Så gör du hjärt- och lungräddning (HLR)

1. Kontrollera livstecken
- Kontrollera medvetandet
- Ropa och skaka försiktigt personen i axlarna

2. Kontrollera andning
- Öppna luftvägen genom att böja huvudet bakåt med en hand på pannan och två fingrar under hakan
- Kontrollera andning
- Se, lyssna, känn

3. Larma 112 och starta HLR
- Om personen är medvetslös med ingen eller onormal andning, **LARMA 112** och starta HLR

4. Gör 30 kompressioner
- Placera båda händerna ovanpå varandra mitt på bröstet
- Tryck 30 gånger
- Tryck ner bröstkorgen minst 5-6 cm i en takt av 100-120/minut
- Släpp upp bröstkorgen mellan varje bröstkompression

5. Ge två inblåsningar
- Gör två inblåsningar, blås tills bröstkorgen höjer sig
- Fortsätt att göra 30 bröstkompressioner varvat med två inblåsningar oavbrutet tills ambulans eller räddningspersonal tar över

6. Använd en hjärtstartare
- Använd en hjärtstartare så snart det är möjligt
- Starta hjärtstartaren och följ dess instuktionen
- Se till att ingen rör patienten när du utlöser strömstöten
- Du kan hitta hjärtstartare i din närhet

Det finns en Hjärtstartare som vi kan använda:
- Vid ingången till verkstan Åhus Hembygdsförening, S:t Annas Gille, Anders Håkansgården, Kavrövägen 2, 296 35 Åhus

Tommy Persson och Sven-Erik Nilsson

Information Hjärtstartaren:
Efter användning, vid behov av batteri och elektroder samt vid tekniska frågor ring:
Kontorstid: 010-69 00 644
Jourtid: 0760-006010
HLR-Tjänst. EventAmbulans AB