

Løft og bæring af såret



Filmene tager udgangspunkt i arbejdssituationer, hvor det ikke altid er muligt at benytte egnede tekniske hjælpemidler, og hvor løft og bæring derfor må ske med kroppen som det primære redskab:

- løft og slæbning
- tomandsløft
- løft ud af kommandørhul
- løft genne topluge på pansret mandskabsvogn

Filmene følges op af spørgsmål, der kan bruges til at diskutere forebyggelse af belastninger under øvelse og ved militærtjeneste.

Tilbage til [temaforside](#)

Spørgsmål til filmene

• A. Risici ved tunge løft

Løft og forflytning af en såret person er i sagens natur en tung byrde. Derfor er man altid nødt til at tage højde for de forhold, som kan gøre enhver tunge byrder til en belastning for kroppen:

1. Rækkeafstand
2. Foroverbøjning
3. Løft under knæhøjde
4. Løft over skulderhøjde
5. Hurtige løft
6. Skæve løft og vrid
7. Bære rundt på tunge ting

Spørgsmål:

- Hvilke af disse forhold er der risiko for i filmene? Hvorfor?
- Hvilke af disse forhold møder du på din egen arbejdsplads i forbindelse med løft og bæring?

• B. Særlige risici ved løft af en såret person

Opgaven med at flytte en person adskiller sig fra andet tungt løftearbejde ved at være uforudsigeligt med risiko for pludselige, store belastninger og hensyn til personen. Den sårede kan bevæge sig pludseligt og give uventede belastninger,

- den sårede spænder imod eller er stiv i leddene,
- personen er i store smerter, som kan forværres af berøring eller bevægelser,
- personen er i chok, og modsætter sig hjælp og vejledninger,
- den sårede skal flyttes under trange pladsforhold, uhensigtsmæssige underlag, kulde og træk.

Spørgsmål:

- Hvilke af disse forhold er der risiko for i filmene? Hvorfor?
- Hvordan kan man forberede sig bedst muligt, så uventede belastninger og hensyn ikke giver skader?
- Hvad kan der ske, hvis man ikke forbereder sig?

• C. Betydningen af tidspres ved forflytninger og løft af personer

Tidspres og andre uhensigtsmæssige arbejdsforhold som ujævnt underlag, trange forhold, kulde og træk er vilkår ved mange forflytninger og løft af sårede, og risikoen for belastningsskader

stiger.

Spørgsmål:

- Hvilke effekter kan tidspres have på situationerne i filmene?
- Hvad skal man være opmærksom på, når man laver en forflytning af en skadet på ujævnt underlag?
- Hvordan kan I forberede jer, så I ikke bliver skadet, hvis I skal lave en forflytning under tidspres og/eller andre u hensigtsmæssige arbejdsforhold?

• D. Tekniske hjælpemidler og metoder

Som ved andet løftearbejde skal man så vidt muligt benytte egnede tekniske hjælpemidler, når man skal løfte eller forflytte en såret og være instrueret i løfteteknikker.

Spørgsmål:

- Hvilke tekniske hjælpemidler ville kunne mindske belastningen i de enkelte film?
- I hvilke situationer kan det være nødvendigt ikke at bruge tekniske hjælpemidler ved forflytning af såret?
- På hvilke måder bruger personerne i filmene deres kroppe, så de undgår overbelastning?

[Download PDF med spørgsmålene](#)

[Tilbage til temaforside](#)

Andre film og dialogmateriale i temaet



Tunge løft og bæring

Vi har her samlet seks instruktionsfilm, der sætter fokus på løft og bæring af tunge byrder.



Manuel udskiftning af hjul

Manuelt, teknisk arbejde, kan medføre mange gentagne bevægelser og akavede arbejdsstillinger, hvor man ikke har mulighed for at flytte sig. Det der lidt teknisk hedder ensidigt belastende arbejde.



Op- og nedstigning af førerhus

Op- og nedstigning fra køretøjer kan belaste knæene og ryg og give varige skader. Det er derfor vigtigt at skåne kroppen mest muligt ved op- og nedstigning, særligt når det er langt og op ned.



Trange arbejdspladsforhold

I filmene her er der to eksempler på opgaver, som kun kan løses under trange arbejdspladsforhold: Udskiftning af log i bunden af et Dianaklasse-skib og teknisk arbejde på kommandobro.



Forsvar din krop som soldat

Film om de særlige fysiske krav, man kan møde som soldat, risikoen for overbelastninger og betydningen af at styrke af den fysiske parathed og træne specifikt på de praktiske opgaver, man kan møde i felten.

Download tema

Hent hele temaet i en [samlet PDF](#)