

# HLR VUXEN

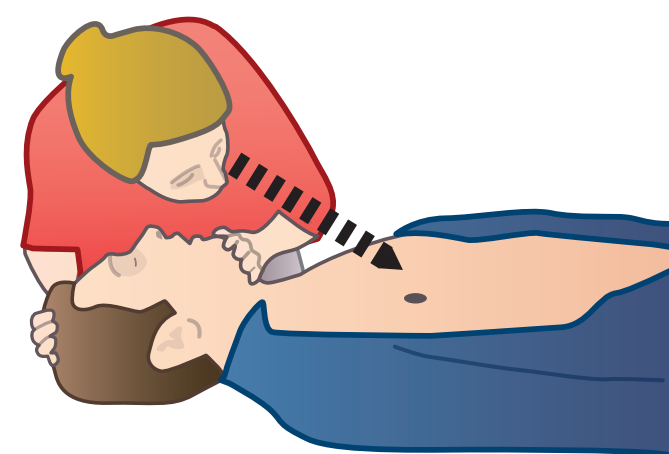
## Hjärt- och lungräddning för vuxna

1



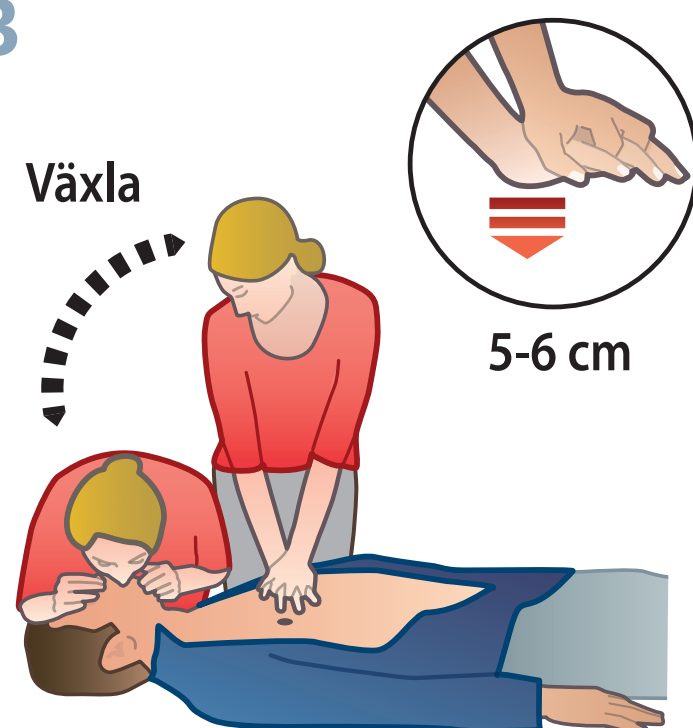
Kontrollera medvetande och larma 112

2



Skapa fri luftväg och kontrollera andningen

3



Ingen eller onormal andning starta HLR omedelbart

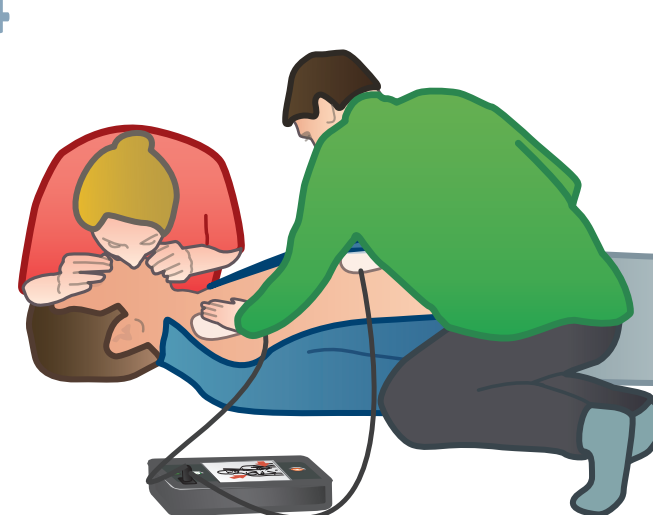
Växla mellan  
**30 kompressioner**  
**2 inblåsningar**  
utan avbrott

Finns hjärtstartare använd den annars fortsätter du med HLR



Använd högtalaren  
Behåll kontakten  
med operatören

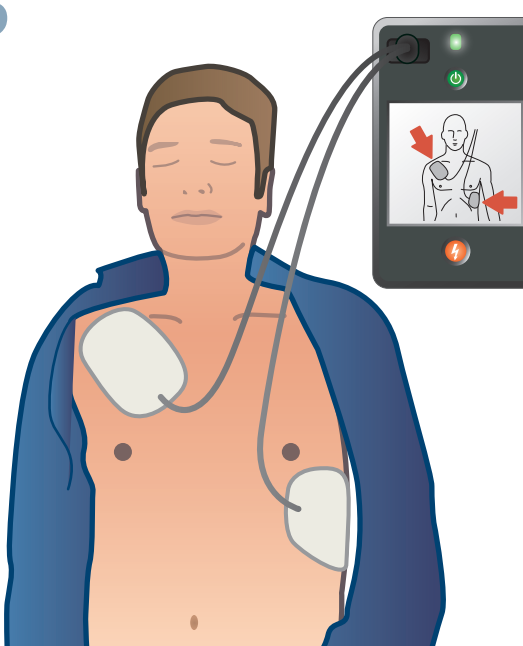
4



**Med hjärtstartare**

Tryck på start och fäst elektroderna samtidigt som HLR pågår

5



Fäst elektroderna som på bilden och följ hjärtstartarens instruktioner

6



Byt efter  
2 min

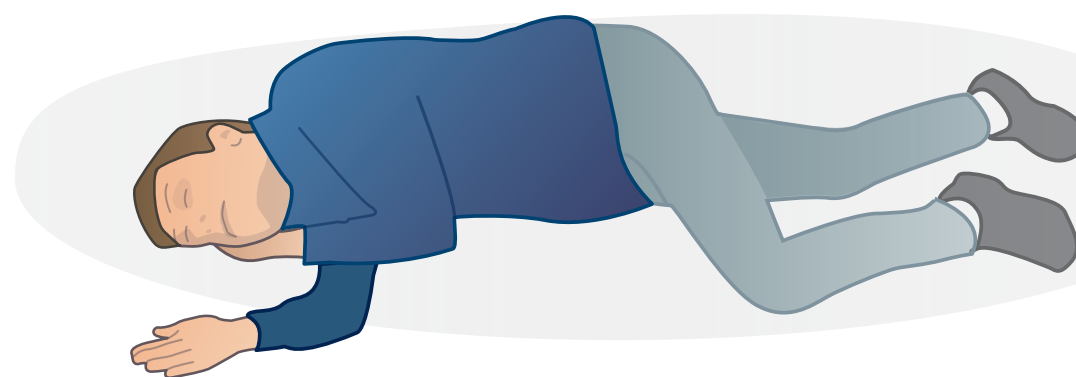
Byt av den som gör kompressioner varje gång hjärtstartaren analyserar hjärtrytmen (2minuter)

Fortsätt tills personen andas normalt eller sjukvårdspersonal tar över

**Kom ihåg!** Det är alltid bättre att försöka än att inte göra något alls - din hjälp kan rädda liv

### Öka överlevnadschansen

- Om kläderna är svåra att ta av, klipp upp för att spara tid
- Gör alltid HLR på ett hårt underlag
- Tryck ner bröstkorgen 5-6 cm och gör det 2 ggr per sekund
- Släpp upp bröstkorgen helt mellan varje kompression
- Innan placering av elektroderna torka fukt och raka bort hår från bröstkorgen
- Be någon annan möta upp sjukvårdspersonalen



### Stabilt sidoläge

Om personen andas normalt men är medvetslös, lägg i stabilt sidoläge  
Larma 112 och fortsätt kontrollera andningen



**Tips!** På [Hjärtochlungräddning.se](https://www.hjartochochlungraddning.se) kan du ladda ner gratis filmer, affischer, böcker och lära dig vad du ska göra om någon drunknar, sätter i halsen eller får hjärtstopp.

**Hjärtochlungräddning.se**