

## UNDERAFKØLING

Det kan være vanskeligt at hjælpe en underafkølet person. Når kropstemperaturen falder, kan personen ikke bruge sine muskler som han vil, og han kan måske ikke koordinere sine bevægelser. Han kan blive omtåget og uklar, således at han ikke forstår en simpel instruktion, dvs. at han måske ikke selv kan montere en redningskrans. Hvis han er svært underafkølet, er han bevidstløs.

For den videre behandling og mulighed for overlevelse er det vigtigt at have oplysninger om ulykken.

### Underafkølede, der er ved bevidsthed (let til moderat hypotermi)

Symptomer	Egen evne til opvarmning
<b>Let underafkøling:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kraftige kulderystelser</li> <li>• Ukoordinerede bevægelser</li> <li>• Sludrende/hurtigtsnakkende/desorienteret</li> </ul>	<b>God</b>
<b>Moderat underafkøling:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muskelsitren</li> <li>• Svækket bevidsthed</li> <li>• Mærkelig adfærd</li> <li>• Store pupiller</li> </ul>	<b>Begrænset</b>

## Behandling

1. Bring personen indenfor i et rum med almindelig stuetemperatur
2. Tag det våde tøj af ham
3. Pak ham ind i uopvarmede tæpper eller flere lag tørt tøj
4. Giv ham varme, kalorierholdige drikke (ikke alkohol, kaffe eller te), hvis han uden besvær kan synke
5. Han må ikke ryge
6. Hold ham under opsyn til han er opvarmet
7. Kontakt eventuelt Radio Medical



## Underafkølede, der er bevidstløse (svær hypotermi)

Symptomer	Egen evne til opvarmning
<b>Svær underafkøling:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Stivhed</li><li>• Svage eller fraværende livstegn</li><li>• Ingen reaktion på smertestimuli</li><li>• Store pupiller</li><li>• Eventuelt hjertestop</li></ul>	<b>Mangler</b>

## Behandling af bevidstløse med og uden vejtrækning

1. Bring personen indenfor i et rum med almindelig stuetemperatur
2. Giv ilt, 9 liter/minut på Hudson maske
3. Tag forsigtigt det våde tøj af ham (tøjet klippes op)
4. Undgå at flytte for meget rundt eller bakse med ham.  
Begynd ikke at massere arme og ben. Det øger risikoen for hjertestop.
5. Pak ham ind i uopvarmede tæpper (et eventuelt folietæppe inderst mod kroppen)
6. Tjek for vejtrækning i 10 sekunder (se-lyt-føl efter vejtrækning). Hvis der ikke er vejtrækning, startes HjerteLungeRedning (30 tryk + 2 indblæsninger eller 15 liter ventilationpose/maske).
7. Transportér ham vandret, hvis han skal flyttes
8. Hold ham under opsyn
9. Kontakt Radio Medical

Det kan være vanskeligt at afgøre, om en meget underafkølet person er død, eller han blot er ”skindød”. ”Skindød” vil sige, at den nedkølede er uden bevidsthed, og han reagerer ikke på smerter. Du kan ikke umiddelbart registrere hans vejtrækning og puls, og lemmerne er stive af kulden.

### Hjertestarter:

Hvis der er en hjertestarter om bord, anvendes denne. Hvis personen er svært underafkølet, bruges den kun én gang. Herefter slukkes maskinen, og der fortsættes med HjerteLungeRedning. Hjertestarteren bruges igen, når personen er blevet varmet lidt op.

### Husk:

Kroppen klarer sig uden iltforsyning i meget længere tid, når den er underafkølet, dvs. du skal fortsætte med HjerteLungeRedning længere tid end du måske ellers ville.