**REFERAT FRA MEDLEMSMØTE I VIVESTAD BYGDEKVINNELAG 20.09.2018**

**Sted: Bygdestua, Sagatun.**

**Vertinne: Unni Beate Holtskog**

**Tema for møtet var hjerte-/lungeredning v/Røde Kors**

Nestleder Karin Rustad kunne ønske velkommen til 17 damer og spesielt til Geir Varholm, leder i Re Røde Kors. Karin ga ordet til Geir Varholm som holdt et interessant foredrag om hva vi kunne gjøre hvis vi kom ut for en skadesituasjon og hvordan vi skulle forholde oss. Det nytter å kunne litt førstehjelp.

Ved skadestedet er det viktig å få overblikk over situasjonen

1. Tidlig varsling – 1 1 3 – sett mobilen på høyttalende
2. Tidlig hjerte- og lungeredning
3. Tidlig bruk av hjertestarter
4. Tidlig medisinsk behandling

Varsling 1 1 3:

* Behold roen
* Si hvem som ringer
* Si hvor du ringer fra
* Opplyse om hva som har skjedd

Pasientundersøkelse:

* Hva har skjedd – er pasienten våken - frigjøre luftveier – puster pasienten normalt – varm/kald hud

Blås regelen:

* Bevissthet
* Luftveier
* Åndedrett
* Sirkulasjon (blodomløp)

Prøve stabilt sideleie:

* Nærmeste arm rett opp
* Den andre armen over og under øret
* Motsatt kne opp
* Trekk pasienten mot deg ved å ta tak i kneet
* Juster hodet for å sikre frie luftveier

Gjennomgang hjertestans:

* Ring 1 1 3
* Start m/30 brystkompresjoner – ca 10 kompresjoner på 6 sek. Ned ca 5-6 cm med brystet
* Gi 2 innblåsinger
* Fortsett med 30 – 2

Etterpå var det mulighet til å prøve brystkompresjon på annedukke

Karin takket Varholm for interessant gjennomgang og overrakte Godt drikke bok.

Karin informerte videre om

* Invitasjon fra Andebu bygdekvinnelag til 90 års jubileum den 28. sept. Ambjørg Akerholt og Wenche Mathisen representerer vårt lag.
* Årsmøte 25. oktober. Saker som ønskes tatt opp på årsmøte må være sendt skriftlig inn til leder Ambjørg Akerholt innen 4. oktober.

Unni Beate Holtskog serverte nydelig firkløverkake m/krem og kaffe/te.

Loddsalget innbrakte kr 990,-.

Anne Ka Munkejord fortalte fra inspirasjonskvelden i regi av Vestfold bygdekvinnelag den 19. september.

Karin takket Unni Beate som vertinne for møtet og ønsket vel hjem.

Margot L. Krøglid, sekr.

