

## Blødninger

I speideren bruker vi ofte kniver, sag og økser, og de fleste speidere og speiderledere har nok opplevd en eller annen form for kuttskade. Dette kan ofte se veldig skummelt ut, men går i de aller fleste tilfeller veldig fint. I denne artikkelen skal jeg belyse litt hva en blødning er, hva som kan være farlig og enkle førstehjelpstiltak vi kan utføre.

Først og fremst kan de være greit å være klar over hva som faktisk skjer når vi kutter oss. I kroppen har vi tre typer blodårer; arterier, vener og kapillærer (hårrørsårer).

Arteriene er de store årene som leder blodet fra hjertet og ut til kroppen. Når disse kappes får vi det vi kaller for en pulsåreblødning, og disse er gjerne kraftige blødninger som pumpes ut fra såret. Vener leder blodet fra kroppen og tilbake til blodet. Dette er de store årene du kan se gjennom huden din på armen og foten. Når en vene kappes blir det ofte en stor blødning som renner sakte ut fra såret, men den er mye enklere å stanse enn en pulsåre blødning.

Kapillærene er de små minste årene i kroppen vår, i de aller fleste tilfellene er det disse som blir kuttet når vi for eksempel skjærer oss i fingeren. Kapillærene har vi svært mange av i det øverste hudlaget og spesielt i fingertupper og i ansiktet. Dette betyr at når en får et kutt her så kan det se veldig skummelt ut, selv om kuttet ikke ser spesielt dypt eller farlig. Disse blødningene er også enkle å stoppe.

En vanlig voksen person har cirka 5 liter blod i kroppen og kan faktisk miste opp til 0,7 liter før det begynner å bli farlig. Til sammenligning, når en gir blod i blodbanken gir en cirka 0,5 liter.

### Tiltak:

Enhver blødning følger de samme tiltakene, med noen små endringer. Ved små overflatiske kutt, skrubbsår og sår som ikke spriker mye:

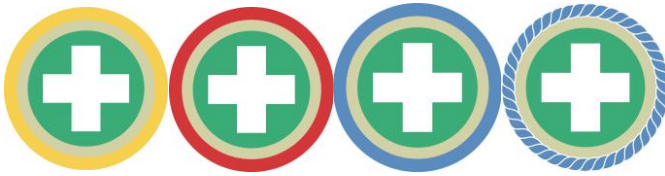
1. Rens såret godt, gjerne med rent rennende vann.
2. Legg på sterile kompresser og bandasjer over, observer at blødninger stopper.
3. Skift plaster etter to dager, så hver dag etter dette.
4. Hold bandasjen tørr og skift bandasje dersom det blør igjennom eller den blir våt.

Ved større blødninger som er vanskelige å stoppe:

1. Ta raskt tak i skadestedet og løft det over hjertehøyde. For eksempel dersom kuttet er i armen, løft armen over hodet.
2. Prioriter å stanse blødningen, legg på steril bandasje og bandasjer kraftig, slik at det blir et godt trykk mot skadestedet, bruk gjerne en hard gjenstand til å presse mot kompressen.
3. Ta kontakt med lokal legevakt eller 1-1-3 for videre hjelp og behandling.

Noen ting som kan være lurt å huske på:

Kutt i ansiktet bør ofte vurderes av lege med tanke på syng for å unngå stygge arr. Alle kutt som fremstår som dype og spriker mye bør også vurderes av lege av samme grunn. Kutt som eventuelt skal sys må sys innen 6 timer.



Kutt som er sterkt forurenset av for eksempel av jord bør vurderes av lege eller på telefon til legevakt, men tanke på stivkrampevaksine. Ved kutt forårsaket av dyrebitt eller menneskebitt bør en også kontakte legevakt for vurdering.

Dersom det står noe igjen inne i såret, som for eksempel en kniv, glasskår eller lignende, skal du ikke fjerne dette. Bandasjér rundt og forsøk så godt du kan å kontrollere blødningen. Ta kontakt med legevakt eller 1-1-3 for videre hjelp.

Store blødninger kan føre til en livstruende tilstand som kalles for sirkulasjonssvikt, og det kan derfor være lurt å være klar over symptomene på dette:

- Kald, klam og blek hud
- Rask pustefrekvens
- Kaldsvette
- Forvirret pasient

De aller fleste kuttskader er enkle å håndtere, og dersom du er i tvil så kan du alltid ta kontakt med lokal legevakt for å spørre om råd.

*Tekst: Anders Christoffersen*