

Hjerte-lungeredning til voksne (HLR)

1

Sjekk bevissthet

Rist forsiktig i skuldrene og rop høyt



2

Reagerer ikke?
Ring 113

3

Åpne luftveien og se etter normal pust

Hjelpen er på vei.
Jeg skal veilede deg!

Behold kontakt med 113 inntil ambulansen tar over



Sideleie:
Hvis pusten er normal:
Legg i sideleie og observer pusten nøye videre

4

Start HLR 30:2 om unormal pust

Få hjelp av andre til å hente hjertestarter



Trykk brystet ned ca 5-6 cm i en takt på 100-120 per min

Blås bare til brystet hever seg

Fortsett til noen andre kan overta

5

Slå på hjertestarteren og fest elektrodene Følg hjertestarterens råd

Stopp bare når hjertestarteren analyserer og gir sjokk



Fortsett HLR mens elektrodene festes og hjertestarteren slås på

En elektrode festes nedenfor pasientens høyre kragebein

En elektrode festes en håndsbredde nedenfor pasientens venstre armhule

Fortsett HLR til ambulansen kommer eller til du ser sikre tegn til liv