

# Tjekliste til krisehjælp ved voldsom ulykke.



## Lige efter:

- Lederen:
- Mød op, det er nødvendigt ved voldsom ulykke eller akut sygdom.
  - Spørg kun om det helt nødvendige.
  - Undlad at kritisere den måde, de tilstedeværende har handlet på.
  - Rekvirer evt. psykologhjælp.
  - Vær opmærksom på selvbebrejdelse og skyldfølelse hos medarbejderne.
  - Understreg, at det ikke er nogens skyld.
  - Giv fri i nødvendig omfang.
  - Sørg for, at stærkt chokerede medarbejdere ledsages hjem, og sørg for, at de ikke efterlades alene.
  - Underret samtlige medarbejdere om, hvad der er sket og gjort.
  - Underret de pårørende og ledsag dem evt. til sygehus, hvis den skadesramte er indlagt.

## Kolleger:

- Sørg for ikke at være alene.
- Tal med hinanden om, hvad der er sket.
- Undlad at kritisere den måde, nogen har handlet på.
- Forsøg ikke at aflede opmærksomheden fra det, der er sket.
- Hvis du ikke kan finde på noget at sige til chokerede kollegaer, så nøjes med at være der, nærværet er i sig selv en hjælp.
- Hjælp chokerede kollegaer med praktiske ting, som afhentning af børn osv.
- Aftal et senere tidspunkt, hvor du kontakter kollegaer – der virker mærkede af situationen.

## Dagen efter:

### Lederen:

Informér de ansatte om, hvordan det går.

Sikkerhedsorganisationen behandler hændelsen for at forebygge lignende ulykker.

Informér evt. kollegaer, der er på ferie eller har fri. Det er relevant ved alvorlige ulykker/dødsfald.

Tag hensyn til ansatte, der har et særligt forhold til den ulykkesramte.

Vær opmærksom på medarbejdere der er særligt sårbare (unge).

Vis din deltagelse og spørg diskret til, hvordan det går.

Stil ikke spørgsmål om pågående psykologisk behandling, det er en privat sag.

Overvej evt. midlertidigt skånejob.

### Kollegaer:

Vis omsorg evt. ved besøg.

Tal åbent om det, der er sket.

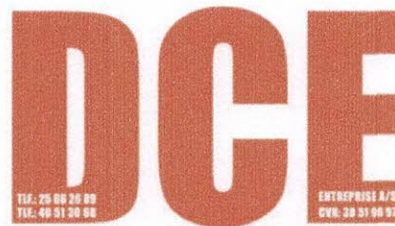
Vær imødekommende, men ikke omklamrende.

Giv evt. nysgerrige beretning uden dramatik.

Ved at have faste retningslinier, kan man imødegå forvirring og utryghed.

Det kan forværre situationen.

# Nødplan ved fald med faldsikringsudstyr fra højde:



1. Tilkald kolleger eller andre personer i nærheden.
2. Få lift/teleskoplæsser/kran/stige eller andet bragt til stedet, og få personen løftet/hejst op eller ned. (Det er vigtigt at personen ikke hænger for længe).
3. Ring 112 samtidigt  
Fortæl hvad der er sket  
Opgiv adresse og det tlf nr der ringes fra.  
Hav telefonen ved dig indtil hjælpen kommer frem.
4. Send en person efter førstehjælps udstyr
5. Send en person til at dirigere redningsfolk til stedet
6. Kontakt byggeledelse og fortæl hvad der er sket
7. Udøv psykisk førstehjælp, tal om hvad der er sket.

**Husk at man mister bevidstheden efter 10-15 min. når man hænger, så den rigtige hjælp er alt afgørende.**