

Krisereaktioner efter en ulykke



Hvem rammer krisen ?

- Landmanden som er kommet til skade
- Den person som finder landmanden
- Ægtefælle
- Børn
- Medarbejdere
- Andre

Hvad er en krise og hvordan forløber den?

”En ydre begivenhed, der forårsager/indebærer tab eller trussel om tab”

Følgende aspekter skal være tilstede samtidig:

- Forvirring og manglende problemløsningsevne
- Følelsesoversvømmethed
- Tab eller trussel om tab af væsentlige livsværdier

Det typiske hændelsesforløb for en krise er:

- Chok tilstand
- Reaktiv fase
- Reparationsfase
- Nyorienteringsfase

Reaktioner på krisen

Fysiske og psykiske symptomer er forskellige hos kriseramte, også afhængig af hvor længe krisen varer.

Hvilke symptomer havde I ?

Når du får Krisehjælp

- Kriesamtale med de ramte og få en ens forståelse af forløbet. Spot omfanget af ” krisen ”
- Viden omkring et kriseforløb / symptomer
- Skabe overblik i kaos
- Sætte fokus på de vigtigste opgaver
- Familie og andre inddrages
- Landbrugets rådgivning / konsulenter inddrages
- Sygemelding, vikarhjælp



Udfordringer som kan føre til kriser i landbruget.

1. Banken presser- forlanger salg
2. For lidt arbejdskraft på gården
3. Stress hos landmanden/ ægtefælle
4. Kronisk sygdom eller nedslidning af kroppen
5. Skilsmisse
6. Konflikter i familien & i virksomheden
7. Usikkerhed på fremtiden ????

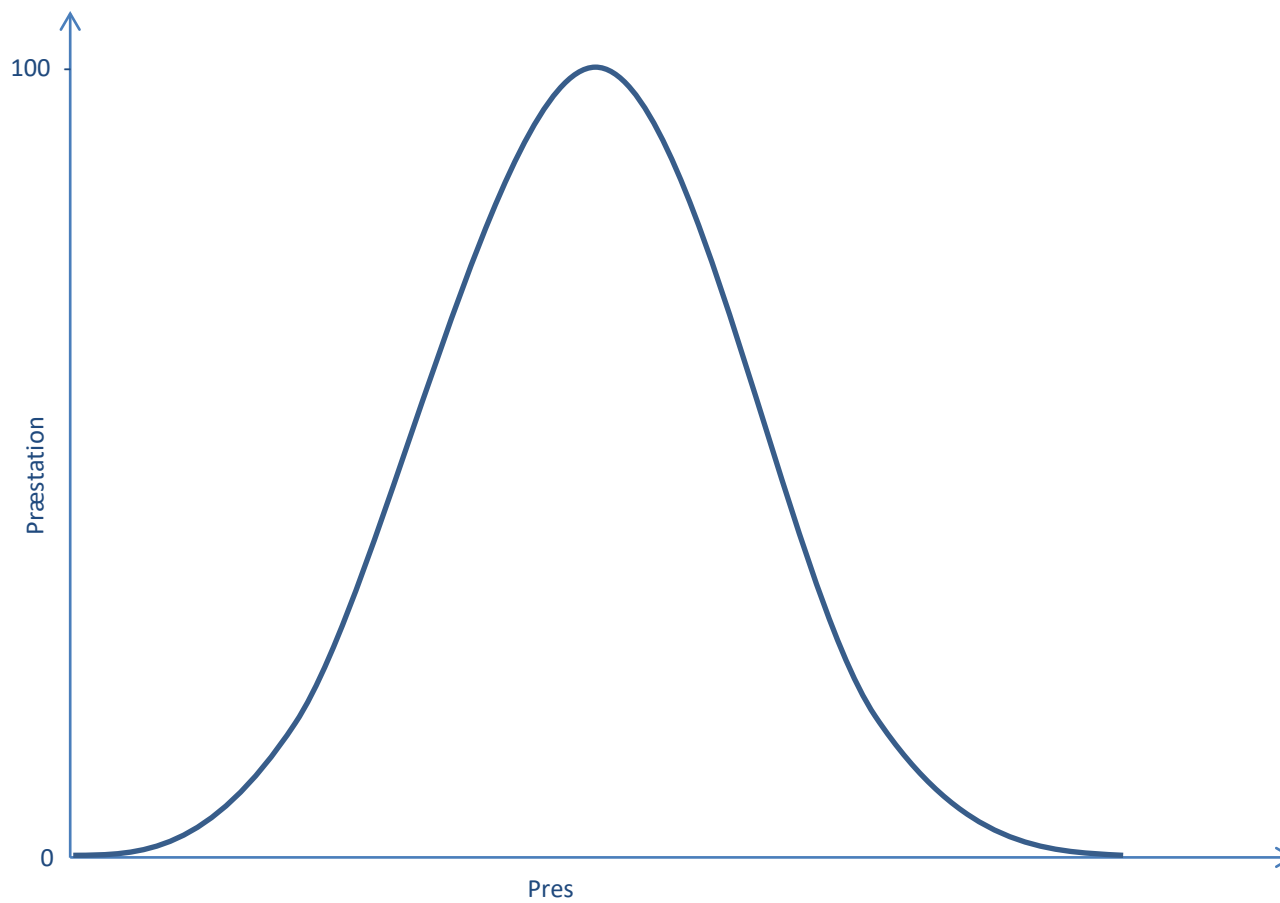


Stress kan føre til ulykker

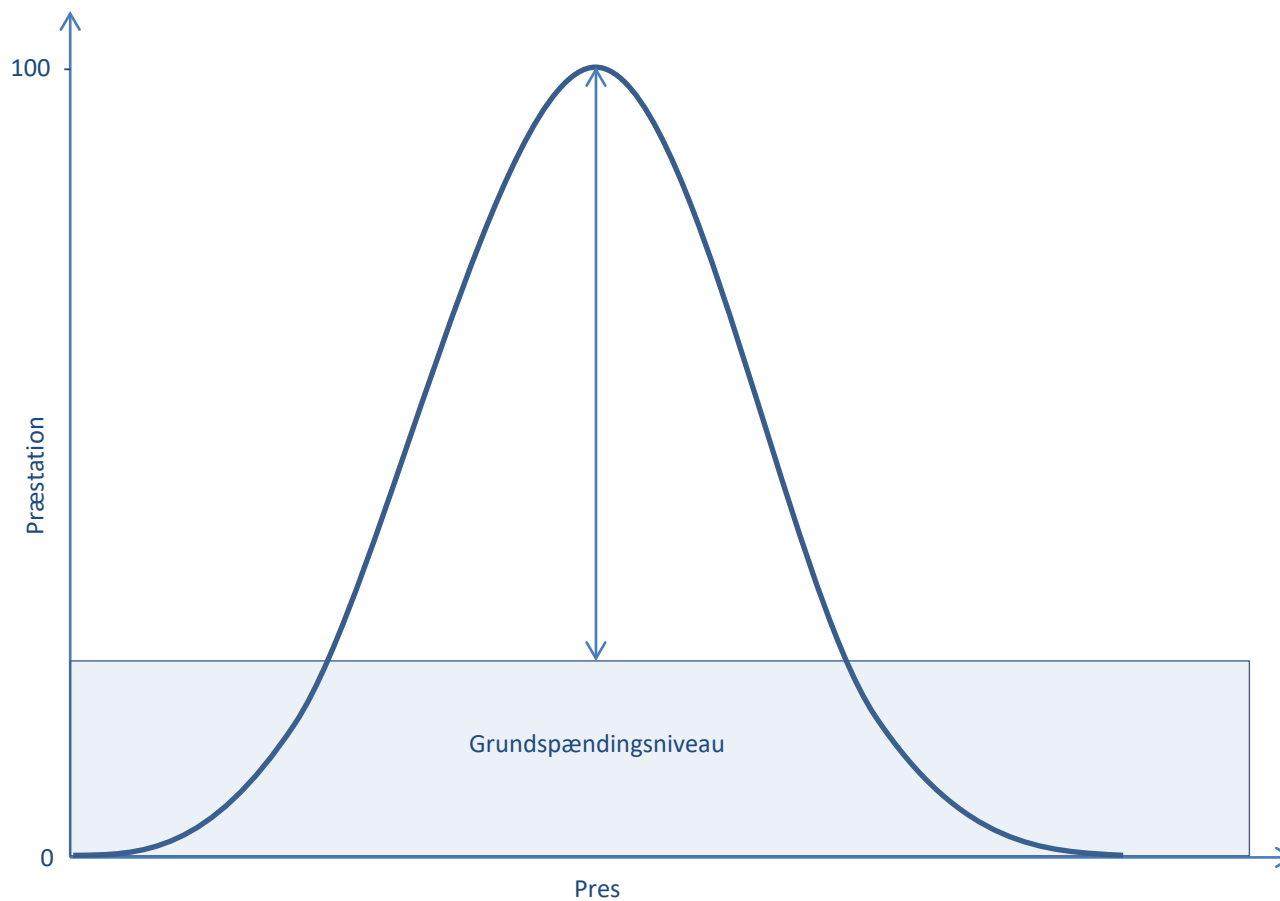
- **Symptomer :**
- Ekstrem træthed, spiseforstyrrelser, søvnbesvær, tankemylder, hovedpine, svedeture, mavesmerter, hjertebanken, uro
- Manglende glæde, irritabilitet, vredesudbrud, hukommelsesbesvær uoverskuelighedsfornemmelse, koncentrationsbesvær, mindre overskud, nedsat humoristisk sans, lavt selvværd og selvtillid
- angst, depression osv.osv



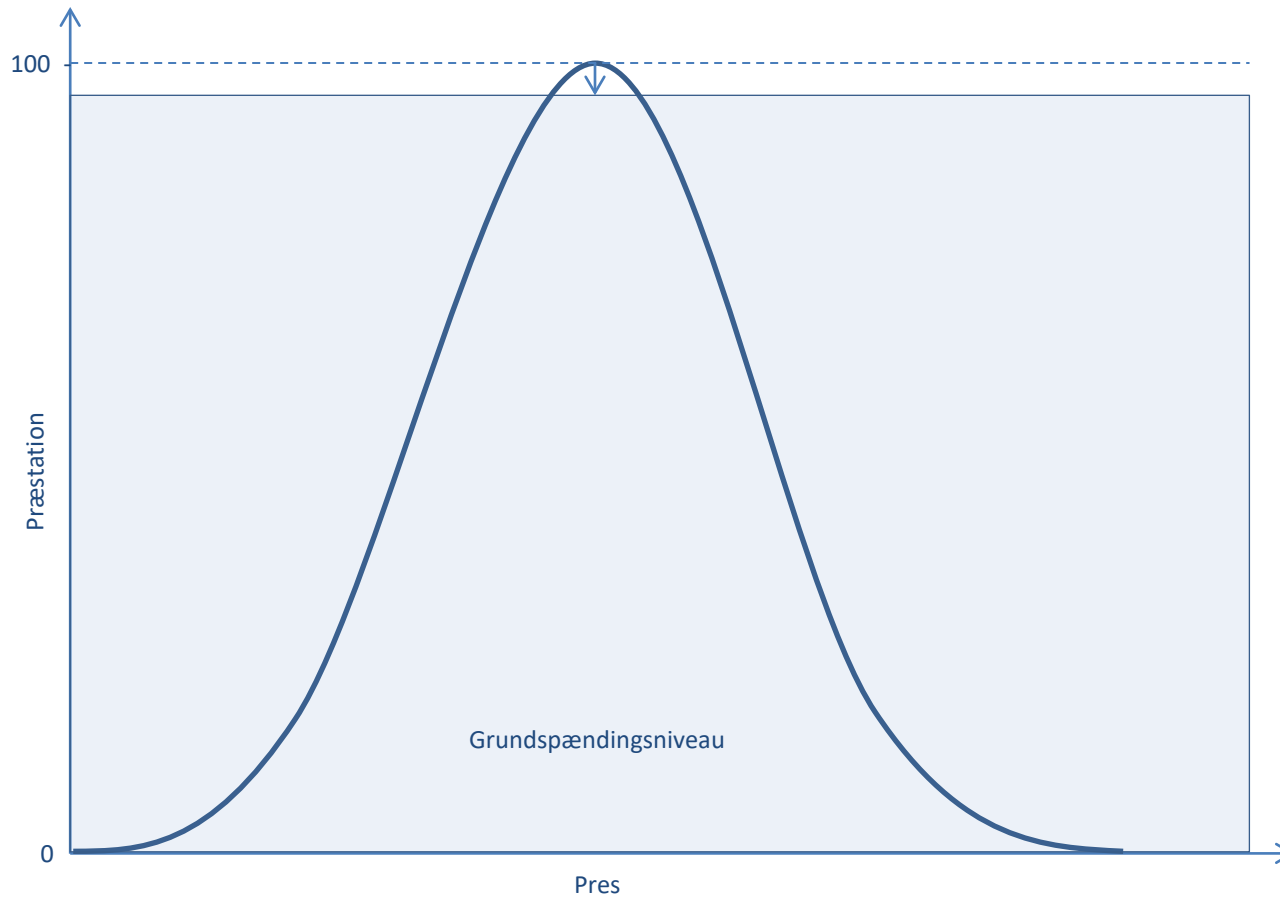
Stresskurve



Stresskurve med forhøjet grundspænding



Stresskurve med maksimal grundspænding



Ulykker i landbruget kan forebygges.

- Undgå langvarig stress- husk søvn og frihed
- Struktur og planlægning i arbejdet
- Hav ikke for travlt
- Tænk ulykken, før den sker
- Tal med medarbejdere om mulige risici for ulykker ” det er i dag, det kan gå galt”
- Vær opmærksom, når du arbejder (mobil)