



2020-03-29



ÖBK hjärtstartare

Här kommer en skriftlig sammanfattning som rör klubbens hjärtstartare.

Det inträffar 10 000 hjärtstopp per år. Då medelåldern på klubbens medlemmar är relativt hög så har klubben därför investerat i två hjärtstartare.

Du finner dem på följande ställen:

1) I **vaktstugan** finns den ena. Det är uppmärkt med skylt på dörrens utsida. Den är även upplagd på hjärtstartarregistret (www.hjartastartaregister.se, sök på "österhaninge båtklubb"). Instruktioner finns i väskan där den är uppsatt. *När du går vakt eller besöker vaktstugan, kolla att den gröna dioden blinkar som den skall.* Med jämna mellanrum behöver batterierna och elektroder bytas. Kontakta styrelsen om den blinkar med annan färg än grön och/eller om den ger ifrån sig pipande signaler.

2) Den andra hjärtstartaren finns i den **vänstra toaletten på klubbholmen** (Ängsholmen position WGS84: 59°5'1.2"N 18°24'36.0). Även där är finns det en skylt på dörrens utsida. Instruktioner finns i väskan där den är uppsatt. Styrelsen har valt att *inte* lägga ut den på hjärtstartarregistrets hemsida på grund av rädsla för stöld då toaletterna alltid är öppna. Hjärtstartaren *tas ut i samband med vår-rustningen* av klubbholmen och *tas in i samband med höst-städningen*.

Kom ihåg att *vi alla* har ansvar att se till att hjärtstartarna fungerar. Då de innehåller avancerad elektronik så talar de om när något är fel genom att pipa eller blinka. Går du vakt eller sitter på klubbholmens dass och du märker du att den ger ifrån sig ljud eller blinkar med en annan färg än grön, hör omedelbart av dig till någon i styrelsen.

En bra idé är att redan nu ta reda på hur de fungerar och hur du skall göras om olyckan är framme. Du hittar bra instruktionsfilmer på webben, se nedan.

1) Så använder du en hjärtstartare (SOS Alarm)

<https://youtu.be/RzXiqKBROKM>

2) Utbildning vuxen HLR med hjärtstartare (Hjärt Lungräddning) 10min

<https://youtu.be/AoKpbvt2Dew>

Kom ihåg att det är bättre att göra NÅGOT än inget alls om din klubbkompis får hjärtstopp!

/Styrelsen