

Dagstur till Fredrikshamn 2020-02-20



Foto Stena Line

Trots varnande väderleksrapporter om regn och stormbyar så var det 84 förväntansfulla resenärer som nonchalerade varningarna.

Samling på Stenaterminalen









*Stena Danica och
HjärtLung Föreningen
Öckerö hälsar er
välkomna ombord
idag!*

Ni hittar oss i
The Reef Bar
på Däck 9.



Föreningen Öckerö
HjärtLung

REEF-baren

Ordförande Jörgen Warberg välkomnade alla ombord, mycket trevligt att så många ställde upp.

Vi välkomnades med en alkoholfri drink och Jörgen berättade om dagens program:

- Ett föredrag av hjärtläkaren Tommy Berglund.
- Dansuppvisning av Mölndals Dansskola.
- Workshops om släktforskning och HLR.
- Lunchbuffé.
- Föredrag av KOL-sköterska och arbetsterapeut.
- Bordershopping.





Hjärtsspecialisten Tommy Berglund talade om sjukdomar i hjärt- och kärlsystemet såsom högt blodtryck, hjärtklappningar, bröstsmärtor, kärlkramp, hjärtsvikt och förmaksflimmer. Tommy berättade också att många av oss troligtvis kommer att drabbas av besvär från hjärta och kärl någon gång i livet.

Tommy var mycket tydlig med följande: *ju tidigare man kan upptäcka och ingripa i sjukdomsförloppet desto större är chansen för ett lyckat behandlingsresultat.* Vänta inte, utan vid smärtor tillkalla ambulans så att du kommer till sjukhus så fort som möjligt. TIDEN har en avgörande betydelse tills du kommer under vård!

Ordförande tackade Tommy för en trevlig och intressant föreläsning och välkomnade honom tillbaka.



**Dansuppvising av Mölndals Dansskola
” Bachata ”**



Bachata! Man kanske skulle prova på ?



Det här går som en dans !



Släktforskning

Kenneth Quick och Lisbet Rodin berättade kortfattat om släktforskning och dess möjligheter att hitta avlägsna släktingar. Tekniken är fantastisk när den fungerar!!



HLR-instruktören Kjell-Ove Bryngelsson demonstrerade hur man kan rädda liv

(**HLR**) som består av två moment.

Dels bröstkompressioner som ges med händerna och som kan hjälpa det syresatta blodet att cirkulera i kroppen och dels mun mot mun-metoden där man blåser in luft i den medvetslöses lungor. Hjärt-lungräddning återstartar inte hjärtat, men ser till att blodet syresätts och cirkulationen upprätthålls i kroppen i väntan på en hjärtstartare.

En hjärtstartare är tillsammans med HLR den enda effektiva hjälpen vid ett plötsligt hjärtstopp. Den kan ge hjärtat en omstart så att pumpförmågan kommer igång. Men det är bråttom, chansen att överleva minskar med tio procent för varje minut som går. Men om HLR, hjärt-lungräddning och defibrillering med hjälp av hjärtstartare sätts in inom tre till fem minuter överlever 50–75 procent av de drabbade.

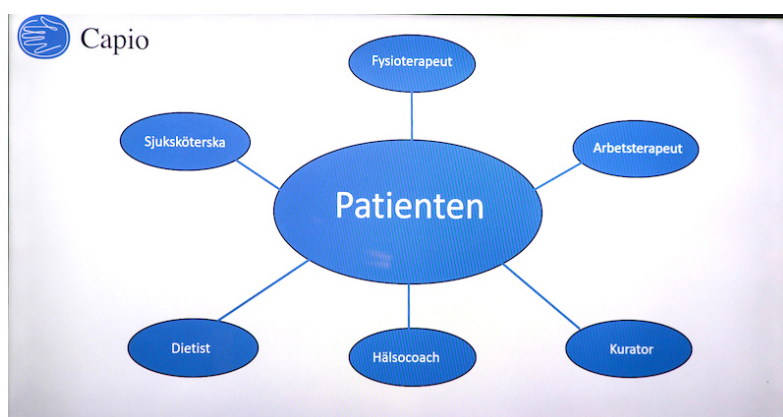


Lunchbuffé

Error! Ingen kontakt med fotografen, tillfälligt utslagen!
Ingen dokumentation från matsalen.

Hon förbättrar vården för patienter med kol

Kolsköterskan Eva Liljeqvist och fysioterapeut Robert Häger berättade om hur vårdcentralen i Henån kan erbjuda bättre vård till patienterna med kol, kronisk obstruktiv lungsjukdom genom att arbeta i ett interprofessionellt team som satsar på att bygga upp patienternas kunskap och förmåga till egenvård.



Mera information hittar ni på:

<https://www.vardfokus.se/webbnyheter/2018/september/hon-forbattrar-varden-for-patienter-med-kol/>

*Ett stort tack för en fantastisk trevlig dag
till styrelsen som arrangerade resan.*

