

ACTION CARD "KOMPLIKATIONER", hvor der er behov for sundhedsfaglig person.

De to hyppigste komplikationer er næseblødning og besvimelse/utilpashed.

Når du som poder oplever disse komplikationer skal du gøre følgende.

1. Yde førstehjælp.

- Ved kraftig næseblødning sidder personen lettere foroverbøjet og klemmer om næsen.
 - o Se nedenfor.
 - o Hvis det fortsætter ud over 15 min følg retningslinjer jvf pkt 2.
- Ved besvimelse/utilpashed
 - o Sørg for at hjælpe personen
 - o Sæt personen ned på en stol eller lig personen ned på gulvet. Giv evt. lidt at drikke eller spise. Undgå at personen falder og slår sig.

2. Have telefonnumre på følgende:

- Telefonnummer til sygeplejerske i kommunen, som poderen kan kontakte ved behov i akutte situationer
- Telefonnummer til regionens akutberedskab, som kan kontaktes af sygeplejersken ved behov i akutte situationer
- Opmærksomhed på at ringe 112 i muligt livstruende situationer

3. Sikre at der er ført journal over hvilken komplikation som borgeren oplevede og hvad der blev gjort for at afhjælpe.

Sådan standser du selv næseblødning



- Man skal sidde oprejst med hovedet lidt forover for at undgå, at blod løber ned i halsen. Ellers er der risiko for, at man kan få det ned i luftrør og lunge
- Hvis du sidder oprejst og trykker næsen sammen fra side til side med hovedet let foroverbøjet, vil de fleste blødninger standse i løbet af nogle få minutter. Det er vigtigt, at du ikke slipper grebet, før der er gået 5-15 minutter
- For at standse blødningen hurtigere, kan du også forsøge at holde en kold klud over næseryggen eller at lade nogle isterninger smelte i munden