



Sjøfartsdirektoratet  
Norwegian Maritime Authority

# N Ø D G U I D E



# FØR SKIPET FORLATES

MAYDAY MAYDAY MAYDAY

## NØDPROSEDYRE

For maritim VHF

Nødprosedyre for fartøy med VHF uten DSC starter på punkt 2

### 1. NØDALARMERING

- Trykk inn rødt DSC knapp og hold den inne til senderen aktiveres (velg DSC i menyen dersom tiden tillater det)

### 2. NØDKALLING (KANAL 16 TELEFONI)

- MAYDAY MAYDAY MAYDAY
- Dette er
- Fartøyets navn 3 ganger og kallesignal
- MMSI-nummer

### 3. NØDMELDING (KANAL 16 TELEFONI)

- MAYDAY
- Fartøyets navn, kallesignal og MMSI-nummer
- Fartøyets posisjon
- Hva slags nød?
- Hvilken hjelp behøves?
- Antall personer om bord og andre viktige opplysninger

### FONETISK ALFABET

A Alfa	G Golf	M Mike	S Sierra	Y Yankee
B Bravo	H Hotel	N November	T Tango	Z Zulu
C Charlie	I India	O Oscar	U Uniform	Æ Ægir
D Delta	J Juliet	P Papa	V Victor	Ø Ørnulf
E Echo	K Kilo	Q Quebec	W Whiskey	Å Ågot
F Foxtrot	L Lima	R Romeo	X Xray	



## VARME KLÆR

- ! Ta så mye klær på som mulig før du forlater båten - også godt fottøy
- ! Vær sikker på at tøyet dekker hodet, hals, hender og føtter.
- ! Bruk om mulig tettsittende klær, slik at du unngår at kaldt vann strømmer gjennom klærne.
- ! Ta på redningsdrakt.



### Redningsdrakt



### FARER

De fire største farer du utsettes for når du forlater skipet i nødssituasjoner er:

PANIKK  
KULDE  
TØRST  
SULT

# FORLAT SKIPET

## NÅR DU FORLATER SKIPET BØR DU UNNGÅ Å BLI VÅT

Prøv å komme i redningsbåten eller i flåten uten å komme i vannet først.



## HVIS DU ER NØDT TIL Å HOPPE I VANNET - HUSK

- 1 Hopp alltid i vannet med bena først
- 2 Hopp fra lavest mulig høyde
- 3 Hold redningsvesten inn mot kroppen. Sørg for at vesten ikke slår opp under haken når du treffer vannoverflaten (Spesielt med harde vester)
- 4 Unngå å hoppe ned i redningsbåten eller flåten.
- 5 Hopp i vannet så tett på redningsbåten eller flåten som mulig.



## ENTRING AV REDNINGSFLÅTEN

- 1 **Kapp** utløserlinen/fanglinen med kniv og kom deg bort fra det synkende skipet.
- 2 **Se** etter andre i vannet. Bruk redningsringen til å hjelpe andre inn til flåten.
- 3 **Kast** ut drivankeret.
- 4 **Lukk** overtrykksventilen med gummiproppen som henger ved siden av ventilen. Dette gjøres når redningsflåten er ferdig oppblåst.
- 5 **Følg** bruksanvisningen.

**!** Kapp linen



### BEVAR HÅPET

Bevar håpet om at du blir reddet og overlever!

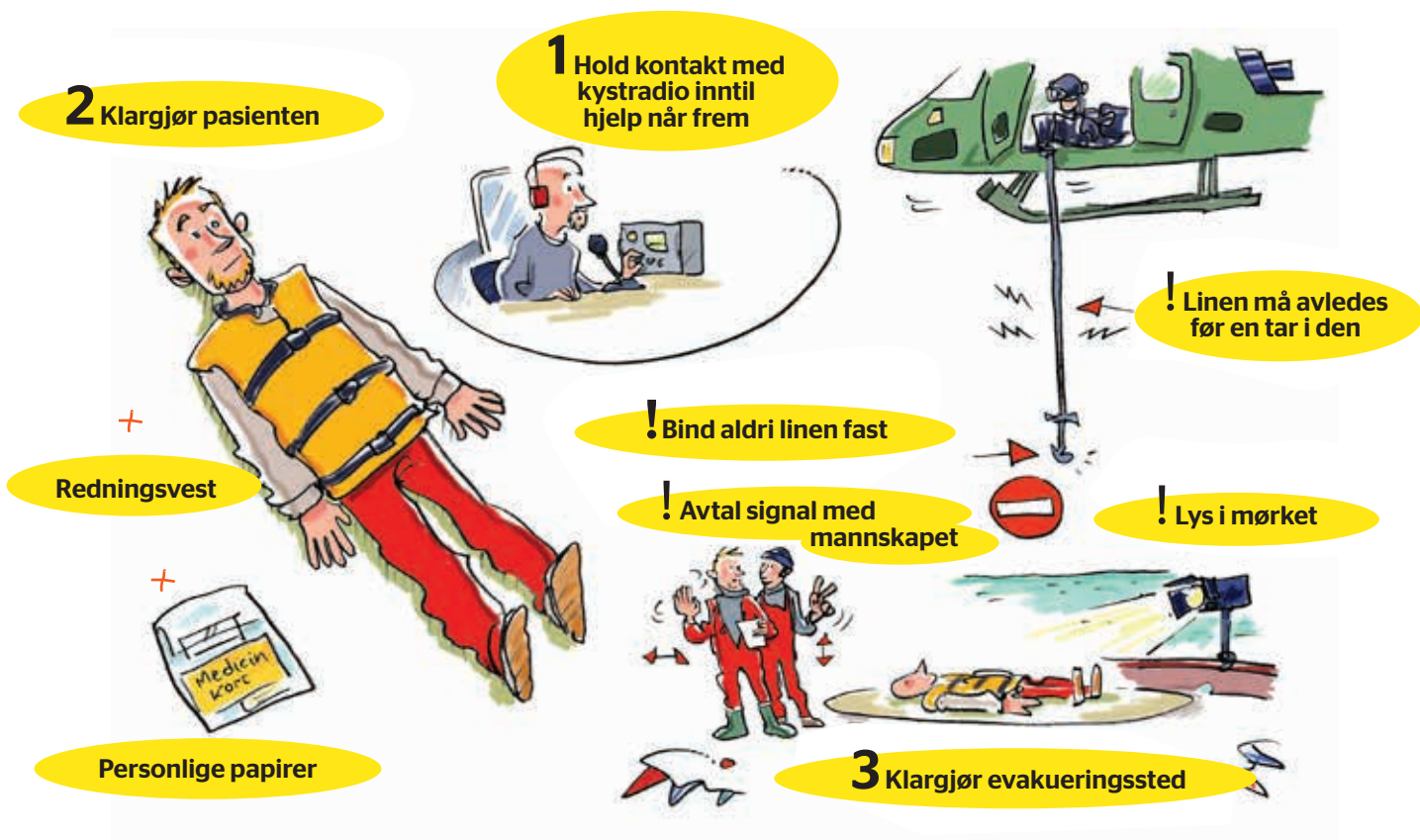
Det forbedrer dine sjanser og forlenger tiden du kan overleve inntil du blir reddet.

Din egen vilje til å overleve, kan bety forskjellen på liv og død.

# EVAKUERING

## FØR HELIKOPTERET ANKOMMER

- 1** Lytt til kystradiostasjonen på en nødfrekvens eller annen frekvens.
- 2** Pasienten klargjøres:
  - a** Hensiktsmessig påkledning etter forholdene.
  - b** Ha på redningsvest.
  - c** Personlige papirer innpakkes i vanntett innpakning og følger med pasienten
  - d** Opplysninger om eventuell behandling og/eller medisinerings om bord skal medbringes pasienten.
  - e** Plasser pasienten slik at vedkommende kan evakueres raskt når helikopteret ankommer.
- 3** Evakueringsstedet klargjøres.



## EVAKUERING DIREKTE FRA SKIPET

- ! **Det** kan bli nødvendig å fjerne bommer, antenner, flagg eller andre hindringer på evakueringsstedet.
- ! **Radarer** slås av og roterende antenne stoppes.
- ! **Ved** evakuering om natten, belys oppsamlingsstedet best mulig.
- ! **Ved** evakuering vil det være et høyt støynivå.
- ! **Avtal** alle nødvendige signal mellom mannskap før helikopteret ankommer.
- ! **Vær** oppmerksom på ikke å blende piloten.
- ! **Linen** må avledes for statisk elektrisitet før en tar tak i den (kontakt med vann først)
- ! **Hold** styreline unna hindringer.
- ! **Bind** aldri styrelinen fast.

## EVAKUERING FRA REDNINGSFLÅTE ELLER JOLLE



Enkelt løft



Dobbelt løft



Båreløft

- ! **Ved** evakuering fra redningsflåte eller jolle, skal denne gjøres klar til å settes ut hurtig.

# BRANN

**1** **Redd** mennesker, evakuer personell

**2** **Kontakt** kystradioen

**3** **Slukk** brannen

**!** **Slå** inn brannalarmen  
(3 toner med min. 10 sek. varighet, gjentatt min. 3 ganger)

**!** **Lukk** alle luker, spjeld, takvinduer mm.

**!** **Stopp** ventilasjonsanlegg.

**!** **Fjern** trykkflasker.

**!** **Stopp** hovedmotor (brennstofftilførsel, ved brann i maskinrommet).

**!** **Slå** på stasjonært slukningsanlegg (ved brann i maskinrommet).

**!** **Slokk** ilden ved hjelp av brannslukningsutstyr.

**!** **NB:** Hold oversikt!

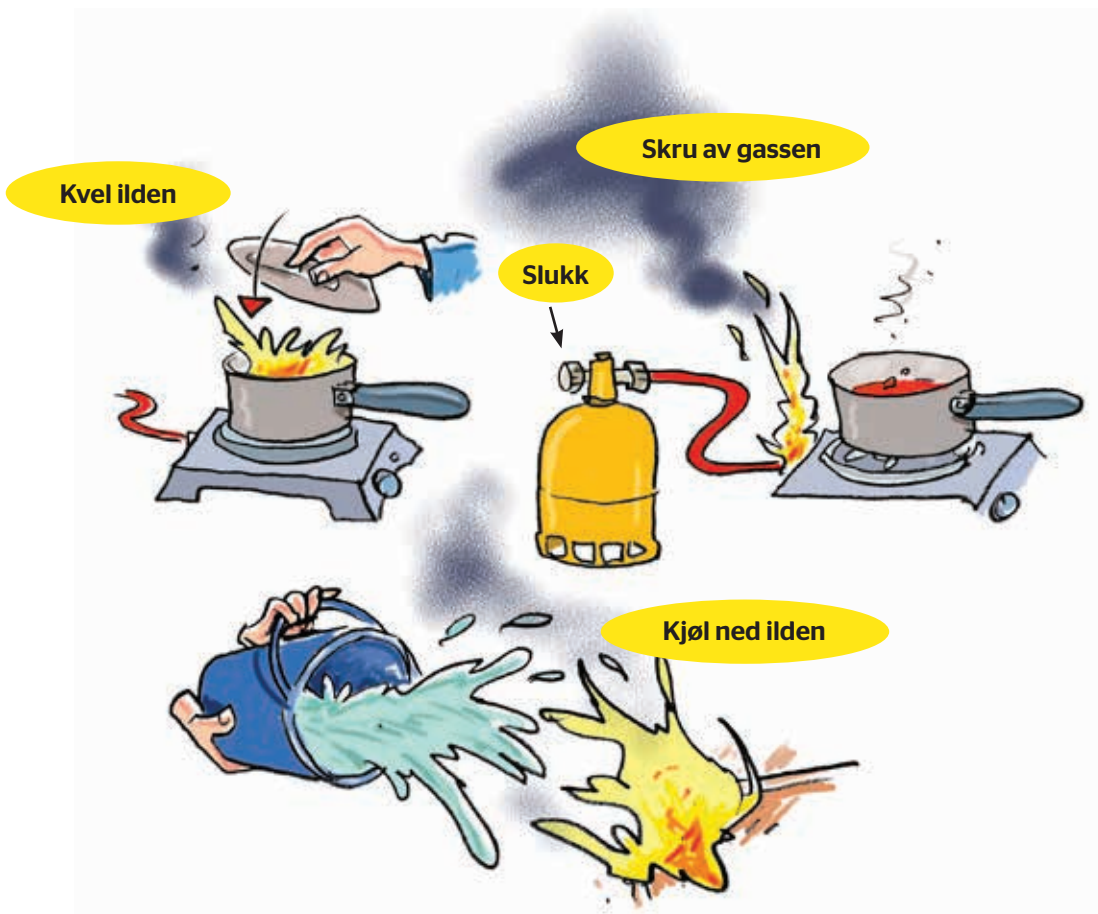


**1** **Redd mennesker**

**2** **Kontakt kyst-  
radiostasjonen**



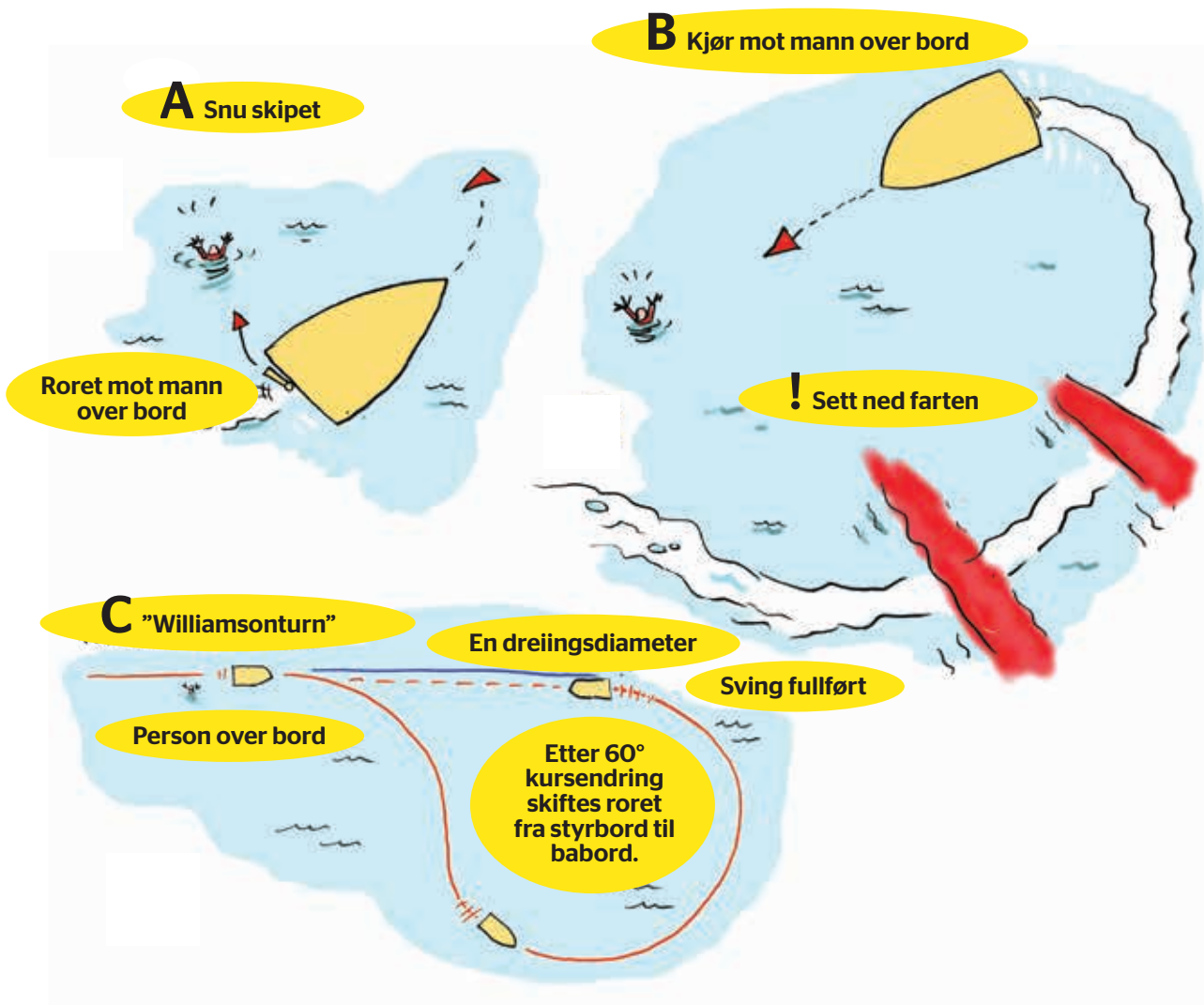




# MANN OVER BORD

## GJØR FØLGENDE VED MANN OVER BORD MENS SKIPET ER I FART

- 1** **Sving** skipets akterende bort fra den som har falt over bord.
- 2** **Legg** straks roret over mot den siden som vedkommende falt over bord fra.
- 3** **Fortsett** å dreie helt til baugen peker mot personen.
- 4** **Sett** ned farten når en har kommet halvveis i tønnet.
- 5** **Hvis** en ikke kan se personen som har falt over bord - bruk "Williamsonturn".
- 6** **Da** blir det lettere for fartøyet å finne tilbake til samme utgangsposisjon.



# MANN OVER BORD

## VED MANN OVER BORD

- 1 Rop** så høyt du kan **"MANN OVER BORD"** og **"STYRBORD"** eller **"BABORD"**.
- 2 Kast** livbøyen over bord. Det er et håp om at personen som falt over bord kan få tak i den, samtidig som stedet han falt over bord blir merket av. Da blir det lettere for ettersøkerne.
- 3 Slå** alarm til broen.



## SLIK BRUKER DU LIVBØYEN



# NEDKJØLT (MODERAT)

- ! **Det** kan være vanskelig å hjelpe en nedkjølt person. Når kroppstemperaturen faller, klarer ikke personen å bruke musklene sine som han vil og han klarer ikke å koordinere bevegelsene sine.
- ! **Personen** kan være omtåket og uklar, slik at enkle instruksjoner som å ta på seg redningsvest ikke forstås. En svært nedkjølt person kan være bevisstløs.
- ! **For** den videre behandling og mulighet for overlevelse er det viktig å få opplysninger om hva som har skjedd (om ulykken).

## NEDKJØLT (MODERAT)

### SYMPTOMER

#### Lett nedkjølt

- ! Kraftig skjelving
- ! Ukoordinerte bevegelser
- ! Pratsom  
Snakker fort  
Desorientert

### EVNE TIL EGEN OPPVARMING

God

#### Moderat nedkjølt

- ! Muskelrykninger
- ! Svekket bevissthet
- ! Urasjonell adferd
- ! Store pupiller

Begrenset



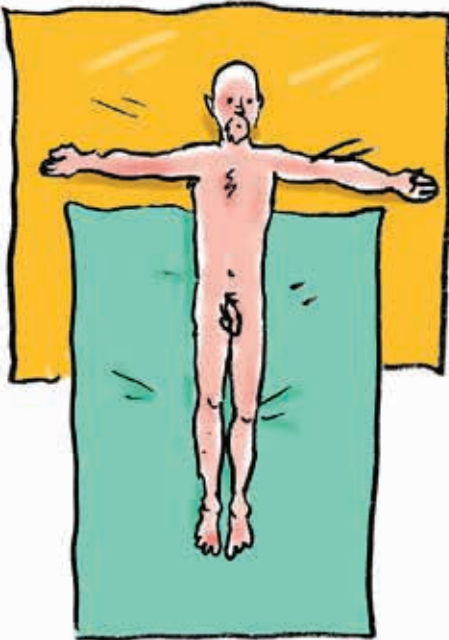
# NEDKJØLT (MODERAT)

## BEHANDLING

- 1** Ta personen inn i et rom med normal romtemperatur.
- 2** Ta av de våte klærne.
- 3** Pakk personen inn i et oppvarmet teppe eller i flere lag med tøy.
- 4** Gi varm, kaloriholdig drikke (ikke alkohol, kaffe eller te), hvis personen uten problem kan svelge.
- 5** Den nedkjølte personen må ikke røyke.
- 6** Hold personen under oppsikt til vedkommende er oppvarmet.
- 7** Kontakt radio Medico

**1** Kroppen pakkes inn i ett teppe

**2** Neste teppe omslutter armer, hodet og overkroppen



# NEDKJØLT (SVÆRT)

## NEDKJØLT

SYMPTOMER	EVNE TIL EGEN OPPVARMING
<b>Svært nedkjølt</b> <ul style="list-style-type: none"><li>! Stivhet</li><li>! Svake eller fraværende livstegn</li><li>! Ingen reaksjon på smertestimuli</li><li>! Store pupiller</li><li>! <math>\downarrow</math> hjertestopp</li></ul>	<b>Mangler</b>

## BEHANDLING AV BEVISSTLØSE MED OG UTEN ÅNDEDRETT

- 1** **Ta** personen inn i et rom med normal romtemperatur.
- 2** **Gi** oksygen, 9 liter/minutt
- 3** **Ta** forsiktig av de våte klærne.
- 4** **Unngå** å flytte for mye på personen. Ikke begynn å massere armer og ben. Det øker risikoen for hjertestans.
- 5** **Pakk** personen inn i tepper eller flere lag med tørt tøy, som ikke må være oppvarmet på forhånd. (Eventuelt folieteppe innerst mot kroppen)
- 6** **Sjekk** om personen har åndedrett i 10 sekunder (**SE-LYTT-FØL ETTER ÅNDEDRETT**). Hvis ikke det er åndedrett, start med **hjerte- og lungeredning (30 TRYKK + 2 INNBLÅSNINGER)**
- 7** **Transporter** personen vannrett hvis vedkommende skal flyttes.
- 8** **Hold** personen under oppsikt.
- 9** **Kontakt** radio Medico

! **Transporter personen vannrett og forsiktig inn i et rom med romtemperatur**

! **Klipp av vått tøy**

! **Ikke masser personen**

! **Gi oksygen og hjerte-og lunge redning**

! **Hold personen under oppsikt**

! **Kontakt Radio Medico**



# NEDKJØLT (SVÆRT)

## BEHANDLING AV BEVISSTLØSE MED OG UTEN ÅNDEDRETT

Det kan være vanskelig å avgjøre om en veldig nedkjølt person er død eller "skinndød". "Skinndød" vil si at personen er i en tilsynelatende livløs tilstand, har fortsatt blodsirkulasjon, men reagerer ikke på smerte. Du kan ikke umiddelbart registrere åndedrett og puls, og lemmene er stive av kulde.

## VED HJERTESTANS

Hvis det er en hjertestarter om bord, anvendes denne. Hvis personen er svært nedkjølt, brukes den kun én gang. Deretter skrur maskinen av og en fortsetter med Hjerte Lunge Redning, dersom det ikke kan påvises puls. Hjertestarteren brukes igjen, når personen er blitt litt mer oppvarmet.

## HUSK

Kroppen klarer seg uten oksygentilførsel i lang tid når den er nedkjølt, dvs. du skal fortsette med Hjerte Lunge Redning lenger enn du kanskje ellers ville gjort.

! Kroppen klarer seg uten oksygentilførsel i lengre tid ved nedkjøling



### RADIO MEDICO

Satellitt kortnr 32

Tlf: +47 51 68 36 01

Fax: +47 51 68 36 20

E-post: [advice@radiomedico.no](mailto:advice@radiomedico.no)

**SJØFARTSDIREKTORATET**  
NORWEGIAN MARITIME AUTHORITY

Postboks 2222, N-5509 Haugesund  
Smedasundet 50A, N-5528 Haugesund  
Tlf: +47 52 74 50 00  
Telefax: +47 52 74 50 01  
E-post: [post@sdir.no](mailto:post@sdir.no)

**[www.sdir.no](http://www.sdir.no)**