

– Personlige værnemidler



Personlige værnemidler



- Giv instruktion i korrekt brug af værnemidler
- Brug øjenværn imod luftbårne partikler, støv, stænk, kemiske påvirkninger og stråling fra fx svejsning
- Brug høreværn, når støjen kræver, at man hæver stemmen ved samtale (>85 db)
- Beskyt hænder og hud mod kemikalier og vådt arbejde. Tjek sikkerhedsdatabladet og brug den rigtige type beskyttelseshandsker for at undgå påvirkning fra kemikalier, vand og sæbe, der udtørre huden (se efter EN-standardnr.)
- Brug sikkerhedsfodtøj ved risiko for klemning under arbejdet med fx dyr.

Vær opmærksom!

- Beskyt jer under HELE opgaven
- Lav altid en risikovurdering og find ud af hvilke værnemidler, der skal til for at løse arbejdsopgaven uden sundhedsskadelige belastninger og påvirkninger
- Værnemidler skal være rene, tørre og desinficerede, inden de tages i brug
- Læs altid brugsanvisningen for værnemidlet og følg den.

HUSK!

- Brug ALDRIG værnemidler, der er i stykker – det giver falsk tryghed
- Filtre i åndedrætsværn har en udløbsdato og skal opbevares i henhold til brugsanvisningen og ALTID i en lufttæt pose eller beholder, for at beskytte filteret
- Personlige værnemidler fås i mange udgaver. Find dem, der er mest komfortable
- Gør det tydeligt hvilke opgaver, der KRÆVER værnemidler, og gør det klart, at det er uacceptabelt at undlade brug under opgaveløsningen.

– Førstehjælp

Førstehjælp

STANDS OG BEGRÆNS ULYKKEN

- Undgå selv at komme til skade
- Stands ulykken
- Ring 112.

112

1. Er personen ved bevidsthed?

Hold personen vågen indtil ambulancen kommer.

2. Rusk forsigtigt. Råb højt: 'Er du okay?'

1. Skab frie luftveje
2. Læg personen i stabilt sideleje.

3. Er personen bevidstløs og trækker vejret?



3. Kontrollér løbende vejtrækningen
4. Afvent ambulancen.

4. Personen trækker ikke vejret.

Er I flere: Send en person afsted efter den nærmeste hjertestarter – AED.

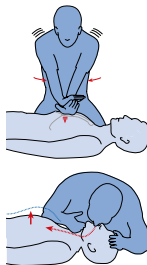
5. Start straks hjertemassage og indblæsning

Placér dine hænder midt på brystkassen



Giv hjertemassage:

- Tryk hårdt og mindst 5 cm dybt **30 gange** med minimum 100 tryk/min.
- Luk dine læber omkring personens mund
- Blæs indtil brystkassen hæver sig
- Giv næste indblæsning, når brystkassen har sænket sig
- Gentag hjertemassage med 30 tryk og **2 indblæsninger** indtil personen er ved bevidsthed igen eller hjælpen ankommer og kan tage over.



Tryk 30 : 2 indblæsninger

Tænd hjertestarteren og påsæt pads

- Følg anvisningerne fra hjertestarteren
- Påsæt pads efter anvisningen
- Ved mere end én person, fortsætter en person hjertemassage **30:2**, mens den anden person påsætter pads.
- **Alle væk og afgiv sted.** Rør ikke personen, når hjertestarteren analyserer, og når der afgives sted.



Hvis personen reagerer, dvs. bevæger sig, åbner øjnene eller trækker vejret normalt: Stop hjertemassage og indblæsning. Stadig bevidstløs: Læg personen i stabilt sideleje og kontrollér løbende vejtrækningen.

Førstehjælp



- Anskaf nødvendigt førstehjælpsudstyr som øjenskyll, forbindelse, hæfteplaster mv.
- Placer udstyret, hvor behovet kan opstå fx i traktor, stald og frokoststue
- Brug de grønne retningskilte til at markere placering og sørg for, at de er synlige på lang afstand
- Oplys alle ansatte om hvor udstyret er placeret
- Ophæng lovpligtige førstehjælpskilte om livreddende førstehjælp ved gylleanlæg
- Ophæng almene førstehjælpskilte et sted, hvor alle ansatte har deres gang.

Vær opmærksom!

- Sørg for, at ALLE er instruerede i, hvad man skal gøre, hvis der sker en ulykke
- Det anbefales, at man jævnligt deltager i et førstehjælpskursus fx en gang årligt. Tag gerne kurset sammen eller lad en medarbejder komme på kursus, og brug et personalemøde på at gennemgå indholdet.
- Hold minimum en øvelse om året, hvor førstehjælpsudstyr tjekkes og instruktioner følges og evalueres (hvad gik godt, og hvad gik skidt?)
- Ret jeres beredskabsplan/forholdsregler, hvis der findes fejl eller uhensigtsmæssige retningslinjer.

HUSK!

- Tilkald hjælp på 112 eller hos kolleger, hvis opgaven er større, end du selv kan klare
- Når plaster, forbindelse eller øjenskylllevæske bliver brugt – sørg for opfyldning/udskiftning
- Der er udløbsdato på øjenskylllevæske. Skift den senest ved udløb.