

# Hjärt-lungräddning

SÅ GÖR DU VID PLÖTSLIGT HJÄRTSTOPP

## 1. Livstecken

- Leta efter tecken på liv
- Andas personen normalt?
- Ropa på hjälp



## 2. Larma 112

- Larma 112 om personen andas onormalt eller inte andas alls



## 3. Gör hjärtkompressioner

- Placera båda händerna ovanpå varandra mitt på bröstet
- Tryck 30 gånger
- Tryck ned bröstkorgen minst 5 cm
- Tryck nästan 2 gånger per sekund
- Släpp upp bröstkorgen helt mellan kompressionerna



## 4. Inblåsningar steg 1

- Öppna luftvägen genom en hand på pannan, knip om näsan, två fingrar under hakan och böj huvudet bakåt.



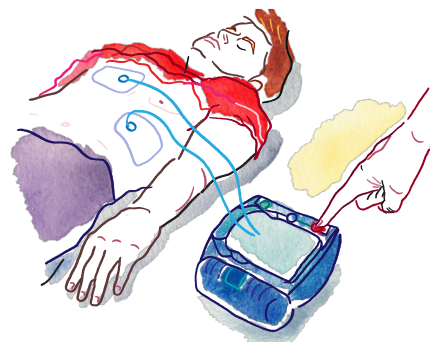
## 5. Inblåsningar steg 2

- Ge två inblåsningar
- Blås tills bröstkorgen höjer sig
- Fortsätt varva med 30 kompressioner och 2 inblåsningar tills du blir avlöst



## 6. Hjärtstartare

- Använd hjärtstartare om det finns
- Starta hjärtstartaren och följ dess instruktioner
- Rör inte patienten när du trycker på knappen



Hjärt  Lungfonden