

Omar är laddad och redo att åka in på planen. Han har kollat utrustningen och druckit vatten. Nu väntar han bara på att hans coach ska vinka in honom. Hans lag ligger under med ett mål men Omar vet att han kan kvittera.

Några svettdroppar rinner i ansiktet och han ropar "Snyggt gjort, Danne!" när hans lagkamrat får en bra passning och förbereder sig att skjuta. Pucken flyger från Dannes klubba men missar målet med en hårsån och fångas upp i nätet bakom målet.

Nu kommer Omars chans, coachen ropar till honom: "Ok, in med dig!" och han kliver ut på isen för att vinna tekningen. Domaren står där och väntar på att släppa pucken och Omars motspelare stirrar på honom, beredd att göra vad som helst för att nå pucken först.

Omar ignorerar den andra spelaren, han är istället helt fokuserad på att vinna tekningen. Han ser pucken falla från domarens hand, nästan i slow motion, och tänker: "Den är min!"

Så – pang! Pucken slår i isen och innan Omar hinner reagera har motståndaren satt in en tackling som gör att han faller hårt i isen. Ansiktet slår i motspelarens knä och blodet sprutar ur näsan. Han känner sig omtöcknad och svimfärdig.

Domaren blåser av matchen och åker fram till Omar, orolig för att han slagits medvetslös. Han är dock vid medvetande och blir tillsagd: "Stanna där och rör dig inte!" innan domaren kallar in sjukvårdare. Sjukvårdaren kommer ut på isen, kollar att Omar är vaken och frågar: "Har du ont?" Omar försöker svara men med näsan full av blod kan han bara mumla "Bara i näsan". Sjukvårdaren tolkar detta som att huvudet och nacken är oskadda, så hon tar försiktigt av hjälmen och ber två spelare hjälpa Omar till avbytarbänken.

När Omar kommit av isen och sitter säkert på bänken upptäcker sjukvårdaren att ansiktet börjat svullna och blåmärken växer fram under ögonen. Hon lägger på kalla kompresser och säger åt Omar att sitta framåtlutad och klämma åt mjuka delen av näsan för att försöka stoppa blödningen.

Efter 10 minuter kollar hon om blödningen slutat och påminner Omar om att inte svälja ned blodet. Hon hjälper honom tvätta rent ansiktet, samtidigt som de ser hur Danne sätter de två sista målen innan matchen är slut.

## Frågor

1. Vad fick Omar för skador på ishockeymatchen?
2. Vad orsakade skadorna?
3. Vad var tränarens första instruktion till Omar efter tacklingen?
4. Vilken behandling fick Omar av sjukvårdaren?
5. Var det rätt behandling?
6. Vad skulle sjukvårdaren gjort om det inte slutat blöda efter 30 minuter?