



NYHETSBREV NR 1

Bästa Ingmarsövän

Det här är det första nyhetsbrevet från byalaget. Vi hoppas att det ska vara en bra kanal att meddela sådant som är av gemensamt intresse på ön. I det här brevet kan du läsa om hur den hjärtstartare som nu finns på ön kan rädda liv.

När livet hänger på ett hår

Sedan i somras finns den så kallade hjärtstartaren på plats hos brandvärnets på Ingmarsö. Den kan utgöra skillnaden mellan liv och död om någon drabbas av hjärtstillestånd.

– Första gången vi använde den hjärtstartare vi fick till oss på brandkåren i Åkersberga räddade vi livet på en person.

Det säger Ola Lännevall, brandman på Åkersberga brandförsvaret och den som i slutet på november höll en kurs för brandförsvarskillarna på Ingmarsö om hur apparaten fungerar.

Defibrillatorn, som är den rätta benämningen, kan ge ifrån sig kraftiga elektriska stötar.

– Stötarna "återställer" hjärtat, ger det en puff för att vakna till liv, säger Ola.

Men apparaten kan så mycket mer.

Med hjälp av elektroder som placeras på bröstet analyserar den hjärtats tillstånd. Den talar sedan om vilka åtgärder som ska sättas in.

– Den kan inte starta ett helt dött hjärta men om det finns något liv i det, talar den om vad som ska göras.

Det handlar i första hand om två saker: det ena är defibrillering, de elektriska stötarna. Eller så ger den order om vanlig, manuell hjärtlungräddning – främst att man med kraftiga och regelbundna stötar med händerna trycker ner bröstet, så kallade kompressioner. Det är vanligt att de två åtgärderna varvas.

Så här gör du enligt SOS Alarm om en person i din närhet drabbas av hjärtstillestånd: ring 112 som larmar räddningstjänsten som i sin tur larmar alla nio personer som ingår i Ingmarsös brandförsvaret. Larm går också till sjukvården, främst räddningshelikoptern.

Via 112 får du vägledning om hur du själv ska göra i väntan på att någon av nio ska komma med defibrillatorn. Det handlar i första hand om hur du skapar fri luftväg och ger kompressioner.

Ön är stor, och det kan ta tid att få fram hjärtstartaren till den som är sjuk – är det då någon vits med den?

– Absolut, säger Ola Lännevall. Hjärtstartaren är det verktyg som brandkåren här i Åkersberga räddar flest liv med innan ambulansen kommer. Men det viktiga är att man själv följer instruktionerna som 112 ger medan man väntar på defibrillatorn. Kompressioner betyder mest.

Man trycker ner bröstet hårt, det kan knaka i revbenen. När man lättar på trycket mellan kompressionerna drar den sjuka in luft, och därför är det inte lika viktigt med inblåsningar, men det blir bättre resultat om man gör det, poängterar Ola.

Åkersberga brandkår åker på ca 20–30 befarade hjärtstoppslarm om året, men det är inte alla gånger "deffen" behövs. Första gången gällde det en kvinna som fallit ihop.

– Hon hade ingen puls och andades inte. Innan brandkåren kom dit efter att ha fått larmet från 112 kan det ha gått tio femton minuter.

Under den tiden hade personer på plats satt in hjärtlungräddning.



Postlåda 226 130 25 Ingmarsö Plusgiro 92 09 97-4

- Men utan den insatsen och hjärtstartaren hade hon inte överlevt. Hon besökte oss på brandstationen senare, och då hade hon fått en pacemaker inopererad, säger Ola Lännevall. Chefen för Ingmarsö brandförsvaret Per Eriksson var med på kursen som Ola höll i Åkersberga.
- Den var nyttig, men tyvärr kunde vi inte öva med vår egen defibrillator då den inte har något övningsläge. Även om olika apparater fungerar likadant ska vi försöka få till en genomgång av någon som kan just den hjärtstartare vi har.
- Per hälsar att den som har frågor är välkommen att ringa honom på 073-3522004. Defibrillatoren har köpts in av byalaget med bidrag från Ingmarsö-Brottö Kulturförening.

SOS Alarm väddar till var och en att ta reda på koordinaterna till sitt hus och skriva in dem i telefonboken så att de finns tillgängliga om olyckan är framme. Utifrån de uppgifterna landar helikoptern så nära huset det går. Den som inte har gps kan som regel få fram positionen genom att söka på Gula sidorna, kartor, gps-koordinat.

*Ingmarsö Byalag
genom Hans Sandström*

Byalaget har till ändamål att verka för bästa utveckling av gemensamma intressen på Ingmarsö.

Arbetet är möjligt tack vare frivilliga bidrag till Plusgiro 92 09 97-4