2.4 Utrustning för första hjälpen

På samma sätt som då det gäller behovet av utbildning kan arbetsplatserna då det gäller dimensioneringen av utrustningen för första hjälpen delas in i tre olika grupper i enlighet med om olycksrisken på arbetsplatsen är liten, påtaglig eller särskilt allvarlig.

Till utrustningen för första hjälpen hör hjälpmedel, bärar och andra transportredskap, nödduschar och anordningar för ögonspolning, läkemedel och lokaler för första hjälpen och utrustning för akutvård.



2.4.1 Hjälpmedel för första hjälpen

För varje arbetsplatsgrupps del har det tagits fram en förteckning över den utrustningen för första hjälpen som ska finnas tillgänglig (bilaga 1). Förteckningen är riktgivande. Den kan användas som stöd vid anskaffningen av utrustning. Det är möjligt att byta ut olika tillbehör och redskap som med hänsyn till förhållandena på arbetsplatsen kan anses vara minst lika ändamålsenliga.

Vid anskaffningen och i planeringen av de hjälpmedel för första hjälpen som behövs på arbetsplatsen ska den professionella företagshälsovårdspersonalen i egenskap av sakkunnig beakta de speciella förhållandena som råder på arbetsplatsen.

Med hänsyn till antalet arbetstagare, arbetsplatsens placering, de enskilda arbetsenheter och motsvarande förhållanden rekommenderas för arbetsplatser med påtaglig risk för olyckor i regel en utrustning i enlighet med bilagan. En del av utrustningen utgörs av tillbehör som kan användas vid vård av lindriga skador som uppstår oftare och förrådet fylls på efter hand. En del av tillbehören är förpackade i färdiga serier enligt den s.k. modulprincipen och kan sålunda förvaras rena och färdiga att användas, de är dessutom lätta att ta med sig.

I samband med skogsarbeten och andra arbetsuppgifter som utförs i som ensam- arbete eller i par borde varje arbetstagare ha med sig en sådan fickförpackning som beskrivs närmare i tabellen. Arbetsgrupper som arbetar avskilda från andra och i vilka flera personer ingår borde ha med sig den utrustning för första hjälpen som anges i förteckningen.

För arbetstagare som arbetar ensamma eller på långt avstånd från sina arbets- kamrater inom farliga sektorer har det utvecklats en trådlös larmanordning med vars hjälp möjligheten att slå larm i en nödsituation tryggas. Tack vare den ökade användningen av mobiltelefoner har även möjligheterna att få hjälp i akuta situationer förbättrats. Vid planeringen av beredskapen för första hjälpen är det viktigt att beakta vilka möjligheter det finns att få hjälp.

Utgående från arbetet som utförs på lantgårdar har det sammanställts en väska för första hjälpen och en skild fickförpackning.

På byggplatser, på kajer där fartyg lastas och lossas, vid gruvbrytning, i arbetsbo- dar för skogsarbetare och på motsvarande arbetsplatser som ligger på långt avstånd från akutmottagningar och där risken för högenergetiska skador är stor borde det finnas minst två luftfyllda arm- och ben- skenor, ett plastunderlag på 2x2 meter eller gärna ett s.k. räddningslakan eller motsvarande hjälpmedel för att transportera ock skydda patienten såväl som en ficklampa med reservbatterier.

I last- och paketbilar, då fordonet används i landsvägstrafiken och chaufförens uppgifter utförs av främmande arbetskraft, borde det oberoende av transportupp- dragets art finnas en utrustning för första hjälpen som överensstämmer med för- teckningen eller ännu hellre en väska för

första hjälpen som motsvarar standarden SFS 5737.

I bilar som endast sköter varudistribu- tionen i tätt bosatta områden och liknande uppgifter kan även en utrustning av min- dre omfattning anses tillräcklig.

Utrustningen för första hjälpen i bussar skall motsvara de krav som ställs i kommunikationsministeriets (trafikmi- nisteriets) beslut om bussars konstruktion och utrustning (637/1990).

Fordon som används för transport av farliga ämnen skall i försees med nödvändig personlig skydds- och bekämpningsutrust- ning för föraren och då det gäller inter- nationella ADR-transporter även med en ögonsköljningsflaska fylld med vatten för att skydda förarens ögon.

Luftfartsverket har utfärdat bestäm- melser om utrustningen för första hjälpen i luftfartyg (småplan och helikoptrar).

Räddnings- och återupplivningsanord- ningar eller anvisningar om återuppliv- ning, såvida de med hänsyn till förhållan- den på arbetsplatsen kan anses tillräckliga, ska alltid finnas tillgängliga på lämpliga ställen på sådana arbetsplatser där risken för drunkning, kvävning eller elektriska stötar o.d. är särskild stor. I samband med dykningsuppdrag är det viktigt att på förhand ta reda på hur eftervården och användningen av tryckkammare kan ar- rangeras.

Utrustningen skall förvaras i god ord- ning så att hjälpmedel och redskap är lättillgängliga och vid behov även kan tas med till olycksplatsen. På fasta arbetsplat- ser kan utrustningen t.ex. förvaras i ett första hjälpen -skåp, förpackad i en vägg- ställning eller i en bärbar låda. Det bästa sättet att hålla särförband för vård av små skador rena är att använda en skild låda (en s.k. plåsterautomat).



På lådan, skåpet eller förpackningen för första hjälpen -utrustningen skall det finnas ett tydligt urskiljbart och varaktigt märke som anger innehållet. Märket kan i enlighet med statsrådets beslut 976/1994 utgöras av ett vitt kors på grön botten utom i de fall då man har rätt att använda FRK:s symbol.

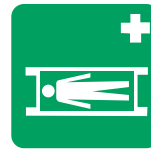


Var utrustningen är placerad ska vid behov anges med hjälp av anslag. På anslagstavlor i arbetstagarnas personalrum eller i andra lämpliga rum skall informeras om var utrustningen är placerad. Samtidigt kan man informera om vilka personer som har utbildats i första hjälpen, vilka rutiner som ska följas vid beställning av utryckningsfordon och rutinerna på arbetsplatsen fram till att utryckningsfordonet beställs.

För varje utrustningsenhet för första hjälpen (t.ex. skåp, låda eller annan förpackning) utses en särskild eller för hela arbetsplatsen gemensam ansvarig person som har som uppgift att minst en gång i månaden kontrollera mängden material och i vilket skick materialet är och se till ordningen på förvaringsstället. Vart femte år skall en grundläggande granskning av utrustningen göras. Då byts tillbehören ut i den mån det är nödvändigt, då det gäller mediciner måste kontrollen ofta ske tidigare.

Dessutom är det önskvärt att t.ex. FRK:s handbok i första hjälpen, vägplanscher om akut första hjälp eller andra

anvisningar som lämpar sig för de förhållanden som råder på arbetsplatsen finns tillgängliga.



2.4.2 Bärar och andra transportmedel

På arbetsplatsen skall det finnas bärar eller en annan anordning för att vid behov kunna förflytta en person som insjuknat eller skadats. Det finns hjälpmedel som i många situationer är ändamålsenligare än vanliga bärar. Sådana är t.ex. lättbärar och olika typer av bärmattor. En vakuummadrass som avsevärt underlättar transporten av en patient med smärtor kan användas som transportunderlag eller som sådan även som bär om det behövs. Det är bra att i närheten av bärarna eller andra transportanordningar förvara anvisningar om i vilka ställningar skadade eller insjuknade personer skall transporteras.



2.4.3 Nödduschar och anordningar för ögonspolning

På arbetsplatser med brand- och explosionsfara eller risk för stänk av frätande eller giftiga kemikalier skall en anordning för spolning av ögonen och en nöddusch ingå i utrustningen. Snabb tillgång till nöddusch eller ögonsköljning kan förebygga uppkomsten av allvarliga ögon- eller brännskador. Kontrollera regelbundet att

dusharna fungerar och försäkra dig om att vattnet är rätt tempererat.

Om det inte finns en vattenpost på arbetsplatsen skall det i utrustningen ingå en anordning för ögonsköljning så att det är möjligt att vid en ögonskada fortsätta med första hjälpen under färden från arbetsplatsen till akutmottagningen.

2.4.4 Läkemedel för första hjälpen

På arbetsplatser som ligger i bosättningscentra är det inte motiverat att utan särskilda skäl bevara läkemedel bland tillbehören för första hjälpen. För vård av sjuka och för första hjälpen på avskilt belägna arbetsplatser borde det däremot finnas behövliga läkemedel som ordinerats av företagshälsovården och anvisningar om hur medicinerna skall användas.

Företagshälsovården skall se till att sådana ämnen som behövs på grund av de särskilda omständigheterna på arbetsplatsen även ingår i utrustningen för första hjälpen och att det har getts tillräckligt detaljerade anvisningar om hur de skall användas. I övriga fall skall användningen av läkemedel i varje situation där första hjälpen ges övervägas skilt, t.ex.

- Ormförpackning ("Kyypakkaus") och allergiläkemedel mot insektbett för personer som arbetar utomhus sommartid
- På arbetsresor utomlands kan man ta med sig utvalda läkemedel med bruksanvisningar. I sortimentet kan ingå t.ex. medicin mot diarré, antibiotika och andra läkemedel i enlighet med förhållandena i det land dit man reser och resans längd. Ibland kan det vara befogat att utöka förpackningen med sterila nålar och engelsk- och ryskspråkiga bruksanvisningar (i bilaga 2 finns ett exempel på en förpackning för resor utomlands).
- EU har gett anvisningar om innehållet i

apotek ombord på fartyg. I handboken för sjukvård ombord på fartyg ("Laiva-sairaanhoidon käsikirja", Saarni & Niemi 2002) finns ett förslag på vilka mediciner som kan ingå i fartygsapotek.

2.4.5 Rum för första hjälpen

Beroende på arbetsplatsens storlek, art och läge kan det vara praktiskt att ställa ett lämpligt rum, utmärkt med en skylt, till förfogande för första hjälpen och akutvård. Rummet kan samtidigt tjäna som vilorum vid lindrigare sjukdomsfall.

2.4.6 Utrustning för akutvård

Om företagshälsovården har en akutmottagning på arbetsplatsen eller i omedelbar närhet är det skäl att utrusta rummet med akutvårdsmaterial och läkemedel. Den behövliga utrustningen beror på arbetsplatsens art och läge såväl som på vilken utbildningsgrad och vilka färdigheter företagshälsovårdspersonalen har och kan bestå av återupplivningsutrustning, defibrillator, utrustning för transfusion av vätska och läkemedel och lösningar för akutvård såväl som tillbehör för att sy sår.

2.5 Instruktioner för första hjälpen

De centrala strategierna inom första hjälpen är förberedelse och planering av åtgärderna vid en eventuell olycka, förebyggandet av olyckor och en god insatsberedskap.

Riskidentifieringen utgör utgångspunkten för all planering och utarbetningen av anvisningar på arbetsplatsen. I allmänhet finns det endast några få sannolika riskfaktorer på arbetsplatsen och förberedelserna koncentreras till att planera hur dessa kan förebyggas och vilka åtgärder som ska sättas in.

Alla skall känna till anvisningarna för hjälpinsatserna vid en olycka. Anvisningarna informerar om:

- vem som leder och organiserar hjälpinsatserna vid en olycka
- vem som tillkallar räddningstjänsten
- vem som ansvarar för första hjälpen
- utrustningen för första hjälpen, placering och ansvarig person
- hur flyttandet av skadade personer ordnas
- vart ambulansen dirigeras
- hur man kontaktar beredskapsgruppen för första hjälpen eller någon av gruppens medlemmar om det finns en sådan grupp på arbetsplatsen.

Avståndet från stora industrianläggningar till sjukhus och ambulanser kan variera. Det är bra att komma överens om rutiner med personalen inom den lokala sjuktransports- och räddningstjänsten t.ex. hur larmet slås (112/porten/kontrollrummet) och hur räddningstjänsten lättast kan ta sig in till industriområdet genom porten.

Anvisningarna kan omfatta rutinåtgärder som vidtas när en olycka inträffar:

- Klarlägg vad som har hänt
- Finns det risk för ytterligare olyckor?
- Hjälp andra men tänk också på din egen säkerhet!
- Tillkalla yrkesmässig hjälp så snabbt som möjligt
- Ge första hjälpen
- Se till att den skadade hålls varm och lugna honom eller henne tills räddningstjänsten kommer fram

Lokala anvisningar om åtgärderna i speciella situationer anpassas alltid till förhållandena på arbetsplatsen. Då det gäller olyckor som orsakas av t.ex. frätande, gifti-

ga eller brandfarliga och explosiva kemikalier är det ofta befogat att ta fram särskilda rutin-anvisningar. Information om farliga egenskaper hos kemiska ämnen och om särskilda åtgärder för första hjälpen finns i produkternas säkerhetsdatablad och i säkerhetsinstruktionerna för kemikalier som medför risk för olycka osv. I bilaga 3 ingår rekommendationer för första hjälpen vid olyckor som orsakats av kemiska ämnen.

Om det finns antagonister som kan användas mot plötsliga förgiftningar och skador orsakade av kemiska ämnen skall den ansvariga inom företagshälsovården se till att dessa anskaffas till arbetsplatsen och att man där eller inom första hjälpen känner till hur de skall användas.

Det är t.ex. möjligt att vid en olycka hejda absorberingen av fluorvätesyra genom att smörja in huden med kalciumglukonatgel efter att det drabbade området har sköljts med vatten.

På samma sätt kan fenolstänk sköljas med polyetylenglykollösning. För behandlingen av cyanidförgiftningar kan man skaffa förpackningar med amylnitrat i form av inhalationslösning till arbetsplatsen.

Om det i arbetet består brand- eller explosionsfara eller risk för att råka ut för stänk på huden, i ögonen eller på kläderna av kemiska ämnen som t.ex. baser, syror och andra frätande och giftiga ämnen som tränger in genom huden, borde det finnas en möjlighet att omedelbart kunna skölja det skadade området med rikligt vatten. Snabb tillgång till nöddusch eller ögonspolning kan förhindra att allvarliga ögon- eller brännskador uppstår.

På arbetsplatsen skall det vid behov finnas anvisningar om vilka åtgärder som ska sättas in vid en olycka orsakad av högt tryck. I bilaga 4 ges exempel på sådana anvisningar.

3 Beredskapen inför storolyckor

Grundutbildningen i första hjälpen och basutrustningen ger beredskap att sköta första hjälpen inom ramen för det normala arbetslivet. På sådana arbetsplatser där en storolycka på grund av explosion, gasläckage eller någon annan orsak är möjlig skall detta beaktas i planeringen av beredskapen för första hjälpen.

”Hanteras i arbetet eller förvaras på arbetsplatsen ämnen som kan orsaka en storolycka eller kan det i arbetet annars föreligga risk för en storolycka, skall arbetstagarna ges nödvändig undervisning och anvisningar om hur riskerna skall avväjas samt om tillvägagångssättet i olycks-situationer. Vid behov skall även övningar anordnas” (Arbetarskyddslagen 44 §).

Handlingsplanen för åtgärderna vid en storolycka ska utarbetas i samarbete med personalen inom företagshälsovården, arbetarskyddet och brand-, räddnings- och röjningstjänsten. Arbetsplatsens handlingsplan för första hjälpen ska anknyta till hälsovårdcentralens plan. En friktionsfri räddningsverksamhet vid en olycka förutsätter att samverkan har övats tidigare.

I förordningen om industriell hantering och upplagring av farliga kemikalier (59/1999) förutsätts det att näringsidka-

ren vid omfattande industriell hantering och upplagring i bestämda fall sammanställer en säkerhetsrapport och tar fram en intern räddningsplan. Syftet med räddningsplanen är bl.a. att olyckor begränsas och kontrolleras för att följderna av dem skall kunna minimeras samt för att skador på människor, miljö och egendom skall kunna begränsas och att nödvändiga åtgärder vidtas för att människorna och miljön skall kunna skyddas mot följderna av storolyckor.

Företagshälsovården ska vara beredd på att organisera den psykiska eftervården och krisstödet efter en storolycka. Handledning hjälper chefer och arbetstagare att förstå betydelsen av eftervård, saklig information och organiserandet av praktiska åtgärder. Det är allt skäl att namnge de sakkunniga personer som ser till det psykiska omhändertagandet. Dessa personer ska ha beredskap för att ordna eftervård 1-3 dygn efter att olyckan har ägt rum (individuella samtal och gruppsamtal, psykologisk efterbehandling). Det är också viktigt att ordna med uppföljning av hur drabbade personer klarar av att hantera upplevelserna på lång sikt.

4 Informationskällor

Castren M. m.fl. Ensihoidon perusteet. FRK 2005, 787 sidor.

Första hjälpen. FRK, 2006, 160 sidor.

Instruktioner för första hjälpen vid ett epilepsianfall: www.epilepsia.fi > På svenska > Första Hjälpen

Nödförstahjälpen. FRK, 2006, 20 sidor.

Saarni H, Niemi L. Laivasairaanhoidon käsikirja. Arbetshälsoinstitutet, 2002, 221 sidor.

Ämnen som medför olycksrisk – säkerhetsanvisningar: www.ttl.fi/ova/index_svensk.html.

Bilagor

Bilaga 1

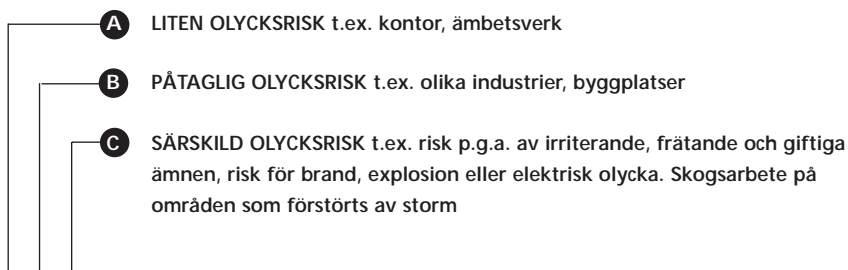
RIKTGIVANDE REKOMMENDATION FÖR FÖRSTA HJÄLPEN-UTRUSTNINGEN PÅ ARBETSPLATSEN

Följande rekommendation och checklista har tagits fram så att den kan användas som:

- 1 kom ihåg- och inköpslista för utrustning för första hjälpen på olika arbetsplatser (klasserna A, B och C)
- 2 checklista. Ta A4-kopior och använd i samband med arbetsplatsbesök eller som bilaga till handlingsplanen

1 ARBETSPLATS, AVDELNING ELLER ENSKILT ARBETSSTÄLLE

inventera olycksriskerna, välj rekommendation i enlighet med riskerna och komplettera check-listan (kopiera vid behov)



REKOMMENDATION	UTRUSTNING FÖR FÖRSTA HJÄLPEN	finns	saknas
A B C X X X	ANSLAG	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X X X	LARMANVISNING	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X X X	SKÅP E.D. FÖR FÖRSTA HJÄLPEN-UTRUSTNINGEN	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X X X	INNEHÅLL I FÖRSTA HJÄLPEN-SKÅPET	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Första hjälpen blodstoppare små	4 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Första hjälpen blodstoppare stora	4 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Kompress 20 x 20 cm	2 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Elastisk gasbinda 8-10 cm	2 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Rundvävt förband	1 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Häftplåster 1,25 cm x 9 cm	1-2 rullor <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Mitella, fibertyg	2 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Sax	1 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Sårtvättarautomat eller sårtvättare	8-10 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Plåster, olika storlekar	20 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Plåsterautomat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X X	MOBIL FÖRSTA HJÄLPEN-FÖRPACKNING	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	• I anslutning till första hjälpen-skåpet		
	Första hjälpen blodstoppare, små	2 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Första hjälpen blodstoppare, stora	2 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Mitella, fibertyg	1 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Förbandsenhet 2 eller motsvarande		
	Särförband 10 x 20 cm	2 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Särförband 15 x 24 cm	2 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Elastisk gasbinda 8 cm	1 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Mitella	2 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Förbandsenhet 3 eller motsvarande	2 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Särförband 20 x 30 cm	1 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Elastisk gasbinda 10 cm	1 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Mitella	2 st <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

CHECKLISTA

BEDÖM OLYCKSFALLSRISKEN PÅ ARBETSPLATSEN, AVDELNINGEN ELLER DET ENSKILDA ARBETSSTÄLLET MED HÄNSYN TILL ARBETSPLATSENS STORLEK, LÄGE, ANTAL ANSTÄLLDA SÄVÄL SOM ARBETETS ART OCH ARBETSFÖRHÅLLANDENA.

REKOMMENDATION	FÖRSTA HJÄLPEN-UTRUSTNING	finns	saknas
A B C			
X X	SPJÄLOR FÖR ARM- OCH BENBROTT; t.ex. uppblåsbara luftspjälor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X X	SKYDDSTÄCKE/HYPOTERMILAKAN	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X X	BÅRAR/LÄTTA BÅRAR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X	UTRUSTNING FÖR ÖGONSKÖLJNING	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X	FÖRBAND FÖR BRÄNNSKADOR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	VID BEHOV:		
X X X	ANSLAG; KORS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	PIL	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	BÅRAR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	ÖGONSKÖLJNING	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X X X	ÅTERUPPLIVNINGSSKYDD OCH SKYDDSHANDSKAR	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
X X X	ANVISNINGAR FÖR NÖDLÄGE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2 PERSONER SOM UTFÖR ENSAMARBETE, ARBETAR I PAR OCH/ELLER I ARBETSGRUPPER

1 förpackning/arbetstagare	FICKFÖRPACKNING blodstoppare, stor 1 st plåster 5-10 st	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1 förpackning/arbetsgrupp	FÖRSTA HJÄLPEN-VÄSKA/LÅDA t.ex. en första hjälpen-väska i enlighet med SFS-standard 5737	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 FORDON			
person-, paket- och lastbilar	FÖRSTA HJÄLPEN-VÄSKA t.ex. en första hjälpen-väska i enlighet med SFS-standard 5737	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
bussar	FÖRSTA HJÄLPEN-VÄSKA FÖR BUSSAR en förpackning/max 16 passagerarplatser i fordonet två förpackningar/mer än 16 passagerarplatser i fordonet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Bilaga 2

Exempel på innehållet i en läkemedelsförpackning för utomlandskommenderingar

- Bruksanvisningar för alla läkemedel
- Värk/febernedsättande läkemedel
- Läkemedel mot diarré
- Läkemedel mot åksjuka (vid behov)
- Antihistamin (vid behov)
- Hydrokortisonsalva (mot solbränna och insektbett)
- Antibiotika (vid behov)
- Sömnmedel (vid behov)
- Myggmedel och – salva (vid behov)
- Acetylsalicylsyra 250 mg (för långa flygresor)
- Antiseptisk lösning för rengöring av sår
- Förbandsmaterial (kompresser, plåster)
- Sterila nålar
- Vattenrengöringstabletter eller rengöringsfilter (beroende på målet för resan)

Bilaga 3

Första hjälpen vid kemikalieolyckor och olycksfall (Källa: Onnettomuuden vaaraa aiheuttavat aineet. Turvallisuusohjeet. Käyttäjän opas. Ämnen som medför olycksrisk – säkerhetsanvisningar. www.ttl.fi/ova/index_svensk.html)

Den som ger första hjälpen ska skydda sig själv enligt behov. Andningsskydd behövs t.ex. som skydd mot klor och ammoniak medan man i första hjälpen vid skador som uppstått p.g.a. stänk av alkalier och syror behöver hållbara skyddshandskar.

En patient som exponerats ska hållas varm och i vila. För en patient som har andats in ir-

riterande gas rekommenderas en halvsittande ställning.

Exponering via andningsvägarna

En person som exponerats via andningsvägarna flyttas ut i friska luften och får vid behov konstgjord andning som man effektivast ger med hjälp av en blåsbälg. Till blåsbälg kan man koppla syrgas från en tryckbehållare (det är särskilt viktigt att få syrgas vid kolmonoxid, svavelväte- och cyanidförgiftningar).

Stänk i ögonen

Effekterna av kemikalier som råkat i ögonen kan indelas i tre grupper; syre-, alkalie- och andra giftiga effekter. Särskilt alkalier och mycket

starka syror tränger snabbt in i vävnaden och orsakar skador i ögonen redan inom ett tiotals sekunder. Inled omedelbart ögonspolning med rikligt vatten.

Om stänk av substanser som denaturerar alkalier och proteiner, exempelvis lut och formalin, råkar i ögat skall ögat sköljas med vatten minst 15-20 minuter och vid behov under hela transporten fram till vårdplatsen. Vid stänk av andra irriterande substanser som organiska lösningsmedel skall ögat sköljas omsorgsfullt med rikligt vatten.

Hudkontakt

Det exponerade hudområdet sköljs så snabbt som möjligt med riklig mängd vatten. Vid allvarliga olyckor i samband med frätande ämnen är det skäl att inleda sköljningen innan kläderna avlägsnas (*). Därefter avlägsnas de nedsmutsade kläderna och isoleras vid behov. Huden tvättas med tvål och vatten och torkas. Slutligen läggs ett sterilt förband på det skadade området. Då det gäller vissa substanser som t.ex. fenol och fluorvätesyra rekommenderas specialmedel för rengöring av huden och neutralisering av effekterna. För att avlägsna lite vattenlösliga ämnen (t.ex. fettlösliga bekämpningsmedel) från huden har även adsorberande medel (t.ex. kaolin) använts med framgång.

(*) För särskilda fall som t.ex. då det frätande ämnen reagerar med vatten och bildar giftiga gaser (t.ex. klorosulfonsyra) ska man överväga att ge speciella anvisningar.

Exponering via munnen

När patienten svält ett farligt ämne beror åtgärderna för första hjälpen på ämnets kemiska och fysikaliska egenskaper, giftighetsgrad, tid som förflutit sedan ämnet svaldes och patientens kliniska tillstånd. I allmänhet kan uppsugningen av ett organiskt ämne i magtarmen begränsas genom att patienten dricker vatten

med medicinskt kol. Om det handlar om ett mycket farligt ämne och en livsfarlig mängd kan det bli aktuellt att få patienten att kräkas. En person som svält ett frätande ämnen skall inte kräkas, i stället skall han eller hon genom att dricka vatten och skölja munnen späda ut halten i ämnet. Att kräkas efter att ha svält organiska ämnen är inte tillrådligt eftersom ämnena då lätt råkar i lungorna och där orsakar en kraftig inflammation. Om patienten inte är vid normalt medvetande eller har kramper får han eller hon inte svälja någonting.

Allmänna rutiner vid kemikalieolyckor

Insatserna vid en kemikalieolycka medför risker. Därför är det viktigt att utryckningsgruppen som anländer till olycksplatsen följer brandkårens och den närvarande personalens anvisningar om platsen och hur de ska ta sig fram tryggt. Personalen ska även skydda sig med hjälp av lämplig personlig skyddsutrustning, t.ex. genom att utanpå sin tillräckligt varma klädsel använda en engångsskyddsdräkt mot kemikalier av t.ex. polyeten, skyddshandskar av gummi eller plast, gummistövlar, ett helansiktsskydd med filter som är anpassat till kemikalien.

En annan viktig princip berör rengöringen då det gäller patienter som exponerats för kemikalier. Om patientens kläder är nedsmutsade av det giftiga eller frätande ämnet eller om gaser eller ånga frigörs från klädseln och orsakar allvarlig irritation i slemhinnorna ska kläderna genast då det är möjligt avlägsnas och patienten ska få nya kläder. Framme på vårdplatsen ska man vara beredd på att rengöra huden. Ute i kallt väder kan rengöringen medföra svårigheter eftersom avlägsnandet av kläderna innebär en omedelbar risk för hypotermi. Det här problemet kan lösas endast genom förberedelser: se till att det finns tillgång till tillfällig utrustning, t.ex. filtvar, sovposar, liggunderlag.

Bilaga 4

Åtgärderna vid injektionsolyckor föranledda av högtrycksvatten

En högtrycksvattenstråle som tränger in genom huden efterlämnar ofta ett vilseledande litet sticksår på huden. Smärtan, t.ex. i samband med en skada på handen, kan i början vara endast lindrig men den ökar emellertid småningom och det uppträder en tilltagande svullnad och rodnad på händer och fingrar.

Effekten av en högtrycksvattenstråle påminner om ett skottsår: en stor mängd energi förflyttas till vävnaderna och förorsakar skador i blodkärl, benstomme och andra strukturer.

Nedsmutsat vatten och även luft kan råka in i vävnaderna under huden. Även om skadan på utsidan verkar lindrig kan de inre skadorna vara mycket allvarliga. Tryck under huden kan t.ex. leda till vävnadsdöd och amputation. I första hjälpen vid olyckor med strålar av tryckvatten följer man de allmänna principerna som gäller vård av sår. Arbetet måste genast avbrytas och den skadade omedelbart föras till sjukhus. Den viktigaste åtgärden i vården efter lägesbedömningen är att reducera trycket inom det skadade området (dekompression), avlägsna större områden av död vävnad och eventuella främmande material och försätta patienten i vila (immobilisering) samt se till antibiotikaskyddet.

Bilaga 5

Arbetskyddslagen 738/2002

46 §

Första hjälpen

Arbetsgivaren skall se till att första hjälpen ordnas för arbetstagare och andra personer som vistas på arbetsplatsen på det sätt som antalet arbetstagare, arbetets art och arbetsförhållandena kräver. Arbetstagarna skall i enlighet med arbetet och arbetsförhållandena ges anvisningar om de åtgärder som skall vidtas för erhållande av första hjälpen vid olycksfall eller sjukdom.

På arbetsplatsen eller i dess omedelbara närhet skall, med beaktande av arbetsplatsens

storlek och läge, antalet arbetstagare samt arbetets art och andra arbetsförhållanden, på lämpliga och tydligt angivna ställen finnas tillräckligt med ändamålsenlig utrustning för första hjälpen.

På arbetsplatsen skall det finnas ett rum som lämpar sig för första hjälpen, när antalet arbetstagare eller arbetets art eller andra arbetsförhållanden kräver det.

Genom förordning av statsrådet kan närmare bestämmelser utfärdas om arbetsplatsens rum för första hjälpen, deras dimensionering och utrustning.