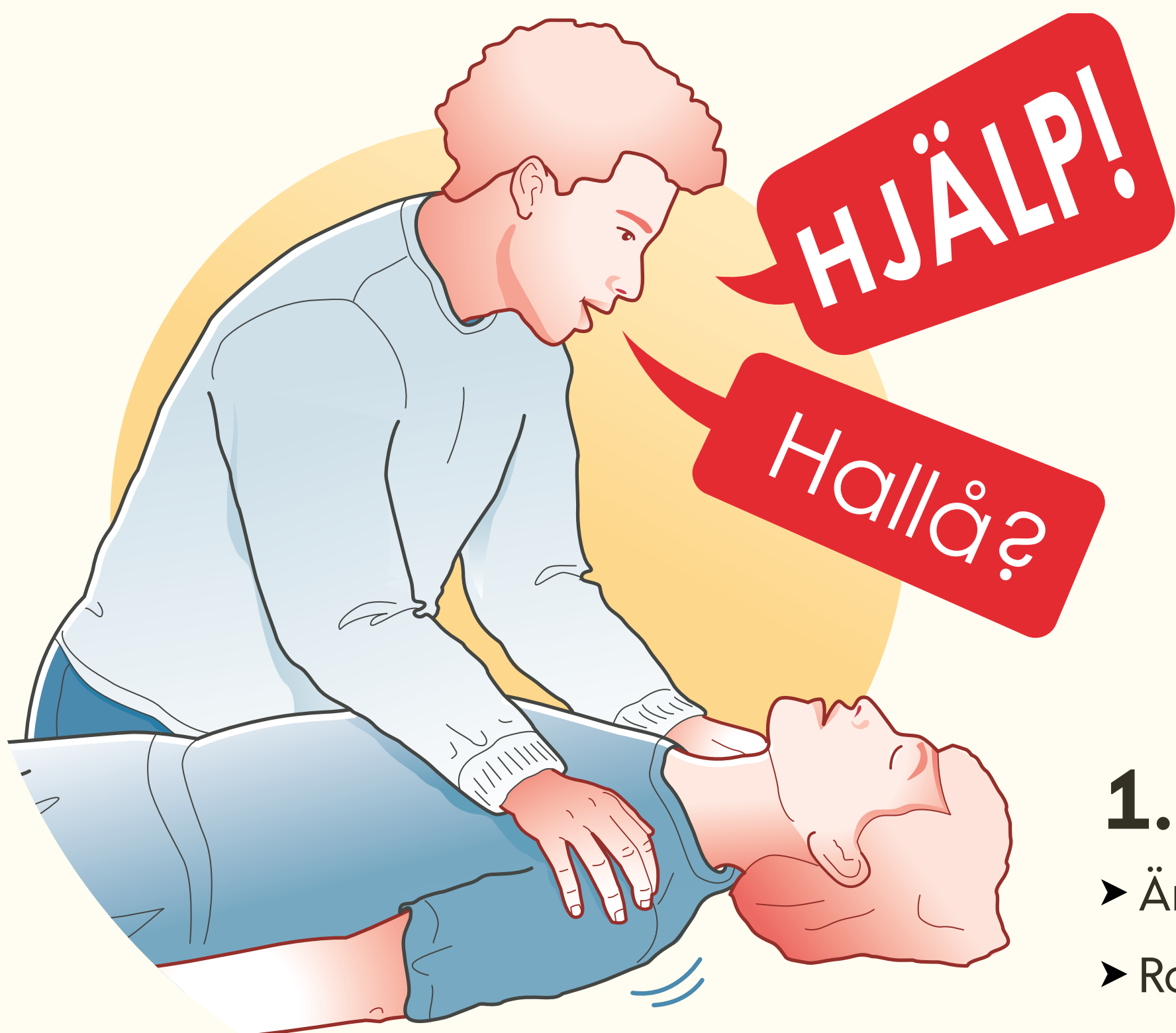


HJÄRT-LUNGRÄDDNING

VID PLÖTSLIGT HJÄRTSTOPP OM EN VUXEN DRABBAS



1. Livstecken

- Är personen vid medvetande?
- Ropa på hjälp.

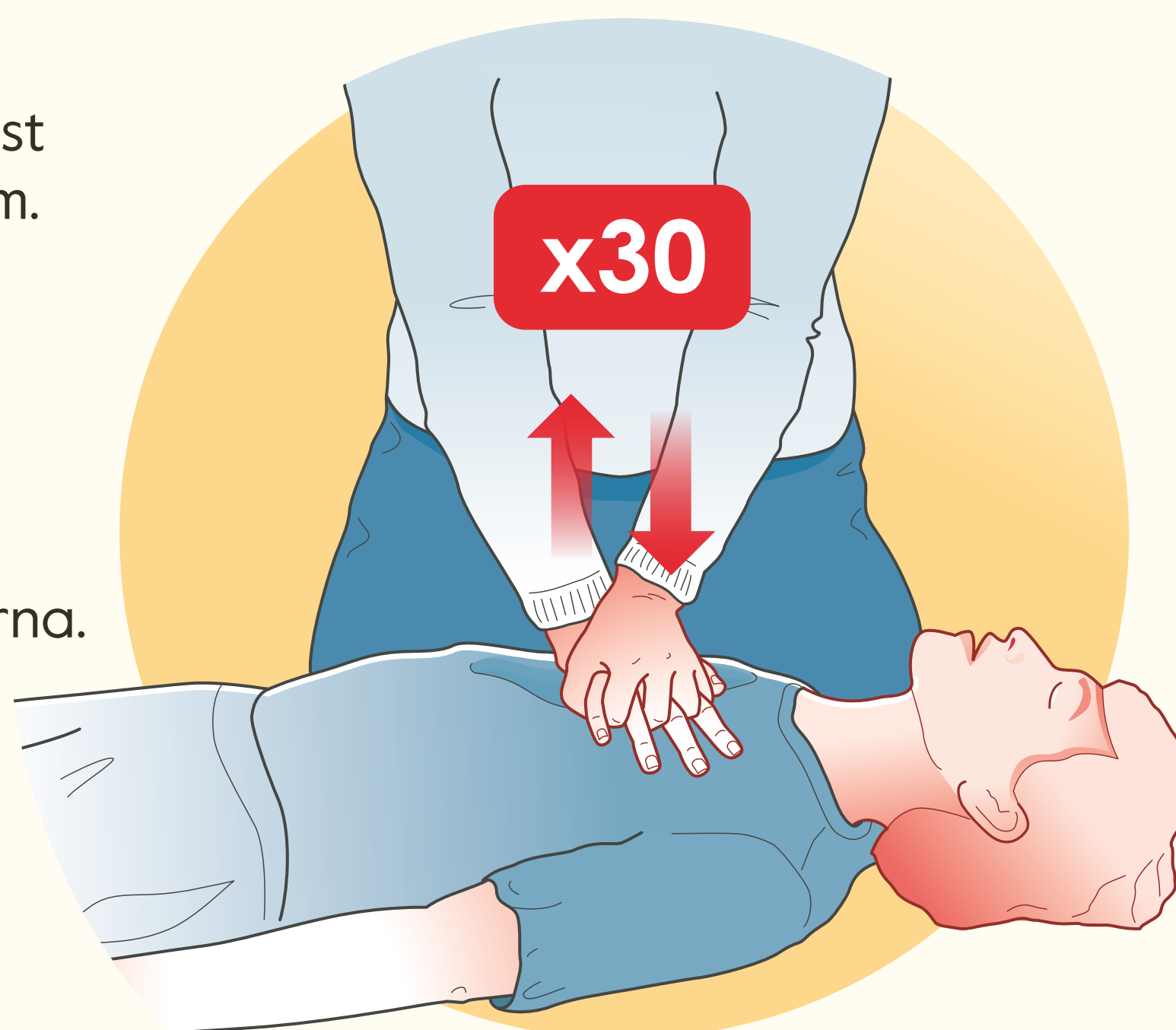


2. Larma 112

- Larma 112 om personen är medvetslös.
- Aktivera mobilens högtalarfunktion.
- Kontrollera om personen andas normalt.

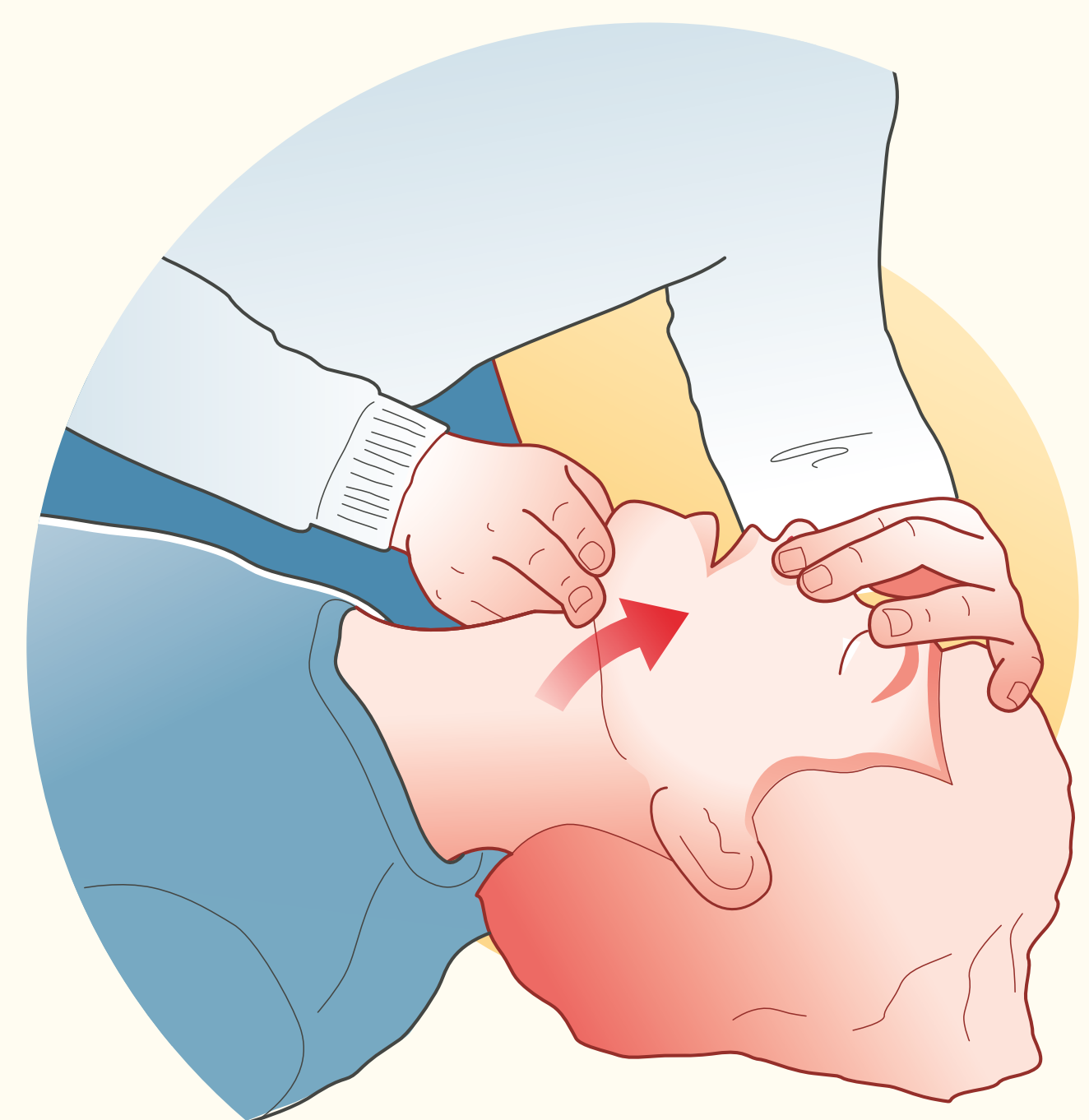
3. Gör bröstkompressioner

- Placera båda händerna mitt på bröstkorgen.
- Tryck ner bröstkorgen minst 5 cm, men inte mer än 6 cm.
- Tryck 30 gånger.
- Håll en takt på 100-120 kompressioner per minut.
- Släpp upp bröstkorgen helt mellan kompressionerna.



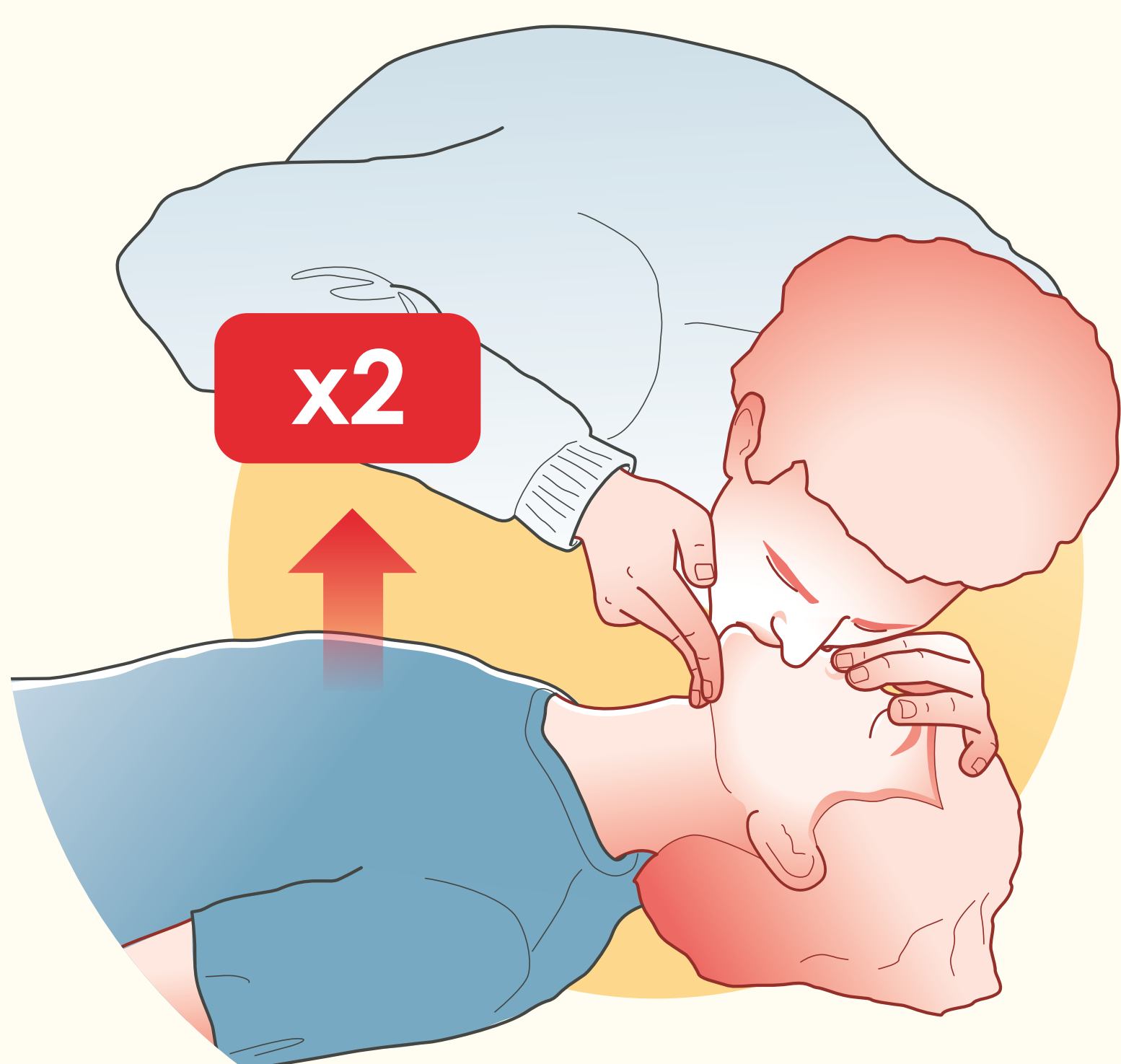
4. Inblåsningar steg I

- Öppna luftvägarna genom att böja huvudet bakåt med en hand på pannan, knip om personens näsa och sätt två fingrar under hakan och lyft.



5. Inblåsningar steg II

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



6. Hjärtstartare

- Använd hjärtstartare om sådan finns och följ dess instruktioner.
- Fortsätt med hjärt-lungräddning tills du får professionel hjälp eller personen börjar andas själv.
- Hitta närmaste hjärtstartare på hjartstartarregistret.se

