

Sådan hjælper du ved hjertestop



1

Tjek, om personen er ved bevidsthed

Rusk forsigtigt, og spørg højt: "Er du okay?" Råb gerne efter hjælp.



2

Ring 1-1-2

Hvis personen ikke er ved bevidsthed, skal du ringe 1-1-2. Sæt telefonen på højttaler.



3

Undersøg vejtrækningen

Tjek, om personen trækker vejret, og skab frie luftveje, mens du venter på, at vagtcentralen besvarer dit opkald.



4

Giv hjertelungeredning

Fjern tøj, og tryk hårdt og dybt i en fast, hurtig rytme midt på brystet. Giv 30 tryk, så 2 indblæsninger. Gentag.



5

Hent hjertestarter

Hvis der er en hjertestarter tæt på, så hent den. Ellers fortsæt hjertelungeredning, indtil hjerteløbere eller ambulance ankommer.



6

Tænd hjertestarteren

Når du tænder hjertestarteren, fortæller den dig, hvad du skal gøre.



7

Sæt elektroderne på

Følg anvisningerne på elektroderne, og påsæt dem på den bare brystkasse. Fjern eventuel bh, hvis nødvendigt.



8

Hold afstand

Sørg for, at ingen rører personen, mens hjertestarteren analyserer og afgiver stød.



9

Fortsæt hjertelungeredning

Følg hjertestarterens instruktioner, og giv hjertelungeredning, indtil ambulance-reddere tager over.

TrygFonden

Sammen redder vi liv