

Forfrysninger, dykkersyke, høydesyke, kuttskader, brudd og dyrebitt

På kurs i villmarksmedisin lærer du å håndtere akutte skader og hendelser som skjer i naturen og utenfor allfarvei.

Fastlege Sverre Håkon Evju i Narvik er sammen med kollega Benjamin Lischner primus motor for kurset i villmarksmedisin som er helt nytt i Norge. Kursopplegget er bygget på det amerikanske konseptet **Advanced Wilderness Life Support (AWLS)** og er tilpasset nordiske forhold.

– AWLS-kurset har eksistert i mange år i USA og er tilknyttet University of Utah. Jeg er glad for at vi nå kan tilby dette kurset her hjemme, sier Evju. Kollega Benjamin Lischner hadde AWLS med seg på flytte-lassen da han kom fra USA til Norge. Begge har gått i lære i USA og er godkjente kursinstruktører. Evju har alltid vært aktiv i naturen, i form av jakt, ski, toppturer, dykking og litt klatring. Dette har sammen med akuttmedisinsk interesse medført entusiasme for villmarksmedisinen.

– Kurset har bred appell og er slett ikke kun for de som er hektet på ekstremsport. Det er et praktisk matnyttig kurs til alle allmennleger og legevaktsleger, spesielt ute i distriktene, påpeker Evju.

Praktiske øvelser i naturen

Vi lever tett på naturen i Norge, og folk er mer aktive og mer ute i naturen enn tidligere. Mange oppsøker eksotiske, ekstreme opplevelser som kan føre til at de utsettes for fare.

– Når akutte skader og hendelser skjer ute i naturen, må helsearbeidere ofte hjelpe til i

situasjoner vi ikke er spesielt trent til. På kurset lærer deltakerne hvordan de skal behandle, transportere og prioritere akutt syke eller skadde personer i utfordrende omgivelser og med begrenset utstyr til rådighet, forteller Evju.

Tenk deg at du har legevakt, fagalarmen går, og du får melding om at muligens to til fem skikjørere er tatt av snøskred i en fjellside 15 minutter unna. Hva kan du om snøskred, egen sikkerhet, hypotermi, forfrysning, stabilisering, primær- og sekundær undersøkelse? Hva tar du med deg? Hva gjør du når du kommer frem til ulykkesområdet? Hvordan skal du prioritere?

Stabilisering og transport

AWLS er et 25 timers kurs, hvorav halvparten består av forelesninger og gruppeøvelser. Den resterende tiden brukes på praktiske øvelser. Forelesningene dekker et bredt spekter av de problemstillinger som medisinsk praksis i et villmarksmiljø innebærer. Kurset er praktisk orientert med trening på behandling av akutte skader eller sykdom man vil kunne komme ut for i naturen. Store deler av kurset foregår derfor utendørs. Behandling av forfrysninger, dykkersyke, drukning, høydesyke, kutt- og bruddskader, dyrebitt og nedkjølinger er blant emner kurset tar for seg. I tillegg trenes det på stabilisering og transport i vanskelig terreng. Praktiske øvel-



Sverre Håkon Evju brenner for villmarksmedisinen.
Foto Lisbet T. Kongsvik

ser i å lage bære med det man har av utstyr til rådighet er også en del av kurset. For eksempel ski og liggeunderlag og trening i å spjelke brudd og gi nakkestabilitet. Teoriundervisningen blir øvd på og brukt i den praktiske treningen.

– Med det økende antall skredulykker i Norge de senere årene er spesielt nedkjøling og frostskaader et tema vi bruker god tid på, sier Evju.

Men villmarksmedisinen kan like gjerne komme til nytte rett utenfor stuedøren som utenfor allfarvei. Klokken 02:30 en natt i desember ble Evju tilkalt. Pasienten lå i en brøytekanal utenfor julebordlokalet, hadde høy promille, brukket arm og hypotermi og forfrysning. Dette illustrerer bredden i faget, påpeker han.

Det første kurset i villmarksmedisin ble holdt i Narvik i mars 2012 med svært god tilbakemelding fra kursdeltakerne. Dette var det andre kurset i Europa. Det første ble arrangert i Nord-Sverige, i Abisko sammen med svenske kolleger. Nå er et nytt kurs på trappene. Det avholdes i Narvik i juni 2013. Kurset er godkjent som emnekurs for allmennleger.

– Villmarksmedisin er en medisinsk disiplin med økende interesse i hele verden. Kurset tilbys ikke bare leger, men også andre helsearbeidere som ambulansearbeidere og sykepleiere. Tverrfaglig samarbeid er viktig i akuttmedisinen, sier Evju som håper på stor påmelding til kurset i juni.

Lisbet T. Kongsvik

lisbet.kongsvik@legeforeningen.no
Kommunikasjonsavdelingen



Kursdeltakerne trener på å stabilisere en skadet person før transport ned fra fjellet. Foto Privat