

HLR-vuxnen

Hjärt- och lungräddning för vuxna



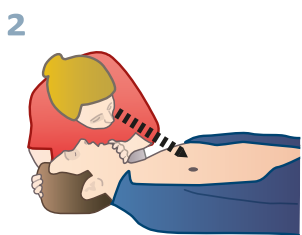
Kontrollera medvetande och larma 112



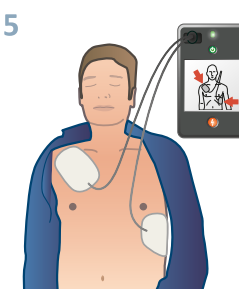
Använd högtalaren
Behåll kontakten med operatören



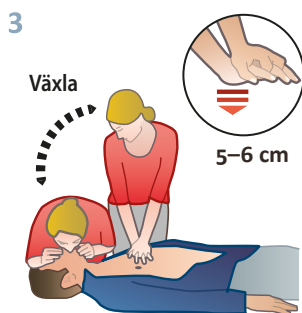
Med hjärtstartare
Tryck på start och fäst elektroderna samtidigt som HLR pågår



Skapa en öppen luftväg och kontrollera andningen



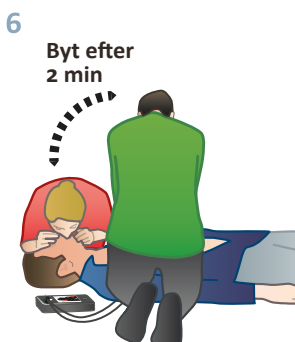
Fäst elektroderna som på bilden och följ hjärtstartarens instruktioner



Ingen eller onormal andning starta HLR omedelbart

Växla mellan
30 kompressioner
2 inblåsningar
utan avbrott

Finns hjärtstartare använd den, annars fortsätter du med HLR



Byt av den som gör kompressioner efter 2 minuter

Fortsätt med HLR av hög kvalitet tills personen vaknar eller sjukvårdspersonal tar över

Kom ihåg! Det är alltid bättre att försöka än att inte göra något alls – din hjälp kan rädda liv

Öka överlevnadschansen

- Om kläderna är svåra att ta av, klipp upp så HLR kan startas så snabbt som möjligt
- Gör alltid HLR på ett hårt underlag om möjligt
- Tryck ner bröstkorgen 5–6 cm och släpp upp helt mellan varje kompression

- Tryck ca 2 ggr per sekund (håll en takt mellan 100–120/min)
- Blås in under 1 sekund och kontrollera att bröstkorgen höjs
- Innan placering av elektroderna, torka fukt och raka bort hår från bröstkorgen
- Be någon möta upp sjukvårdspersonalen och visa vägen



Tips! Gå en gratis HLR-utbildning online på [Hjärtochlungräddning.se](http://Hjar-tochlung-raddning.se) och repetera dina kunskaper – så vet du vad du ska göra om någon du älskar sätter i halsen, drunknar eller får ett hjärtstopp

Hjärtochlungräddning.se