

Sjukvårdsutrustning

Följande utrustning och läkemedel är ett förslag som var och en utifrån specifika situationer måste använda med omdöme. Skepparen, eller den som är utsedd som sjukvårdsansvarig har det hela ansvaret för hur dessa hanteras ombord på den egna båten, vilket författaren av dessa sidor inte kan ansvara för.

1: Sjukvårdsväskan/boxen.

Område	Innehåll	Detaljer	Antal
<u>Bas</u>	Handskar	M+L	1 ask
	Handsprit	250ml	2
<u>Diagnostik</u>	Blodtrycksapparat		
	stetoskop		
	ficklampa/pannlampa		
	termometer		
	otoskop		
	träspatel		
	tops		100
	urinstickor		
	böcker		
<u>Återupplivning</u>	Andningsballong		1
	masker	Set om 3 strl	1
	svalgtuber	Set om 3 strl	1
	sugkateter		3
	O2 och sug		1
	hjärtstartare		1
<u>Sårvård:</u>	Absförband	10x20	5
	gasbinda		
	elastisk binda	8 cm + 10cm	5 av varje
	fingertutor	Skinn M+L	1 av varje
	Förband typ tegaderm		5
	Förband typ duoderm		5
	kirurgtape	Olika sorter	1 av varje
	kompresser	7x10	30
	plåster	förp	2
	Steristrips, suturtape	Förp olika strl	3 av varje
	tubförband arm, ben huvud	3 olika storl	1 av varje
	Sax o pincett platt		1
	Nacl spolvätska	10-20ml	10
	handskar	M+L	10 av varje
	engångspruta	10 ml	3

<u>Sutur:</u>	nålförare		1
	Nålar med tråd	3:0, 4:0, 5:0	2 av varje
	Pincett hak, sax		1
	handskar	M+L	10 av varje
	klorhexidin	100ml	1
	kompresser		20
	skalpell		5
	rakhyvel		5
<u>Ortopedi:</u>	immobiliseringsskena	Olika strl	1 set
	kylbandage		3
	ortos för knä, handled, fotled		1 av varje
	dauerbinda	8 cm	5
	halskrage	ställbar	1
	Traumeel	salva	1
<u>Brännskador:</u>	kortisonsalva	stark	1 tub
	salvkompress		10
	stora kompresser		10
	spolvätska i kylskåp	1000ml	1
<u>Infusion:</u>	venflon	Olika strl	6
	aggregat		3
	Rehydrex	500ml	2
	handskar	M+L	10
	spritkompresser		10
<u>Läkemedel:</u>	kanyler	Olika strl	5 av varje
	sprutor	5+10+20 ml	5 av varje
	handskar	M+L	10
	spritkompresser		10
	ampuller	???	
<u>Tand:</u>	Tandlagningssett, Cavit		1
	handskar	M+L	4
	tandläkarspegel		1
<u>Blåsa:</u>	handskar	M+L	4
	katetrar	Olika strl	2 av varje
	xylocaingel	100ml	1
<u>Malariaprofylax</u>	Care Plus Deltametrin-impregnerat http://www.myggnat.se/index.html	myggnät	Till alla

2: Läkemedel

Syfte	Generisk namn	Preparatnamn	Styrka/form	Mängd
<u>Smärta:</u>	Paracetamol	Alvedon	Tabl 500mg	100
	Diklofenac	Voltaren	Tabl 50mg	100
	Morfin		Tabl 10mg	20
	Lidocain/Prilocain	Emla	kräm	100gr tub
	Xylocain		gel	100ml
	Lidocain	Xylocain	Inj 10mg/ml	5x 20ml
<u>Infektioner:</u>	Amoxicillin/Clavulansyra	Spektramox	Tabl 875mg	100
	Levofloxacin	Tavanic	Tabl 500mg	100
	Klindamycin	Dalacin	Tabl 300mg	100
	Metronidazol	Flagyl	Tabl 400mg	50
	Ekonazol	Pevaryl	Vag 150mg	3
	mjölksyrebakterier	Lactal	vag	30
<u>Allergi:</u>	Adrenalin	Epipen	Inj 0,3 gr	2
	Betametason	Betapred	Tabl 0,5	100
	Loratadin	Clarityn	Tabl 10mg	100
	Terbutalin	Bricanyl	Tabl 5mg	50
<u>Diarre:</u>	Loperamid	Imodium	Tabl 2mg	100
	Vätskeersättning		påsar	30
<u>Förstoppning:</u>	Makrogol	Forlax	Dospåsar 10gr	100
	Natriumpikosulfat	Laxoberal	Dr 7,5mg/ml	1 flaska
<u>Magsår:</u>	Omeprazol		Tabl 20mg	50
<u>Hud:</u>	Hydrocortison		Kräm 1%	Tub stor
	Betametason	Betnovat	Kräm 0,1%	Tub liten
	Diclofenac	Voltaren	Gel 11,6mg/g	Tub stor
<u>Ögon:</u>	fucidinsyra	Fucithalmic	Ögondr 1%	100 endos
<u>Öron:</u>	Hydrocortison Oxytetracyclin	Terracortril polimyxin B	örondr	1 tub
<u>Näsa:</u>	Oximetazolin	Nezeril	Spray 0,5mg/ml	1 flaska
<u>Sår:</u>	Klorehexidin lösning		1-2mg/ml	100ml
	Klorhexedin sprit		5mg/ml	100ml
<u>Siösjuka:</u>	Skopolamin	Scopoderm	Plåster 1mg	100
	Meklozin	Postafen	Tabl 25mg	30

	Dimenhydranat	Calma	Tuggummi 20mg	100
	Metoklopramid	Primperan	Tabl 10mg	30
<u>Trauma:</u>	Traumeel salva			Stor tub
<u>Malaria:</u>	Mygg A		myggstift	många
	Proguanil+Atovakvon	Malastad	T 250/100mg	50
<u>Oro, ångest</u>	Oxazepam	Sobril	5mg	30
<u>Infusioner:</u>	Rehydrex		infusion	500mlx10

Manual till läkemedelsboxar förslagsvis utskriven och plastat i lådan

Smärta:

1. Lätt smärta, feber:

- Paracetamol 500 mg 1-2x4, barn 25-40 kg ½-1x4 max.

2. Måttlig smärta, feber: som ovan plus:

- Diklofenak, 50 mg 1x3, vuxna och barn över 16 år

3. Svår smärta: som ovan plus:

- Morfin 10 mg 1-2x4-6. Individanpassas efter ålder, kroppsvikt och smärta.

OBS! ej kombinera med alkohol/sedativa.

OBS! Om skallskada/kontusion med avsvimning mer än några minuter, eller misstanke om inre blödning i bålen, ge inte Voltaren!

Infektioner:

1. Amoxicillin/Clavulansyra 875/125mg (Spektramox) är oftast första handsalternativ

Vuxna och barn ≥ 40 kg, rekommenderade doser:

- standarddos: (för alla indikationer) 2 ggr/dag i 7-10 dgr
- högre dos (öron, bihålor, nedre luftvägsinf, urinvägsinf): 3 ggr/dag i 7-10 dgr

Spektramox är indicerat för behandling av nedanstående infektioner hos vuxna och barn

- Bihåleinflammation
- Urinvägsinfektion nedre och övre
- Djurbett
- Tandinfektion
- Skelett- och ledinfektioner
- Akut otitis media (mellanöra)
- Bronkit
- Lunginflammation

2. Levofloxacin 500mg är oftast andra hands alternativ (Amoxicillin har ej fungerat, förmodar resistent bakterier, påverkat allmäntillstånd)

Bihåleinflammation	500 mg x 1	10-14 dagar
Bronkit	500 mg x 1	7-10 dagar
Lunginflammation	500 mg x 1-2	7-14 dagar
Njurbäckeninfektion	500 mg x 1	7-10 dagar
Övre urinvägsinfektion	500 mg x 1	7-14 dagar
nedre urinvägsinfektion	250 mg x 1	3 dagar
Prostatit	500 mg x 1	28 dagar
Hud-mjukdelsinfektioner	500 mg x 1-2	7-14 dagar

3. Allvarlig bukinfektion: misstanke om blindtarmsinfektion tex

Levofloxacin 500 mg x 1 + Spectramox 875 mg 1x2 i 10 dagar + Flagyl 400mgx2

Mycket allvarlig tillstånd, snarast transport till sjukvårdsinrättning, begär medical advice

4. Svampinfektion i vagina:

Laktal vaginaltabl x 2 i några dagar

Vagitorium Pevaryl x1

Allergi:

1. Lätt allergisk reaktion, bett av sandloppa:

- Clarityn 1 tabl/dag, kan upprepas dagl i några dagar

2. Måttlig allergisk reaktion: som ovan plus:

- T. Betapred 10-15

3. Svår allergisk reaktion: som ovan plus:

- Lägg ner personen med benen i högläge

- EpiPen (autoinjektor) i låret

Diarré:

- Loperamid: 2tabl sedan 1 tabl efter varje tarmtömning tills det slutar, max 8 t/dygn.

- Vätskeersättning: blanda 1 l vatten med 2 msk socker och ½ tsk salt

- Levofloxacin: 500 mg x 1 i 3 dagar. OBS! Om diarre med feber och/eller blod

Förstoppning:

- 1-3 Forlax pulver med vätska. Kan upprepas nästa dag och användas förebyggande

- Laxoberal 10-20 droppar i nödfall

Magsår

- Omeprazol 20 mg x 1 upp till 4 veckor eller vb, frikostigt i förebyggande syfte

Hud:

- Lätt allergi, utslag, eksem: Hydrokortison

- Svårare utslag, eksem: Betametason

- Klåda efter myggbett: Diklofenak gel OBS! kan ge solkänslighet

Ögon:

- Fucithalmic 1 drx2 vid kladdig/varig infektion, fortsatt 2-3 dgr efter symtomslut

Öron:

- Terracortril med Polimyxin B vid infektion i hörselgången

Näsa:

- Nezeril nässpray vid nästäppa, max 1 vecka

Sår:

- Klorhexidin lösning för sårrengöring
- Klorhexidin sprit för rengöring av intakt hud

Sjösjuka:

- Skopolamin (Skopoderm) plåster bakom örat i 3 dagar
- Meklozin (Postafen) 1 tabl 1 timme före avresa, upprepas var 12. timme
- Dimenhydranat (Calma)tuggummi när illamåendet kommer, tugga 15 min, kan upprepas om 30 min
- Metoklopramid (Primperan) 1 tabl max 3 ggr dagl

Trauma:

- Traumeel salva: skada med intakt hud, stukning, kontusion

Malariaprofylax:

-Proguanil+Atovakvon (Malastad):

Profylax:

påbörjas 24 eller 48 timmar före ankomst till malariaendemiskt område

fortsätta under hela vistelsen, som inte ska överstiga 28 dagar

fortsätta i 7 dagar efter det att området lämnats.

Behandling:

4 tabletter Malastad en gång dagligen under tre på varandra följande dagar.

Oro, ångest:

- Oxazepam 5mg 1tabl vb, kan upprepas efter några timmar
- OBS!! ej kombination med alkohol, beroendeframkallande

Infusion:

Vid allergisk chock eller annat chocktillstånd eller vätskeförlust ge 500ml iv



Hälso- och sjukvård ombord : en handbok för sjukvårdande befäl

av *Dan Edman, Ingegerd Snöberg*

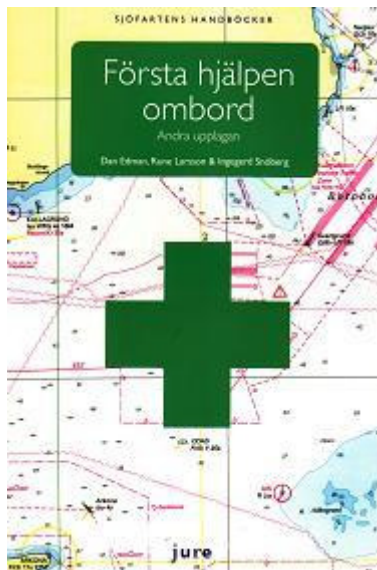
332 KR

Vid akuta sjukdomar eller olycksfall på fartyg, där det inte finns någon läkare eller sjuksköterska anställd, måste besättningen själva kunna ge vård med den kunskap och utrustning som finns ombord. Tele Medical, som finns runt om i världen, kan hjälpa till med rådgivning av en legitimerad läkare, var än fartyget befinner sig. Den medicinska rådgivningen kan ske vid vilken tid som helst på dygnet.

Hälso- och sjukvård ombord är indelad i nio kapitel där vi inleder med praktiska moment som beskriver de åtgärder, som läkaren på Tele Medical kan komma att ordinera efter kontakt. Kapitel 2 beskriver vanligt förekommande sjukdomar. Kapitel 3-5 behandlar psykiska hälsoproblem, ögon- och tandproblem. Kapitel 6 beskriver skeppsapotekets uppbyggnad enligt sjukvårdförfattningen samt journalföring. Boken avslutas med kapitel om förlossning, dödsfall samt vaccinationer.

Boken är avsedd att användas i sjukvårdsutbildningen Medical Care (STCW-koden, Table A-VI/4-2). Den kan läsas i sin helhet, men också användas som en handbok vid olika sjukdomstillstånd eller utförandet av praktiska moment. Boken lämpar sig även för fritidsseglare och långseglare som önskar sig djupare kunskaper om sjukvård till sjöss. Mycket av bokens innehåll är av allmän karaktär och passar därför även vid andra typer av sjukvårdsutbildningar.

Hälso- och sjukvård ombord kan med fördel läsas tillsammans med **Första hjälpen ombord** som behandlar principen L-ABCDE, vanliga förekommande skador och sjukdomar samt allmän nedkylning (hypotermi). Bägge böckerna behandlar sjukvården ur ett "ombordperspektiv".



Första hjälpen ombord

av *Dan Edman, Rune Larsson, Ingegerd Snöberg*

288 KR

Första hjälpen ombord är en hand- och kursbok i akut omhändertagande vid olycksfall och grundläggande sjukvård, särskilt framtagna med utgångspunkt från de speciella förhållanden som råder ombord på fartyg.

Sjöfartsverkets skrift om sjukvård om bord på alla sorters fartyg:

<http://www.sjofartsverket.se/upload/SJOFS/00-021.pdf>

Mycket omfattande sammanställning av både sjukvårdsmaterial och läkemedel.

Besättningen sjukvårdkunskap får styra vad som är lämpligt att ta med.

Olika färdiga väskor

- Watski väskan

**Marine Race Kit
100754**



The image shows the Marine Race Kit 100754, which is a red and black first aid kit. It is open, revealing various medical supplies inside, including bandages, gloves, and other first aid materials. The kit is designed for marine use and is compact and easy to carry.

Sårbehandling 8 st Textilplåster 10 x 6cm 2 par Engångshandskar 1 st Elastisk gasbinda 8 cm x 4m 1 st Första förband 8 x 10 cm 10 st Kompresser 10 st Sårsvävtare	Fraktur / Spricka 1 st Aluminiumfilt 2 par Engångshandskar 1 st Mitella 1 st Kylvåse
Blödning 1 st Zinktejp 5m x 2,5cm 2 par Engångshandskar 10 st Sårsvävtare 1 st Första förband 10 x 12cm	HLR 1 st Mun till mun mask 2 par Engångshandskar 1 st Kylvåse
Ögonbehandling 2 st Ögonskölj 10ml 1 st Ögonskölj 100ml	Brännskador 2 st Kyl-gelé 4 gr 1 st Kyl-spray 125 ml 1 st Kyl-gelékudde 10x10 cm 2 par Engångshandskar
Extra 1 st Spegel 1 st Broschyr 1 st Pincett 1 st Fästingplockare 1 st Sax 2 st Spjälkpinnar 1 st Dynamolampa 1 st Brandfilt 90x90 cm 1 st Reflexväst	

- Tyska återförsäljare, kanske billigare

Vanliga akutväskor:

<http://www.praxisdienst.com/en/Emergency/Bags+and+backpacks/Emergency+kits+and+ruksacks/>

Specialare för sjöfart:

www.seadoc.de