

**Innstranda IL**

**Nordvik Bodø cup 2018**

**INSTRUKS FØRSTEHJELP**

**Nordvik**



<b>Kontaktpersoner</b>	Vegard	94313173
	Solrun	91154833

Alle som skal på dugnad må melde seg i førstehjelpsteltet ved gressbanen på Mørkvedlia

**Arbeidsoppgaver:**

- Vaktene skal ha på seg markeringsvest merket med FØRSTEHJELP
- Det skal noteres ned hva som er brukt av førstehjelpsutstyr, eget skjema i permen
- ALLE henvendelser skal registreres på eget skjema som ligger i permen, dette for å kunne evaluere behovet i ettertid
- Det skal utføres **ENKEL** førstehjelp som f.eks. med isposer, plaster, gnagsår m.m.
- Hvis man er usikker på skaden, skal legevakten eller nødnummer kontaktes.

**RING 113 eller LEGEVAKT 116117**

Førstehjelpsvaktene har ansvaret for sanitetsvesken som inneholder:

- Engangshansker
- Plaster
- Saks
- Bandasjer
- Kompresser
- Pyrisept
- Isposer
- Sportstape
- Vaskeservietter
- Compeed
- Pledd