



Vägledning vid elolycka

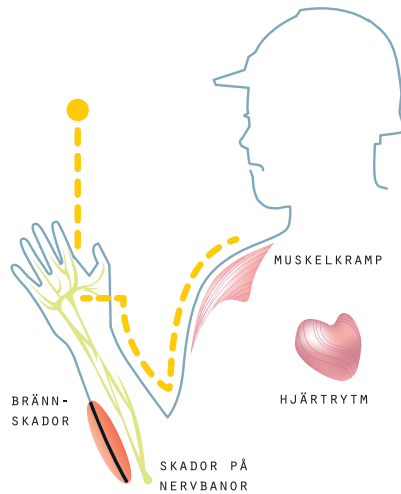




I den här broschyren finns information om vad du behöver tänka på om en elolycka inträffar. Du får övergripande vägledning i hur du ska agera om du plötsligt befinner dig i en akut situation där någon skadats, och du får veta vad du behöver tänka på i efterhand om du själv har råkat ut för en elolycka. Dessutom finns råd om hur det går att förebygga att elolyckor över huvud taget inträffar.

Informationen vänder sig i första hand till dig som jobbar i elbranschen, men den är även till för alla som vill få kunskap om riskerna med elektrisk ström och veta vad man ska göra om olyckan är framme.

Varje år sker över 300 elolyckor i Sverige.
Men mörkertalet kan vara stort. Enligt under-
sökningar som Elsäkerhetsverket har genomfört
bland elyrkesmän är det endast ett fåtal som
anmäler till sina arbetsgivare om de har fått
ström genom kroppen.



Vad händer i kroppen när du får ström i dig?

Kroppen leder ström. Att befinna sig i en miljö där det finns risk för att komma i kontakt med spänningsförande föremål är därför livsfarligt. Vid högspänning kan det räcka med att komma i närheten för att en olycka ska inträffa.

Strömgenomgång kan bland annat leda till

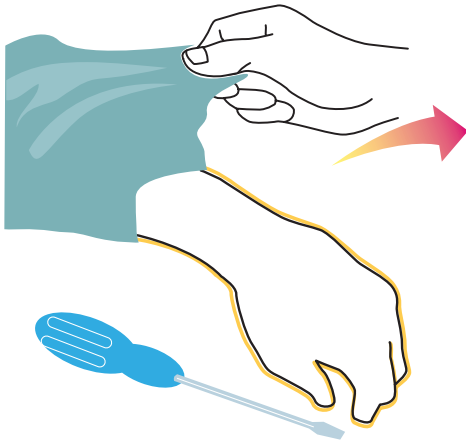
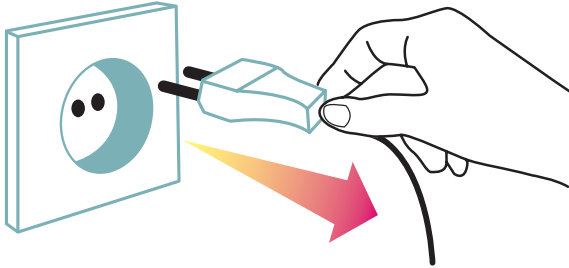
- brännskador
- muskelkramp och vätskeförlust
- skador på nervbanorna
- påverkan på hjärtrytmen.

Hur omfattande skadorna blir påverkas till exempel av

- hur stark strömmen är
- hur länge kroppen utsätts för strömmen
- hur stor yta på kroppen som kommer i kontakt med strömkällan.

Det är också avgörande vilken väg strömmen går genom kroppen – om den passerar hjärtat är dödsrisken stor.

Akut



Vad ska du göra om en elolycka inträffat?

Om någon råkat ut för en elolycka:

- Bryt strömmen!
- Om det inte går att bryta strömmen – berör inte bar hud, utan dra i kläder eller använd ett icke-ledande föremål mellan dig och den skadade.
- Kontrollera den skadades tillstånd.
- Tillkalla hjälp från omgivningen och kontakta sjukvården – berätta att olyckan är orsakad av el.
- Undersök den skadade och påbörja första hjälpen vid behov.

Vid allvarliga olyckor – ring 112!

Första hjälpen

- Kontrollera hjärta och andning – starta hjärt-lungräddning om det behövs.
- Kyl brännskador.
- Undersök hela kroppen.

Andra typer av olyckor

Här beskrivs några typer av elolyckor och vad som är särskilt viktigt att tänka på om de inträffar.

Ljusbåge

Varje år råkar personer ut för olyckor i samband med ljusbågar. Temperaturen och ljusintensiteten i ljusbågar är mycket höga, vilket kan orsaka allvarliga skador.

Om någon skadats av en ljusbåge:

- Släck brand i hår och kläder med brandfilt eller vatten.
- Låt kläder som täcker skadan sitta kvar.
- Kyl skadan med svalt vatten.
- Lindra svidande ögon med kompresser doppade i svalt vatten.
- Se till att den skadade får frisk luft.

Nedfallen friledning

Att vistas i närheten av nedfallna friledningar kan innebära livsfara. Därför ska du alltid utgå från att de är spänningsförande. De kan leda ström i marken på flera meters avstånd, och strömmen kan slå över i luften. Dessutom finns det risk för att en ljusbåge uppstår.

Om någon har skadats av en nedfallen ledning:

- Tänk på din egen säkerhet – undvik att gå nära ledningen!
- Försäkra dig om att strömmen är frånkopplad innan du rör den skadade.
- Om du inte kan försäkra dig om att det är strömlöst – ring 112 och invänta hjälp.



Fall

Vid alla arbeten på höjd finns risk för fallolyckor. Om någon har fallit från till exempel en stege eller en byggnadsställning är det viktigt att tänka på att strömgenomgång kan vara orsaken. Kom ihåg att stegar bara får användas för lätta och kortvariga arbeten. Med stabila byggnadsställningar går det att minska olycksrisken.

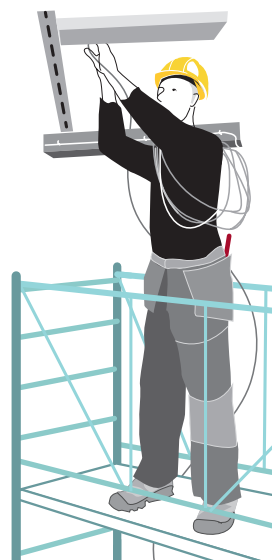
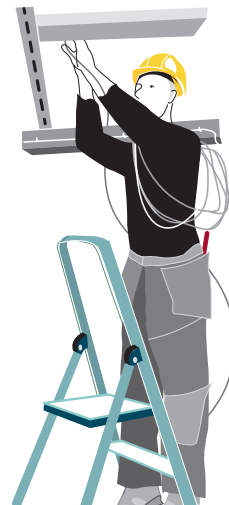
Om någon drabbats av en fallskada:

- Flytta den skadade endast om det är nödvändigt – skador kan finnas på nacke och rygg.
- Kom ihåg att underrätta sjukvården om att fallolyckan kan vara orsakad av el.

Uppsök alltid sjukvård om du har

- fått ström genom kroppen
- träffats av en ljusbåge
- blivit medvetslös
- fått brännskador
- drabbats av domningar eller kramper
- råkat ut för blixtnedslag.

Kontakta sjukvården även om olyckan inte verkar så allvarlig.



Efter olyckan

Anmäl alltid elolyckor

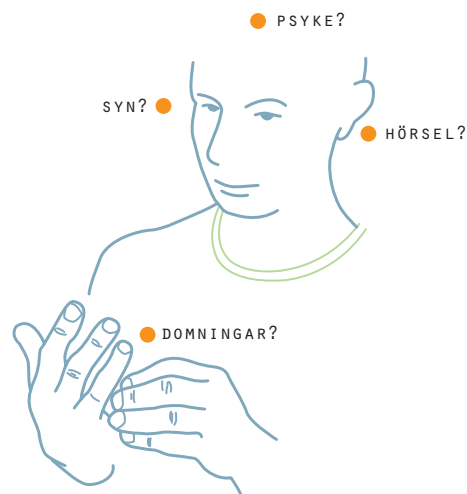
Om du har råkat ut för en elolycka ska du anmäla det till din arbetsgivare. Arbetsgivaren ska sedan i samråd med skyddsombudet anmäla olyckan till Arbetsmiljöverket. Nätägare och innehavare av kontaktledning ska även anmäla till Elsäkerhetsverket.

Din arbetsgivare ska dessutom kontakta Försäkringskassan och anmäla de skador som du har drabbats av. Men tänk på att det är du själv som måste ansöka hos Försäkringskassan om att få arbetsskadeersättning. Du kan vända dig till ditt skyddsombud och till din fackliga organisation om du behöver hjälp.

Var rädd om din hälsa – känn efter hur kroppen mår

Om du har råkat ut för en elolycka kan besvär uppstå en tid efteråt. Känn efter hur dina muskler fungerar. Har du domningar i händer och fötter? Hur fungerar syn och hörsel? Hur mår du psykiskt? Kontakta sjukvården om du känner av några besvär, så att du får en uppföljning av dina skador och en ordentlig kontroll av din hälsa.

Se till att redan vid första läkarbesöket boka återbesök inom en till tre månader, för att följa upp eventuella symtom så som muskelsmärta, neurologisk status och psykisk status.



Förebyggande

Använd din personliga skyddsutrustning

Det är viktigt att du har rätt kläder för det elarbete du ska utföra – de är en del av din skyddsutrustning. Finns det risk för ljusbåge? Använd då arbetskläder som är ljusbågstestade. Vissa arbeten kräver att du har extra skyddsutrustning.

Använd spänningsprovare vid arbete utan spänning

Se till att alltid spänningsprova innan du påbörjar arbetet, för att försäkra dig om att driftspänningen är frånkopplad. Spänningsprovare är enbart till för att kontrollera att det är spänningslöst och ska inte förväxlas med universalinstrument (multimetrar).

Följ lagar och regler

Eftersom elarbete är riskfyllt finns lagar och regler för hur det ska utföras.

Några exempel är

- Arbetsmiljölagen och Arbetsmiljöverkets föreskrifter
- Elsäkerhetslagen

- Elsäkerhetsförordningen
- Elsäkerhetsverkets föreskrifter och allmänna råd om elsäkerhet vid arbete i yrkesmässig verksamhet.

Har du koll på vad som gäller för de arbeten som du utför?

Tänk på ditt arbetssätt

Du kan själv förebygga olyckor genom att se över din egen säkerhet och dina rutiner i olika arbetssituationer. Kom ihåg att alltid göra en riskbedömning innan arbetet påbörjas.

Du behöver dessutom tänka på den ergonomiska belastningen – utsätt inte kroppen för onödiga påfrestningar. Felaktiga arbetsställningar och hög belastning ökar risken för att olyckor inträffar. Avbryt arbetet om du inte kan göra det på ett säkert sätt!

Stress och dålig ordning är ytterligare en faktor som markant ökar risken för olyckor. Var därför noga med att planera ditt arbete väl, hålla ordning på arbetsplatsen och att se till att du får den tid som krävs för att utföra arbetet på ett säkert sätt.

De fem säkerhetsreglerna

Vid arbete utan spänning finns fem grundläggande säkerhetsregler om åtgärder som alltid måste utföras innan någon påbörjar arbetet:

- 1 Frånskilj anläggningsdelen.
- 2 Skydda mot tillkoppling – blockera och skylta.
- 3 Kontrollera att anläggningen är frånkopplad. Mät med spänningsprovare.
- 4 Vid högspänning och vid luftledning med lågspänning jorda och kortslut.
- 5 Skärma av spänningsförande delar som finns i närheten.

Vid arbetsmetoderna Arbete med spänning eller Arbete nära spänning gäller andra säkerhetsregler.

Anmäl tillbud

En mycket viktig del i det förebyggande arbetet är att ta tillvara erfarenheter och riskobservationer som skulle kunna förhindra olyckor. Se till att alltid tala om för din arbetsgivare om du har råkat ut för tillbud i arbetet. På så sätt visar du omtanke, både om dig själv och om dina kollegor.

Medverka i arbetsmiljöarbetet

Din arbetsgivare har det grundläggande ansvaret för att det sker ett systematiskt arbetsmiljöarbete på arbetsplatsen. Du är i din tur skyldig att följa arbetsgivarens anvisningar och att medverka i arbetsmiljöarbetet. Det kan till exempel handla om att du berättar om risker som du har upptäckt och att du lämnar synpunkter och föreslår åtgärder som behövs i din arbetsmiljö.

Att kunna upprätthålla ett fungerande arbetsmiljöarbete kräver god kommunikation mellan arbetsledning, elarbetsansvarig, arbetslag och skyddsombud. Hur fungerar kommunikationen på din arbetsplats?

Skaffa dig kunskap om första hjälpen och hjärt-lungräddning

På en arbetsplats ska det finnas personer som kan ge första hjälpen. Det är alltså viktigt att informationen i den här broschyren kompletteras med utbildning i första hjälpen och även i hjärt-lungräddning.



**Tänk på din egen säkerhet!
Uppsök alltid sjukvård efter en olycka!
Anmäl alltid olyckor!
Vid allvarliga olyckor – ring 112!**

Den här broschyren kan beställas i tryckt format
och laddas ned från

- Elsäkerhetsverket: www.elsakerhetsverket.se
- Installatörsföretagen: www.installatorsforetagen.se
- IN Förlag: www.inforlag.se
- Svenska Elektrikerförbundet (SEF): www.sef.se