

Alarmplan

Alarmplanen er en detaljert handlingsplan som kort og lettfattet beskriver hva som skal gjøres fra alarmen går og til redningsaksjonen er over. En god alarmplan kan være avgjørende for at redningsaksjonen skal lykkes.

Alarmplanen skal inneholde:

- Den som oppdager at en person er i fare, må med en gang varsle, slik at redningen kan komme i gang.
- Få andre opp på land, hvis ulykken har skjedd i vannet. Ved nakke-/ryggskade må bære brukes. Personer som ikke deltar i redningen må ikke være i veien og blir bedt om å gå i garderoben.
- Ved hjertestans må straks Hjerte-Lunge-Redning straks settes i gang. 1 – 1 – 3 sentralen ringes omgående. Vær kort og orienterende når du snakker. Si ifra hva som har hendt og oppgi nøyaktig adresse. (HVEM – HVA – HVOR)
- Driv med HLR til lege/ambulansespersonell overtar eller til personen har livnet til.
- En må stå ute og ta imot lege/ambulansen, og vise vei.
- Øving av alarmplanen bør skje før oppstart av trenings sesong eller når årlig prøve blir tatt.
- Orienter pårørende. Snakk med de andre som var tilstede ved ulykken.