

MÅNADSBREV November 2008

För en tid sedan fick jag frågan om jag fortfarande var engagerad i ”dom där bokstavskurserna”. Det tog en stund innan jag förstod innebörden av frågan, tills det gick upp ett ljus; TNCC, ENPC, MIVT, AVPU, SAMPLE, CIAMPEDS, FOCA, DOPE etc. etc.

Det gav upphov till månadsbrevet för november – så fort tiden gått. Tycker att det nyss var sommar och varmt och nu befinner jag mig i ett iskallt blåsigt norrland och halkan närmar sig med faslig fart, vilket brukar betyda att vi får en nygammal typ av skademekanism; skador p.g.a. blixthalka och dåligt väglag.

Men åter till frågan - vad är syftet med alla dessa förkortningar?

Svaret är enkelt. Det är för att man ska fungera med hjälp av sitt undermedvetna i stressiga situationer. Vi är inte bara sjuksköterskor, undersköterskor, läkare m.fl. som ingår i ett trauma- eller akutteam – vi är helt vanliga människor också. Vanliga människor – oavsett erfarenhet - använder tänket som grund till sina handlingar. I normala situationer kan detta fungera mycket bra, men när det bränner till, när man upplever att man inte hinner med, är rädd att missa något etc., då kommer tunnelseendet och de normalt fungerande tankarna ställer till det ordentligt.

Vi känner alla till de fysiska och kognitiva tecknen på stress; svettning, takykardi, ökad andningsfrekvens, tappar ord och begrepp man använder dagligen, ser inte vad den närmaste kollegan gör, hör inte vad andra säger m.m. Hjärnan arbetar frenetiskt för att komma fram till vad man ska göra – och då slutar man jobba rationellt.

Man kan med en relativt enkel strategi komma ur den onda cirkeln av stress som ger irrationella tankar som ytterligare späder på stressen som till slut gör att vi blir helt handlingsförlamade eller ”stridsutmattade” som är ett bra begrepp, lånat från den militära sfären. Man tar ett djupt andetag, blåser ut långsamt och blundar. Sen tar man fram sina minneslappar som vi nöter in under våra standardiserade och inte minst systematiska utbildningar inom trauma respektive vård av sjuka barn. Här kommer några exempel

Få maximalt ur en överrapportering

MIVT Mekanismen (skademekanismen),
 Identifierade skador
 Vitala parametrar
 Terapi på plats

Bedöma medvetandegraden

AVPU Alert x 3 (tid, rum, person)
 Verbal
 Pain (svarar på smärta)
 U för okontaktbar

Ta upp en bra anamnes/historik

SAMPLE Symtom
Allergi
Medicinering