

Beredskabsplan – PPR

En plan vi aldrig håber at få brug for !

Men skulle det ske, vil vi kunne håndtere situationen bedst muligt.

Hvordan forholder vi os, ved...

- Vold, mobning og chikane
- Akut sygdom
- Trafikuheld
- Tilskadekomne kollegaer
- Dødsfald

Ajourføring er vigtig

2 gange årligt, i forbindelse med P-møder i august og januar vil vi kort gennemgå planen samt opdatering af pårørende skemaer

Har du astma, allergi, epilepsi eller andre lidelser, som vi som kollegaer bør vide, så orienter herom og skriv det på pårørende skemaet i Tweety mappen. Det kan være vigtig information, hvis du pludseligt får det dårligt.

Actioncard: Vold, mobning og chikane

Hvis du eller en af dine kollegaer bliver udsat vold, mobning og chikane

Forebyggelse:

- Åben dialog: Det er et fælles ansvar at skabe et godt socialt miljø med god trivsel, hvor vi passer på hinanden og respekterer hinandens forskelligheder.
- Lave en vurdering af risikoen for arbejdsrelateret vold, trusler og anden krænkende adfærd i og uden for arbejdstiden.
- Drøft og evaluer alle episoder i MED, hvor der har fundet vold, mobning/chikane sted med det mål at justere eller ændre beredskab og retningslinjer.

Risikovurdering og retningslinjer:

- Forud for ethvert møde vurderer den enkelte medarbejder selv risikoen for om, der kan forekomme vold/trusler.
- Den enkelte medarbejder har selv ansvar for at tage de fornødne forholdsregler i forhold til risikoen, som f.eks. at tage en kollega eller en ekstern samarbejdspartner med, flytte mødet til forvaltningen
- Hvis man har erfaring for/viden om, at der kan være en risiko, er man forpligtiget til at orientere kolleger om dette.
- Vi er forpligtiget til som kolleger, i teams og i faggrupperne at være opmærksomme på, hvis en kollega bliver udsat for mobning/chikane. Ved mistanke om mobning/chikane tages en snak med kollegaen og leder orienteres efter behov.

Hvis skaden er sket:

Ved vold:

- Ingen ansatte må være alene efter at have været udsat for vold eller trusler om vold.
- Leder skal sørge for hjælp til at bearbejde oplevelsen, og den ansatte SKAL tage imod hjælpen.
- Leder skal registrere og anmelde episoden som en arbejdsskade – og evt. til politiet.
- Leder har sammen med arbejdsmiljørepræsentant og skadelidte ansvar for, at der laves en handleplan.

Ved mobning og chikane:

- Følg op og lav en aftale om, hvordan situationen bedst håndteres.
- Leder tilbyder psykologhjælp.
- De involverede medarbejdere udarbejder sammen med leder og arbejdsmiljørepræsentant en handleplan i forhold til den konkrete situation.

Generelt:

- Alle episoder, hvor en medarbejder udsættes for vold, trusler om vold, mobning eller chikane registreres og anmeldes som arbejdsskade.
- Medarbejdere har sammen med leder og arbejdsmiljørepræsentant ansvar for evt. at lave en handleplan og for at vurdere om episoden skal anmeldes til politiet.
- Evaluer og følg op på hændelsen sammen med de involverede og i MED:
 - Hvordan kan vi optimere fremtidig håndtering.
 - Hvordan kan vi optimere forebyggelse.

Actioncard: Akut sygdom / Blodprop, hjerneblødning eller diabetes

Hvis en af dine kollegaer pludselig udviser tegn på nedenstående

Blodprop i hjerte/hjerne og hjerneblødning

SYMPTOMER: Lammelse, talebesvær, forståelsesproblemer, synkeproblemer, blindhed halvdel af synsfelt.
Pludselige lammelser vil ofte være i dele af kroppen (specielt arme, ben eller ansigt) og ofte kun fra den ene side. Der er sjældent smerter.
Det kan være en blodprop i hjernen. Ring 1-1-2 og udøv førstehjælp efter behov.

SYMPTOMER: Pludselig og kraftig hovedpine.
Det kan være en hjerneblødning. Ring 1-1-2 og udøv førstehjælp efter behov.

SYMPTOMER: Kraftige smerter i brystet, åndenød, svimmelhed eller besvimelse.
Smerterne er individuelle. Det kan føles som om, der ligger en kampesten på brystet. Smerterne kan opleves at stråle ud i armene eller op i halsen eller kæben.

Symptomerne kan vare i flere timer og følges af: Matted, kvalme, opkastninger, åndenød, svimmelhed, koldsved og dødsangst.
Det kan være en blodprop i hjertet. Ring 1-1-2 og udøv førstehjælp efter behov.

Diabetes - for lavt eller for højt blodsukker

- hvis muligt lokaliser personens blodsuktermåler og mål værdien (sammenhold med personens middelværdi – se evt. i Tweety mappen)

FOR LAVT BLODSUKKER

- Øget sved
- Kold, klam og bleg hud
- Kraftig puls og hjertebanken
- Sultfølelse og svaghed
- Kan være forvirret og reagerer dårligt på tiltale
- Har overfladisk vejrtrækning
- Kan besvime

Giv noget sødt at drikke/spise, f.eks. æblejuice/honning.
Dette korrigerer hurtigt et lavt blodsukker og medfører ingen skade, hvis vedkommende har højt blodsukker.

FOR HØJT BLODSUKKER

- Tør hud
- Dyb, tung vejrtrækning
- Hurtig puls
- Personens ånde kan lugte af acetone
- Han/hun kan være meget tørstig
- Være uklar og forvirret
- Kan i sjældne tilfælde miste bevidstheden

Hvis vedkommende er bevidstløs: **Ring 1-1-2 og udøv førstehjælp efter behov.**

Ellers bør personen tage insulin og måle sit blodsukker efter en time.

Actioncard: Akut sygdom / Allergiske reaktioner

Hvis en af dine kollegaer pludselig udviser tegn på nedenstående

Allergiske reaktioner (anafylaktisk chok)

SYMPTOMER: Vejrtrækningsproblemer

Følelse af forsnævring og trykken i halsen og brystet, hæshed, åndedrætsbesvær

- Varmefølelse
- Hjertebanken
- Bleghed og koldsved
- Generel kløe
- Udslæt

Ring straks 1-1-2.

Sikre frie luftveje (bøj personens hoved let bagover og skub hagen frem). Hvis muligt giv adrenalin i sprøjteform, f.eks. epipen/antihistamin. Udøv førstehjælp (hjerte-lunge-redning), hvis personen mister bevidstheden

SYMPTOMER: Andre allergiske reaktioner

- Kløe på kroppen f.eks. i hovedbund, øregang, håndflader og fodsåler
- Slaphedsfølelse eller svimmelhed
- Uro og angst
- Bevidstløshed
- Kramper

Hvis reaktionen skyldes et insektstik:

Knyt et tøjstykke, bælte eller lignende hårdt oven for stikstedet. Det mindsker den videre spredning af det udløsende stof. Kontakt derefter læge/sygehus.

Udøv førstehjælp (hjerte-lunge-redning), hvis personen er bevidstløs og ring 1-1-2.

Actioncard: Akut sygdom / Epileptiske anfald

Hvis en af dine kollegaer pludselig udviser tegn på nedenstående

Epileptiske anfald

ET EPILEPTISK ANFALD KAN GIVE:

- Kramper
- Sitren
- Tyggebevægelser
- Fumlen
- Usammenhængende tale
- Rysten

Førstehjælp ved krampeanfald:

- Vær rolig, anfaldet gør ikke ondt og går ofte over af sig selv i løbet af 2-3 min. (tjek tiden, så du ikke blot skønner tiden)
- Beskyt hovedet mod stød og slag, læg f.eks. en trøje eller lign. under hovedet
- Fjern genstande personen kan slå sig på
- Hold ikke personen fast, det stopper ikke anfaldet
- Stik ikke noget i munden på personen – det ødelægger tænderne
- Bliv ved personen til bevidstheden er vendt tilbage og vedkommende kan klare sig selv
- Når kramperne ophører, lægges personen i stabilt sideleje
- Personen er ofte meget træt og forvirret efter kramperne
- Personen må ikke selv køre hjem !

Ring 1-1-2, hvis:

- En person får et krampeanfald, og personen ikke lider af epilepsi (kan være tegn på alvorlig tilstand)
- Hvis anfaldet varer mere end 5 minutter
- Der er tale om gentagende anfald, hvor personen kun kommer langsomt til sig selv
- Personen har åndedrætsbesvær efter anfaldet
- Personen er forvirret i længere tid eller ikke rigtigt er bevidst om sine omgivelser
- Personen er gravid
- Personen er kommet til skade eller viser tegn på sygdom

Actioncard: Akut sygdom / Astmaanfald

Hvis en af dine kollegaer pludselig udviser tegn på nedenstående

Astmaanfald

FØLGEVIRKNINGER AF ET ASTMAANFALD:

- Åndedrætsbesvær ofte med pibende og hvæsende vejrtrækning
- Hoste
- Angst og uro
- Blåfarvning af læber og ansigt
- Træthed
- Problemer med at tale pga. åndenød

Ved astmaanfald:

- Berolig personen – træk vejret dybt og roligt gennem næsen og pust ud via munden
- Hvis personen har akut luftvejsudvidende astmamedicin: Hjælp vedkommende med at tage 2-3 pust/sug fra inhalatoren
- Hvis det ikke hjælper efter ca. 5 minutter: gentag inhalationen
- **Hvis der ikke er bedring efter ca. 10 minutter: Ring 1-1-2**

Actioncard: Trafikuheld

Hvis en af dine kollegaer bliver indblandet i et trafikuheld

Trafikuheld – hvis en af dine kollegaer bliver indblandet i et trafikuheld

Forebyggelse

- Kør altid efter forholdene – også selvom det betyder du bliver forsinket

Risikovurdering

- Vurder forholdene og kør efter dem

Hvis uheldet er ude:

- Kontakt og informer leder (alternativt den administrative medarbejder) og AMR. Herefter indberetter leder og AMR det som en arbejdsskade
- Leder sørger for at aflyse fornødne aftaler og orientere resten af afdelingen efter behov
Opfordre til at den tilskadedekomne søger læge
- Hvis en kollega ikke dukker op til et møde, skal man forsøge at kontakte vedkommende for at finde ud af, hvad der er sket. Hvis ikke det lykkes orienteres leder, som så forsøger at få fat i vedkommende (og hvis ikke leder får fat i vedkommende kontaktes pårørende jf. pårørendeskema)

Actioncard: Tilskadekomne kollegaer

Hvis en af dine kollegaer kommer til skade

Tilskadekomne kollegaer

Stop ulykken - vurder omfang – yde relevant førstehjælp – **herunder om der skal ringes 1-1-2**

Efterfølgende kontaktes pårørende i fornødent omfang

Leder skal orienteres og sørger for evt. mødeaflysning

Actioncard: Dødsfald

I tilfælde af, at en kollega dør, mens vedkommende er på arbejde, eller hvis vi bliver informeret om, at en kollega er død hjemme eller på sygehus

Dødsfald

HVIS DØDSFALDET SKER PÅ JOBBET: RING 1-1-2

1. Ring straks 1-1-2, medmindre beredskabspersonale allerede er tilkaldt
2. Kontakt nærmeste leder og informér om dødsfald
3. Nærmeste leder underretter de pårørende. Er nærmeste leder ikke tilstede, er det i stedet en anden, der underretter de pårørende jf. oplysninger i pårørendeskemaet.

Dette kommer til af ske (dog ikke weekend og helligdage)

- Nærmeste leder indkalder alle i afdelingen til fællesmøde. Er nærmeste leder ikke tilstede kontaktes overordnede leder
- Hvis alle ikke kan deltage, skal de, der ikke kan deltage i mødet, efterfølgende have telefonisk besked
- Der skal være plads til følelsesmæssige reaktioner fra alle

- Nærmeste leder kontakter HR Løn & Personale, som sikrer, at vi følger alle procedurer, regler og love i forbindelse med en kollegas dødsfald