

Hjärt-lungräddning vuxen

1

Är du vaken?

**Kontrollera medvetande
och andning**

Andas normalt?



2



Om medvetslös och ingen eller onormal andning
Larma 112

Aktivera telefonens
högtalarfunktion

3

Starta HLR
30 bröstkompressioner och 2 inblåsningar

Hjälp är på väg.
Jag hjälper dig
med HLR.

Behåll kontakten med
larmoperatören tills
ambulanspersonal
tar över.



Kompressionsdjup 5-6 cm,
takt 100-120/ min.
Blås in 1 sekund tills
bröstkorgen höjs.

4

Finns hjärtstartare, starta och följ råden

Fäst klisterelektroderna
under pågående HLR



**Fortsätt HLR 30:2
tills den drabbade vaknar
eller ambulanspersonal
tar över**

Barn

När barn drabbas av hjärtstopp beror det oftast på att de inte kunnat andas. Livräddare som övat Barn-HLR ska ge 5 inblåsningar, larma 112 och starta HLR 15:2. Har du inte övat Barn-HLR starta HLR 30:2. Kompressionsdjup 1/3 av bröstkorgens höjd, 4-6 cm djup beroende på ålder. Takt 100-120/min. Finns hjärtstartare, starta och följ råden. Fortsätt HLR.

För att hitta närmaste hjärtstartare se
hjartstartarregistret.se

Baserad på HLR-rådet och European Resuscitation Council

Lär dig hur du räddar liv! Bli en certifierad
livräddare! Besök vår hemsida för mer info:


www.Livreddare.org

