Drunkning – så gör du!

Hjärt- och lungräddning (HLR) vid drunkning steg för steg

1



Vid en akutsituation – ring 112 direkt

Du är aldrig ensam, när du ringer 112 och sätter på högtalaren får du hjälp steg för steg – gör ditt bästa, din hjälp kan rädda liv

2



Starta livräddning

Tänk alltid på din egen säkerhet

Om medvetslös och saknar andning – livrädda till båt, land, brygga eller is

Om personen sjunker under vattenytan, memorera platsen

3



Ge 5 inblåsningar

Kontrollera att bröstkorgen höjs

4



Starta HLR

Vuxen:

30 kompressioner och 2 inblåsningar

Barn 0–18 år:

15 kompressioner och 2 inblåsningar

När en hjärtstartare finns tillgänglig, starta den och följ instruktionerna

Minimera avbrott i HLR, eftersom det ökar överlevnadschansen

Ungefär 7 av 10 hjärtstopp sker i hemmet.
Om din familj behöver dig, är du redo?
Skanna och boka din HLR-utbildning nu!

Hjärtochlungräddning.se