

HJÄRT-LUNGRÄDDNING

STEG FÖR STEG



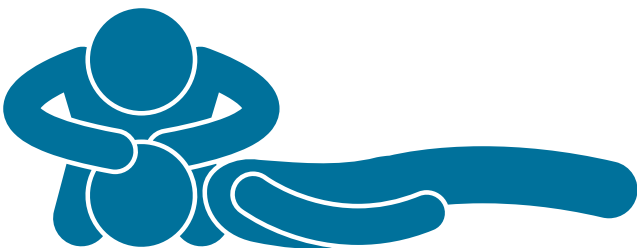
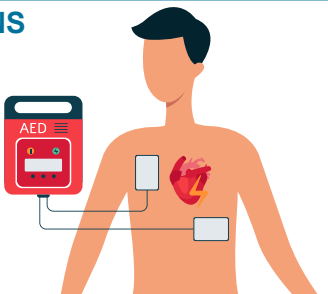
Suomen
Elvytysneuvosto

ÅTGÄRD	BESKRIVNING
SÄKERHET 	• Se till att du, patienten eller utomstående inte utsätts för fara
UPPVÄCKNING Kontrollera om patienten vaknar 	• Ruska om patienten i axeln och fråga med högt ljud: "Är du vaken? Är du ok?"
LUFTVÄGARNAS Öppna luftvägarna 	• Om patienten inte reagerar, lägg hen på rygg • Öppna patientens luftvägar genom att försiktigt luta huvudet bakåt genom att lyfta hakan med fingertopparna och trycka på pannan
ANDNING Titta och lyssna på och känn efter andningen 	• Titta och lyssna på och känn efter andningen i högst tio sekunder • Få och högljudda andningar ska tolkas som onormal andning
ANDAS INTE ELLER ONORMAL ANDNING Gör en nödanmälan på numret 112 	• Om patienten inte andas eller andningen är onormal, ring ett nödsamtal på 112 • Aktivera telefonens högtalarfunktion så att du vid behov kan inleda hjärt-lungräddning enligt nödcentraloperatörens anvisningar
RÅDGIVANDE DEFIBRILLATOR Instruera en närvarande person att hämta en rådgivande defibrillator 	• Om en sådan är tillgänglig, instruera en närvarande person att hämta en rådgivande defibrillator. Om du är ensam på platsen, påbörja hjärt-lungräddning. Lämna inte platsen.
BLODCIRKULATION Påbörja bröstkompressioner 	• Huka dig ner bredvid patienten • Tryckpunkten är bröstbenets nedre del (i mitten av bröstkorgen) • Placera den ena handflatsens bas på kompressionspunkten och den andra handen ovanpå den • Håll armarna raka och axlarna vinkelrätt ovanför patientens bröstorg • Kompressionsdjupet ska vara minst 5 centimeter (men inte över 6 cm). Kompressionsfrekvensen är 100–120 kompressioner per minut • Bröstkorgen ska återgå helt mellan kompressionerna. Luta dig inte mot bröstkorgen.

HJÄRT-LUNGRÄDDNING

STEG FÖR STEG



ÅTGÄRD	BESKRIVNING
ALTERNERA MELLAN 30 KOMPRESSIONER OCH TVÅ INBLÅSNINGAR 	- Om du är utbildad i mun mot mun-metoden och kan ge den, öppna luftvägarna igen efter 30 kompressioner - Tryck ihop näsans mjuka del med pekfingeret och tummen i din hand som ligger på patientens panna - Låt patientens mun öppnas, men se till att käken hålls upphöjd och luftvägarna öppna - Dra andan och placera dina läppar runt patientens mun så lufttätt som möjligt - Blås jämnt i patientens mun och kontrollera om bröstkorgen höjs. En effektiv inblåsning tar cirka 1 sekund - Genom att hålla patientens luftvägar öppna, ta bort din mun från patientens mun och kontrollera om bröstkorgen sänks när luften lämnar lungorna - Dra in andan igen och blås en gång till - Avbryt inte bröstkompressionerna under mer än 10 sekunder när du använder mun mot mun-metoden, oberoende av om inblåsningarna lyckades eller inte - Påbörja bröstkompressioner och kompressioner 30 gånger - Fortsätt med HLR med en rytm på 30 kompressioner och 2 inblåsningar
ENBART BRÖSTKOMPRESSIONER 	Om du inte kan eller vill använda mun mot mun-metoden, fortsätt den högkvalitativa bröstkompressioner oavbrutet 100–120 gånger per minut
NÄR EN RÅDGIVANDE DEFIBRILLATOR ÄR TILLGÄNGLIG Slå på strömmen och följ instruktionerna 	- Så snart defibrillatorn är tillgänglig, slå på strömmen och fäst elektroderna på patientens bara bröstkorg - Om det finns flera livräddare, avbryt inte kompressionerna medan elektroderna fästs
FÖLJ DEFIBRILLATORNS INSTRUKTIONER 	- Följ defibrillatorns bild- och ljudinstruktioner - Om apparaten rekommenderar en defibrillatorstöt, se till att ingen vidrör patienten. - Tryck på stötknappen - Fortsätt med bröstkompressioner omedelbart efter stöten. Fortsätt med HLR enligt apparatens instruktioner

HJÄRT-LUNGRÄDDNING

STEG FÖR STEG

ÅTGÄRD	BESKRIVNING
OM DEFIBRILLATORSTÖT INTE REKOMMENDERAS Fortsätt med bröstkompressioner 	Om defibrillationsstöt inte rekommenderas, fortsätt omedelbart med bröstkompression och följ apparatens instruktioner
OM EN RÅDGIVANDE DEFIBRILLATOR INTE ÄR TILLGÄNGLIG Fortsätt med bröstkompressioner 	- Om en rådgivande defibrillator inte finns att tillgå ELLER om man väntar på att den ska anlända, fortsätt med bröstkompression Sluta inte HLR förrän: - En yrkesperson ber dig sluta - Patienten vaknar tydligt, rör på sig, öppnar ögonen och andas normalt ELLER - Du inte orkar ge HLR längre - Enbart bröstkompressioner räcker oftast inte för att starta om hjärtat. Om du inte är helt säker på om patienten inte längre är livlös, fortsätt med bröstkompressioner - Tecken på återhämtning är när patienten - vaknar - rör på sig - öppnar ögonen - andas normalt
OM PATIENTEN INTE REAGERAR MEN ANDAS NORMALT Lägg patienten i sidoläge 	- Om du är helt säker på att patienten andas normalt men fortfarande inte reagerar, lägg patienten i sidoläge - Var beredd att omedelbart återuppta bröstkompressioner om patienten inte reagerar och andningen inte längre är normal