

TrygFonden Hjerteløber

Hjerteløbertal for årets første måneder

1. januar 2026 – 31. marts 2026

Indholdsfortegnelse

Om denne statusrapport	s. 3
Hjerteløbertal på landsplan	s. 6
Hjerteløbertal på regionalt plan	s. 9
- Nordjylland	s. 10
- Midtjylland	s. 14
- Syddanmark	s. 20
- Sjælland	s. 26
- Hovedstaden	s. 32
Om Hjerteløberordningen	s. 43
Hjertestop i Danmark	s. 47
Nyheder	s. 50

Statusrapport for Hjerteløberordningen

Statusrapporter hvert kvartal

Hvert kvartal udgiver Hjerteløberordningen en statusrapport. Rapporten indeholder en opgørelse af tilslutningen til ordningen, ordningens responstider og andre relevante oplysninger om ordningen – dette både på landsplan, regionalt plan og kommunalt plan. Disse opgørelser kalder vi for *hjerteløbertal*.

Alle hjerteløbertal i denne statusrapport er udarbejdet af læger, som forsker i Hjerteløberordningen.

Se mere på Hjertestarter.dk

Statusrapporterne bliver publiceret på Hjertestarter.dk. Her kan man også se mere om det at være hjerteløber og om forskningen i Hjerteløberordningen.

Vigtigt at vide om denne statusrapport

Hjerteløbertal – første kvartal 2026

Hjerteløbertallene i denne rapport er opgjort for perioden den 1. januar 2026 til den 31. marts 2026. Nogle hjerteløbertal inddrager et befolkningstal. Alle befolkningstal i denne rapport er indhentet fra Danmarks Statistik pr. den 1. januar 2026.

Aktive hjerteløbere

I rapporten bruger vi begrebet "aktiv hjerteløber". En aktiv hjerteløber er en hjerteløber, som systemet kan lokalisere ud fra en nyligt opdateret position, og som derfor kan modtage alarm, når Hjerteløberordningen aktiveres.

Aktivering af Hjerteløberordningen

I rapporten regnes en aktivering af Hjerteløberordningen som et tilfælde, hvor den sundhedsfaglige visitator på AMK-vagtcentralen aktiverer ordningen og ikke efterfølgende annullerer aktiveringen. I 1. kvartal 2026 blev 19 pct. af aktiveringerne af Hjerteløberordningen annulleret. En annullering sker, hvis visitatoren konstaterer, at der fx ikke er tale om hjertestop alligevel, eller at personen har været død i længere tid, hvormed genoplivning ikke er mulig.

Vigtigt at vide om denne statusrapport

Responstider for hjerteløberne

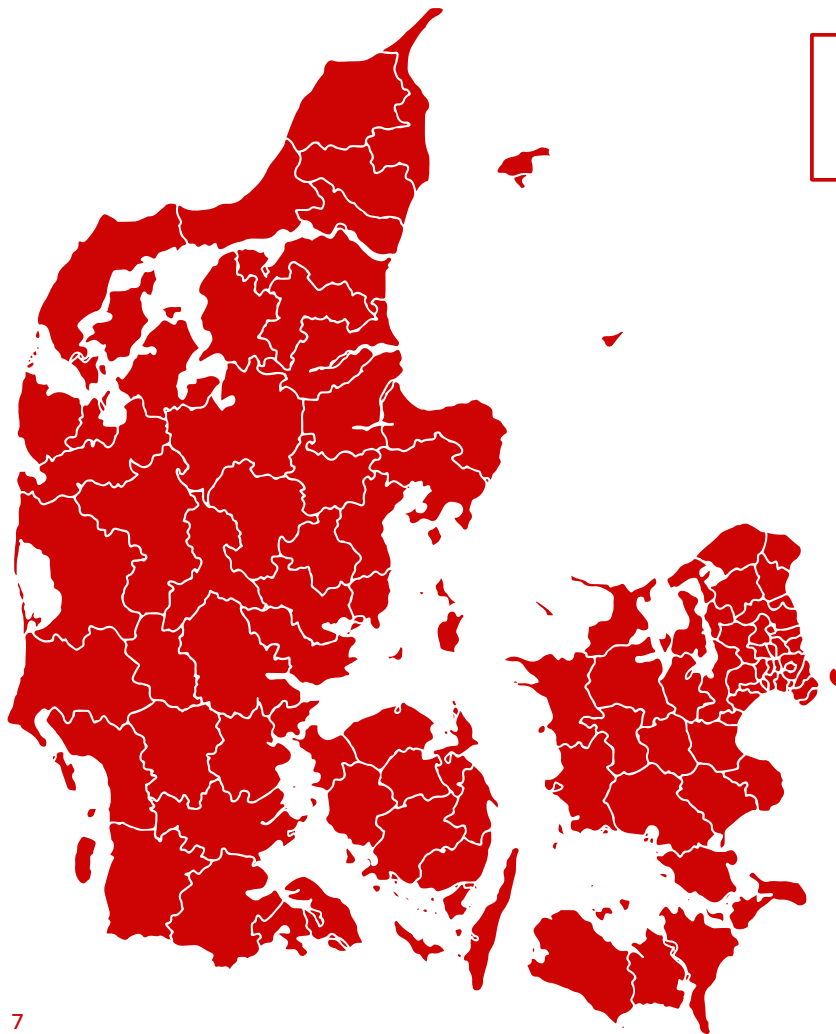
Responstiderne for hjerteløberne er defineret som tiden fra aktivering af ordningen til ankomsten af den første hjerteløber på adressen. Der præsenteres både minimum, median og maksimum responstider på kommunalt plan. Responstiderne på landsplan og regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de relevante kommunale medianer.

Vi vil gøre opmærksom på, at der på nuværende tidspunkt af året i nogle kommuner kun har været ganske få aktiveringer. Det er derfor ikke overraskende, hvis responstiderne ændrer sig, når flere aktiveringer kommer til i løbet af året.

Procenttal er afrundet til hele procenttal

Alle angivne procenttal i denne rapport er afrundet til nærmeste hele procenttal.

Hjerteløbertal på landsplan



61.100 aktive hjerteløbere i Danmark

Aktive hjerteløbere pr. 31. marts 2026: **61.059**

Aktive hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere: **1.013**

Aktiveringer af Hjerteløberordningen i perioden 1. januar – 31. marts 2026: **758**

I **99%** af tilfældene har mindst én hjerteløber accepteret alarmer

I **99%** af tilfældene har mindst to hjerteløbere accepteret alarmer

Hjerteløberne er klar til at træde til

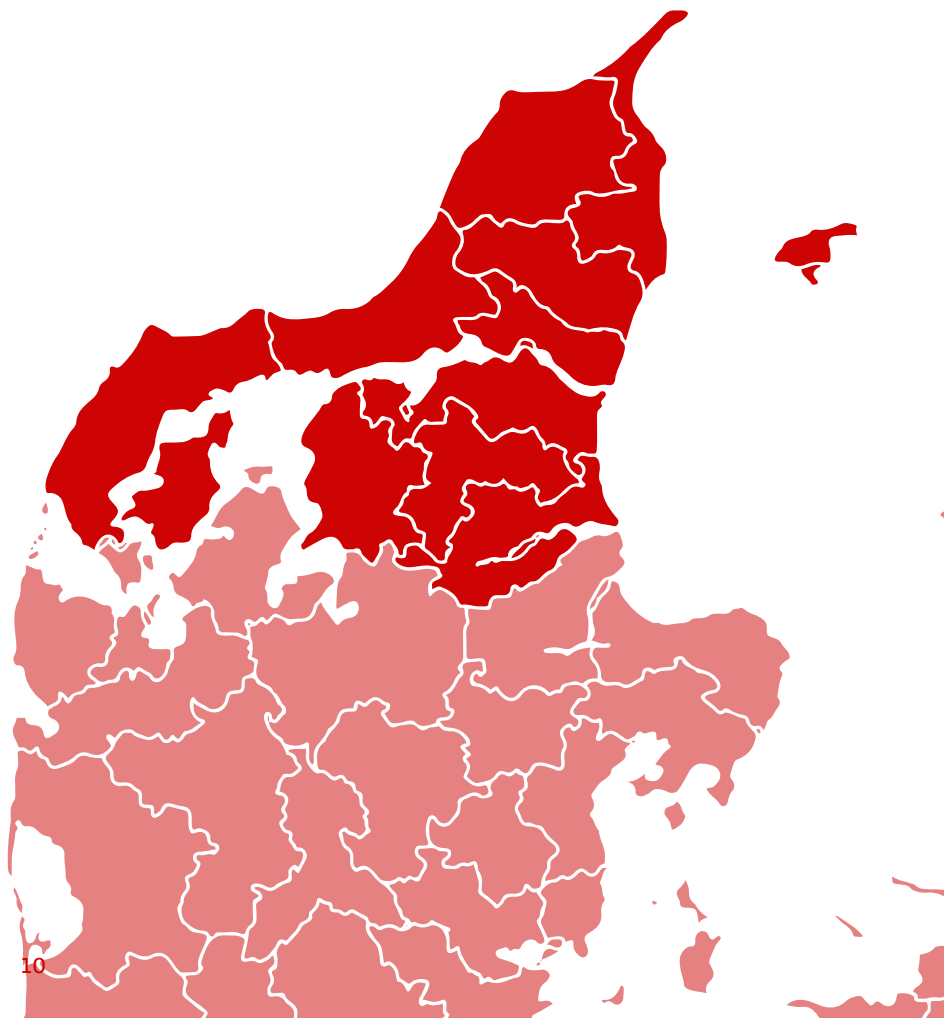
Hjerteløbernes gennemsnitsresponstid på landsplan var 03:50 min. i 1. kvartal 2026.

Vi er på landsplan 1.013 aktive hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere – det svarer til 1,2 pct. af befolkningen på 18 år og derover.

Hjerteløberordningen gennemførte i december 2025 en repræsentativ undersøgelse blandt hjerteløberne med i alt 11.241 respondenter. Den viste, at:

- Gennemsnitsalderen på hjerteløberne er 49 år.
- 96 pct. af hjerteløberne har mindst én gang været på kursus i livreddende førstehjælp.
- 25 pct. af hjerteløberne har været på kursus i livreddende førstehjælp 10 eller flere gange.
- 84 pct. af hjerteløberne har modtaget mindst én alarm.
- 40 pct. af hjerteløberne har udført hjertelungeredning i forbindelse med en alarm.
- 24 pct. af hjerteløberne har påsat og anvendt en hjertestarter i forbindelse med en alarm.

Hjerteløbertal på regionalt plan



Hjerteløberne i Region Nordjylland

Aktive hjerteløbere pr. 31. marts 2026: **5.636**

Aktive hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere: **950**

Aktiviseringer af Hjerteløberordningen i perioden 1. januar
– 31. marts 2026: **143**

I **99%** af tilfældene har mindst én hjerteløber accepteret
alarmen

I **97%** af tilfældene har mindst to hjerteløbere accepteret
alarmen

TrygFonden

Hjerteløbere fordelt på kommuner i Region Nordjylland

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Brønderslev	294	805
Frederikshavn	455	791
Hjørring	533	846
Jammerbugt	339	892
Læsø	17	1.010
Mariagerfjord	317	763
Morsø	152	786
Rebild	315	1.007
Thisted	392	921
Vesthimmerland	277	777
Aalborg	2.545	1.126

Bedste hjerteløber-
dækning i regionen

Opgørelse pr. 31. marts 2026

Hjerteløbernes indsats i Region Nordjylland

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Brønderslev	8	19	8
Frederikshavn	22	18	8
Hjørring	16	19	8
Jammerbugt	12	20	10
Læsø	2	1	0
Mariagerfjord	18	18	8
Morsø	2	16	8
Rebild	5	20	8
Thisted	11	17	7
Vesthimmerland	14	19	8
Aalborg	33	19	8

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestopet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestopet.

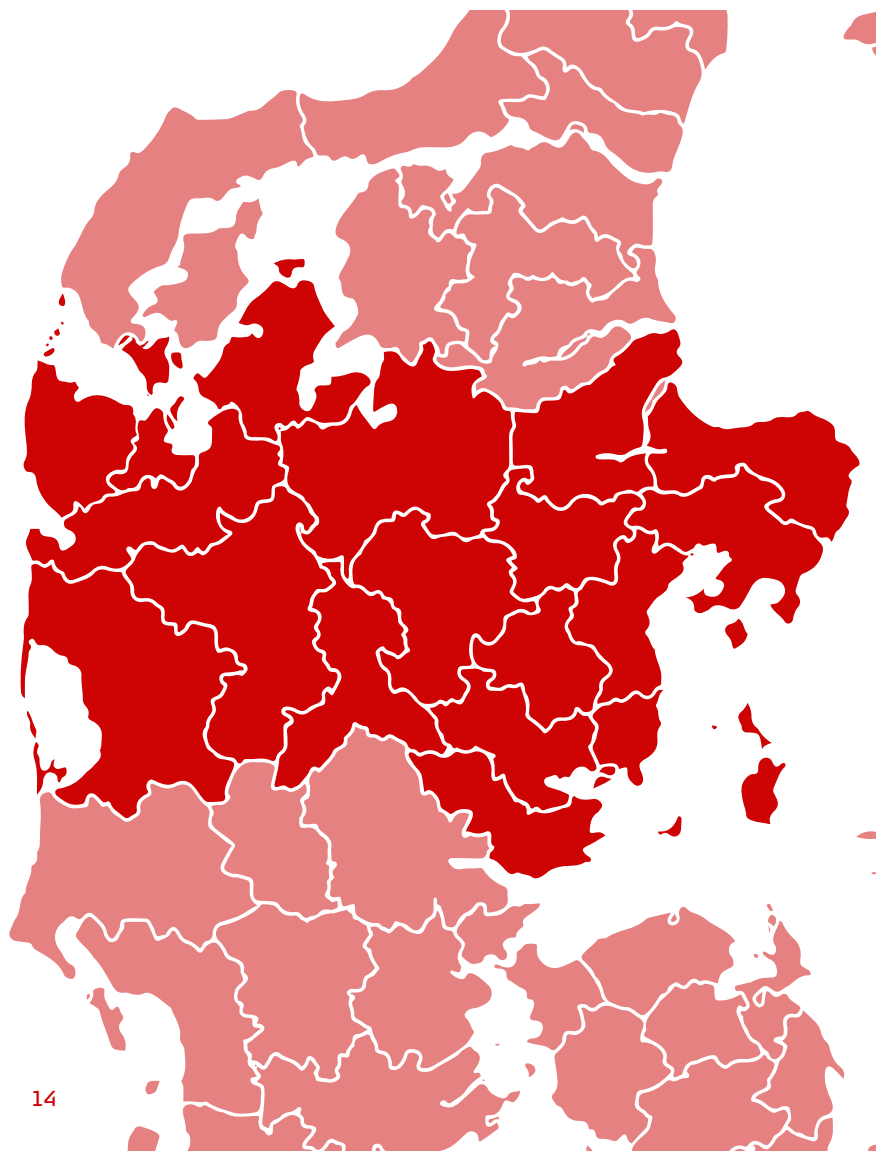
Hjerteløbernes responstider i Region Nordjylland

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (maks.)
Brønderslev	8	02:47	04:15	07:58
Frederikshavn	22	01:19	02:49	08:16
Hjørring	16	01:30	03:42	07:53
Jammerbugt	12	01:06	03:07	04:30
Læsø**	2	-	-	-
Mariagerfjord	18	00:18	04:03	06:18
Morsø	2	04:24	06:03	07:43
Rebild	5	02:54	03:28	10:22
Thisted	11	01:09	03:41	11:29
Vesthimmerland	14	00:36	05:18	10:04
Aalborg	33	00:39	02:48	06:37
Region Nordjylland*	143		03:55	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

** Hjerteløberordningen har i 1. kvartal været aktiveret 2 gange på Læsø. I begge tilfælde har ingen hjerteløbere accepteret alarmerne. Derfor kan vi i denne omgang heller ikke præsentere en responstid for hjerteløberne på Læsø.



Hjerteløberne i Region Midtjylland

Aktive hjerteløbere pr. 31. marts 2026: **15.916**

Aktive hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere: **1.151**

Aktiveringer af Hjerteløberordningen i perioden 1. januar
– 31. marts 2026: **129**

I **100%** af tilfældene har mindst én hjerteløber accepteret
alarmen

I **100%** af tilfældene har mindst to hjerteløbere
accepteret alarmen

Hjerteløbere fordelt på kommuner i Region Midtjylland

Midt- og Vestjylland

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Herning	991	1.094
Holstebro	718	1.210
Ikast-Brande	398	919
Lemvig	181	973
Ringkøbing-Skjern	564	1.018
Skive	476	1.079
Struer	206	1.024
Viborg	1.091	1.115

Østjylland

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Favrskov	712	1.430
Hedensted	493	1.015
Horsens	1.026	1.038
Norddjurs	350	960
Odder	258	1.061
Randers	946	941
Samsø	47	1.299
Silkeborg	1.160	1.129
Skanderborg	882	1.329
Syddjurs	507	1.142
Aarhus	4.910	1.298

Opgørelse pr. 31. marts 2026

Bedste hjerteløberdækning i regionen

Hjerteløbernes indsats i Midt- og Vestjylland

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Herning	9	19	11
Holstebro	8	19	9
Ikast-Brande	5	20	10
Lemvig	3	18	11
Ringkøbing-Skjern	6	14	6
Skive	2	20	12
Struer	1	20	7
Viborg	9	20	10

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestopet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestopet.

Hjerteløbernes responstider i Midt- og Vestjylland

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (maks.)
Herning	9	01:11	03:26	16:40
Holstebro	8	01:56	04:35	06:22
Ikast-Brande	5	01:18	02:50	04:38
Lemvig	3	03:52	04:19	04:23
Ringkøbing-Skjern	6	01:44	03:12	04:57
Skive	2	02:59	03:11	03:24
Struer	1	03:32	03:32	03:32
Viborg	9	01:34	02:59	05:05
Region Midtjylland*	129		03:48	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

Hjerteløbernes indsats i Østjylland

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Favrskov	4	20	11
Hedensted	4	20	9
Horsens	12	20	8
Norrdjurs	3	20	9
Odder	-	-	-
Randers	12	20	10
Samsø	-	-	-
Silkeborg	9	20	11
Skanderborg	7	20	9
Syddjurs	7	18	7
Aarhus	28	20	10

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestoppet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestoppet.

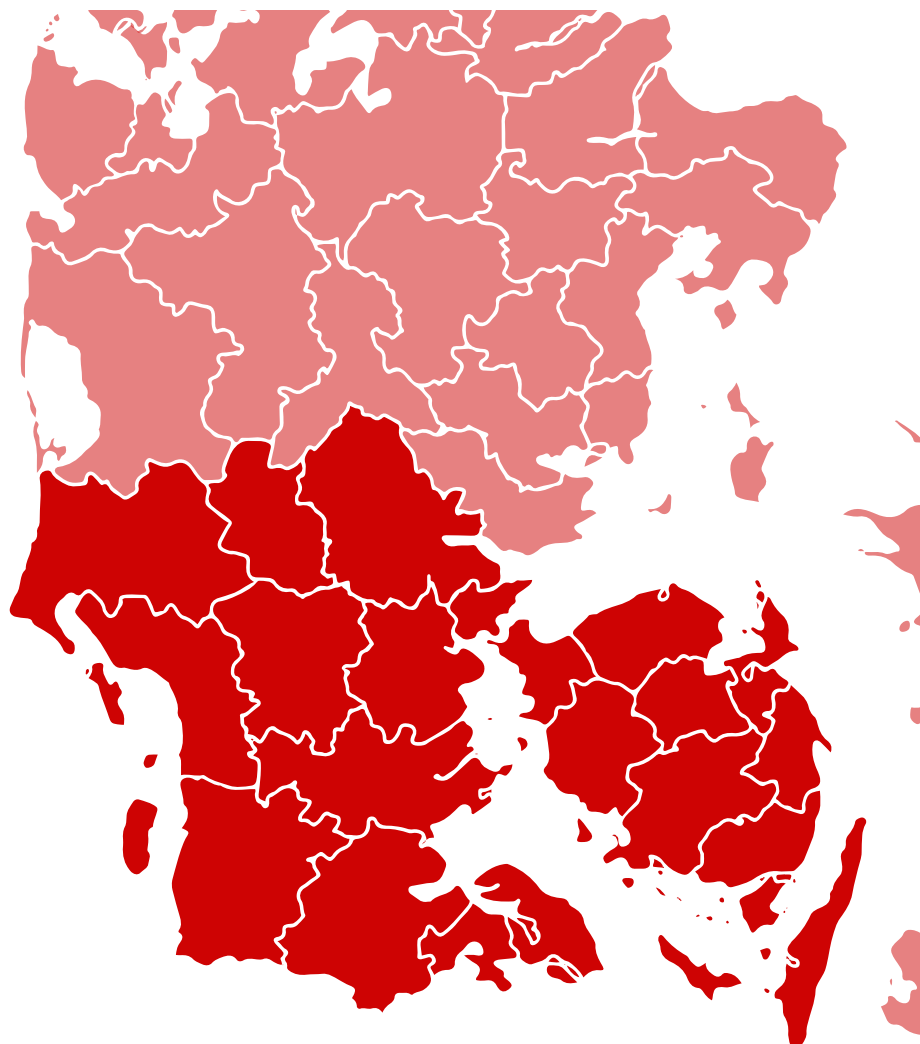
Hjerteløbernes responstider i Østjylland

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (maks.)
Favrskov	4	01:55	03:53	05:45
Hedensted	4	03:33	03:46	07:55
Horsens	12	00:08	02:31	08:17
Norrdjurs	3	01:24	09:10	09:39
Odder**	-	-	-	-
Randers	12	02:53	03:24	04:36
Samsø**	-	-	-	-
Silkeborg	9	01:50	02:55	04:41
Skanderborg	7	01:28	02:50	05:01
Syddjurs	7	02:53	05:18	21:28
Aarhus	28	01:00	02:40	10:57
Region Midtjylland*	129		03:48	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

** Hjerteløberordningen har i 1. kvartal ikke været aktiveret i Odder Kommune og på Samsø. Derfor kan vi i denne omgang heller ikke præsentere en responstid for hjerteløberne i de to kommuner.



Hjerteløberne i Region Syddanmark

Aktive hjerteløbere pr. 31. marts 2026: **11.069**

Aktive hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere: **890**

Aktiveringer af Hjerteløberordningen i perioden 1. januar –
31. marts 2026: **272**

I **99%** af tilfældene har mindst én hjerteløber accepteret
alarmerne

I **98%** af tilfældene har mindst to hjerteløbere accepteret
alarmerne

Hjerteløbere fordelt på kommuner i Region Syddanmark

Syd- og Sønderjylland

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Billund	261	960
Esbjerg	1.167	1.015
Fanø	37	1.110
Fredericia	421	795
Haderslev	568	1.029
Kolding	907	943
Sønderborg	659	889
Tønder	344	951
Varde	514	1.039
Vejen	407	954
Vejle	1.212	983
Aabenraa	552	945

Fyn og øerne

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Assens	285	706
Faaborg-Midtfyn	353	675
Kerteminde	139	572
Langeland	15	127
Middelfart	360	886
Nordfyns	189	648
Nyborg	254	784
Odense	1.988	933
Svendborg	408	680
Ærø	29	503

Opgørelse pr. 31. marts 2026

Bedste hjerteløberdækning i regionen

Hjerteløbernes indsats i Syd- og Sønderjylland

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Billund	1	20	3
Esbjerg	15	19	8
Fanø	2	20	10
Fredericia	13	20	8
Haderslev	12	19	8
Kolding	21	19	8
Sønderborg	21	19	8
Tønder	9	17	9
Varde	12	19	9
Vejen	8	20	11
Vejle	17	19	9
Aabenraa	11	20	7

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestopet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestopet.

Hjerteløbernes responstider i Syd- og Sønderjylland

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (maks.)
Billund	1	14:40	14:40	14:40
Esbjerg	15	00:23	02:43	07:20
Fanø	2	02:09	02:09	02:09
Fredericia	13	01:26	02:33	09:06
Haderslev	12	00:49	03:54	20:43
Kolding	21	00:53	03:16	10:35
Sønderborg	21	01:45	03:35	07:04
Tønder	9	02:09	03:19	06:24
Varde	12	01:46	03:30	10:52
Vejen	8	00:16	02:15	03:24
Vejle	17	01:44	03:17	09:25
Aabenraa	11	02:13	03:25	06:26
Region Syddanmark*	272		04:10	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

Hjerteløbernes indsats på Fyn og øerne

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Assens	15	20	7
Faaborg-Midtfyn	14	20	7
Kerteminde	9	20	7
Langeland	5	5	1
Middelfart	13	19	8
Nordfyns	11	18	8
Nyborg	12	20	8
Odense	40	20	9
Svendborg	9	20	8
Ærø	2	15	9

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestoppet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestoppet.

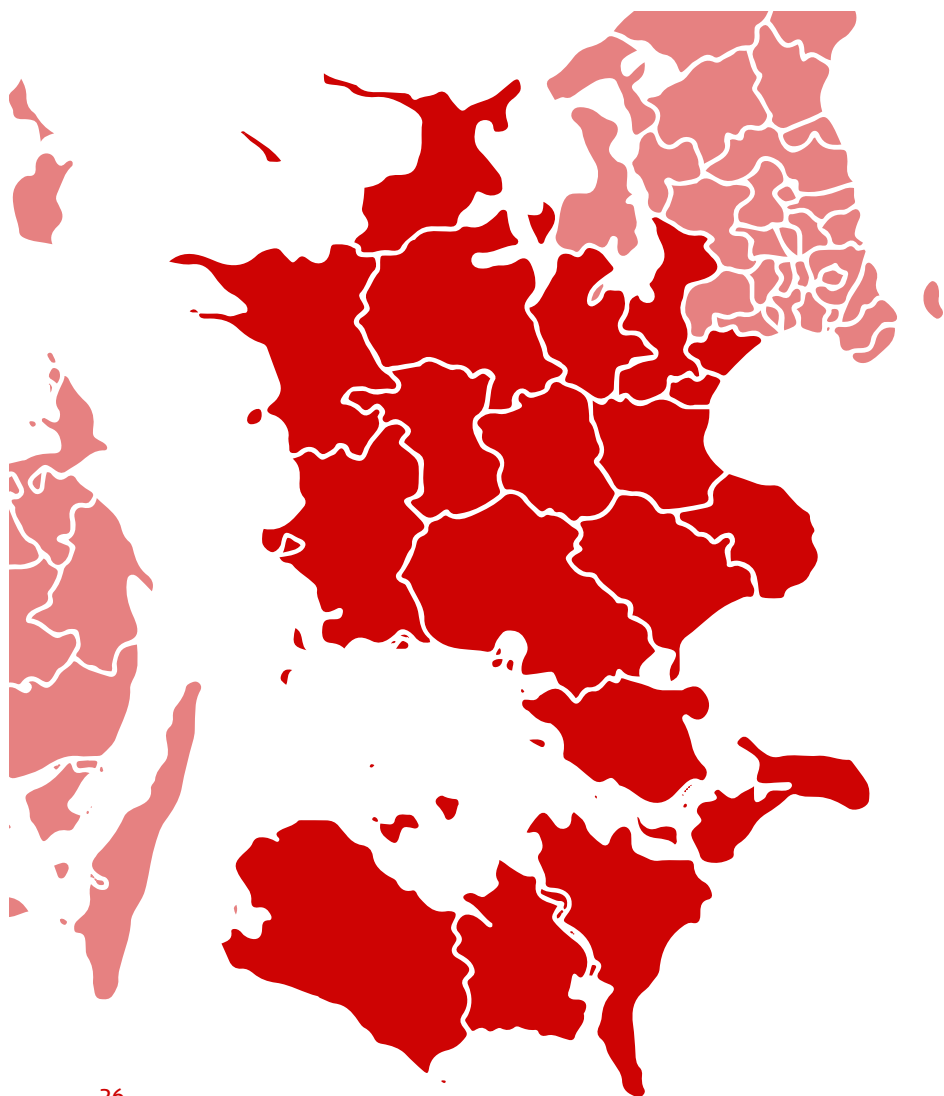
Hjerteløbernes responstider på Fyn og øerne

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (max.)
Assens	15	00:46	05:06	14:23
Faaborg-Midtfyn	14	03:03	05:30	11:31
Kerteminde	9	04:13	08:07	21:04
Langeland**	5	04:50	05:37	06:25
Middelfart	13	01:19	03:37	11:13
Nordfyns	11	01:43	02:49	09:44
Nyborg	12	01:27	04:04	08:45
Odense	40	00:10	02:37	08:40
Svendborg	9	00:37	02:47	07:52
Ærø	2	02:16	02:43	03:09
Region Syddanmark*	272		04:10	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

** Hjerteløberordningen har i 1. kvartal været aktiveret 5 gange i Langeland Kommune. I 2 af tilfældene har ingen hjerteløbere accepteret alarmer.



Hjerteløberne i Region Sjælland

Aktive hjerteløbere pr. 31. marts 2026: **7.968**

Aktive hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere: **929**

Aktiveringer af Hjerteløberordningen i perioden 1. januar –
31. marts 2026: **114**

I **100%** af tilfældene har mindst én hjerteløber accepteret
alarmen

I **100%** af tilfældene har mindst to hjerteløbere accepteret
alarmen

Hjerteløbere fordelt på kommuner i Region Sjælland

Midt- og Vestsjælland

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Greve	546	1.009
Holbæk	716	955
Kalundborg	408	851
Køge	715	1.118
Lejre	340	1.138
Odsherred	212	663
Ringsted	322	894
Roskilde	1.073	1.158
Solrød	304	1.214
Stevns	224	940

Sydsjælland og Lolland-Falster

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Faxe	323	847
Guldborgsund	476	805
Lolland	246	638
Næstved	710	834
Slagelse	719	888
Sorø	293	950
Vordingborg	341	761

Opgørelse pr. 31. marts 2026

Bedste hjerteløberdækning i regionen

Hjerteløbernes indsats i Midt- og Vestsjælland

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Greve	8	20	9
Holbæk	8	20	9
Kalundborg	9	20	8
Køge	9	20	7
Lejre	5	20	8
Odsherred	4	20	6
Ringsted	5	20	6
Roskilde	4	20	11
Solrød	-	-	-
Stevns	6	20	9

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestoppet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestoppet.

Hjerteløbernes responstider i Midt- og Vestsjælland

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (maks.)
Greve	8	02:05	04:25	12:03
Holbæk	8	02:11	04:21	07:18
Kalundborg	9	03:01	04:45	08:33
Køge	9	00:39	02:38	04:48
Lejre	5	03:18	05:43	09:33
Odsherred	4	03:01	06:03	07:23
Ringsted	5	02:42	03:56	07:42
Roskilde	4	00:20	02:42	03:35
Solrød**	-	-	-	-
Stevns	6	02:43	04:45	07:46
Region Sjælland*	114		04:33	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

** Hjerteløberordningen har i 1. kvartal ikke været aktiveret i Solrød Kommune. Derfor kan vi i denne omgang heller ikke præsentere en responstid for hjerteløberne i Solrød.

Hjerteløbernes indsats på Sydsjælland og Lolland-Falster

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Faxe	6	20	9
Guldborgsund	10	19	7
Lolland	8	19	8
Næstved	3	20	10
Slagelse	16	20	9
Sorø	6	20	8
Vordingborg	7	17	5

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestoppet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestoppet.

Hjerteløbernes responstider på Sydsjælland og Lolland-Falster

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (maks.)
Faxe	6	03:14	04:58	12:12
Guldborgsund	10	03:03	04:29	09:33
Lolland	8	03:35	05:49	08:32
Næstved	3	01:25	04:34	04:37
Slagelse	16	02:01	03:08	06:48
Sorø	6	01:45	04:09	07:48
Vordingborg	7	03:25	06:21	16:20
Region Sjælland*	114		04:33	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

Hjerteløberne i Region Hovedstaden

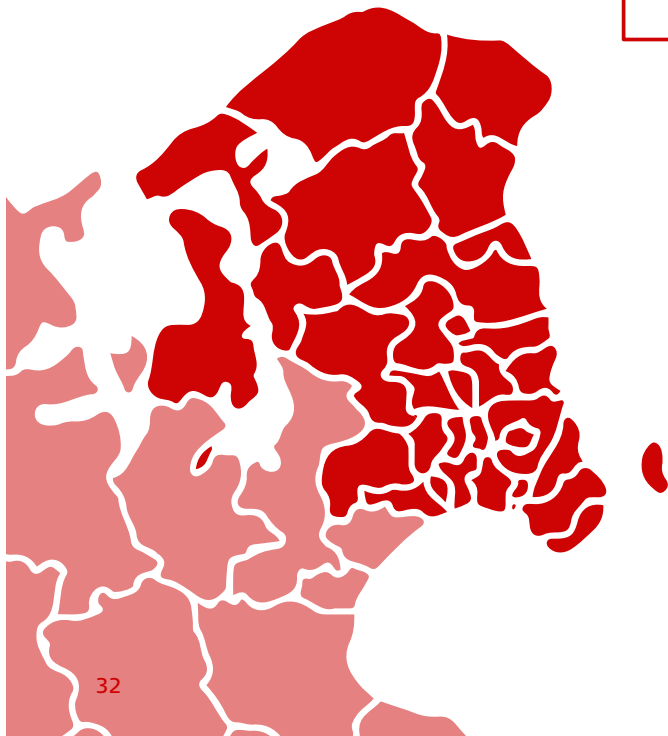
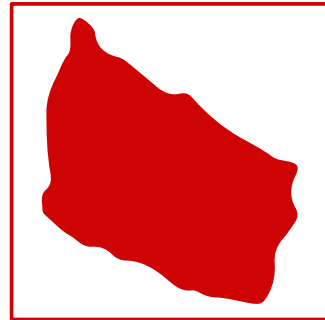
Aktive hjerteløbere pr. 31. marts 2026: **20.470**

Aktive hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere: **1.051**

Aktivering af Hjerteløberordningen i perioden 1. januar –
31. marts 2026: **100**

I **100%** af tilfældene har mindst én hjerteløber accepteret
alarmen

I **100%** af tilfældene har mindst to hjerteløbere accepteret
alarmen



Hjerteløbere fordelt på kommuner i Region Hovedstaden

Vestegnen

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Albertslund	240	820
Ballerup	499	925
Brøndby	293	715
Gladsaxe	714	1.003
Glostrup	261	1.010
Herlev	317	990
Hvidovre	462	852
Høje-Taastrup	432	715
Ishøj	172	697
Rødovre	375	831
Vallensbæk	160	856

Nordsjælland

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Allerød	397	1.498
Egedal	658	1.423
Fredensborg	491	1.157
Frederikssund	596	1.256
Furesø	549	1.280
Gentofte	734	977
Gribskov	517	1.237
Halsnæs	280	882
Helsingør	732	1.139
Hillerød	727	1.317
Hørsholm	298	1.175
Lyngby-Taarbæk	802	1.368
Rudersdal	789	1.362

Opgørelse pr. 31. marts 2026

Bedste hjerteløberdækning i regionen

Hjerteløbere fordelt på kommuner i Region Hovedstaden

København

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Dragør	209	1.444
Frederiksberg	1.087	1.024
København	6.809	1.014
Tårnby	505	1.142

Bornholm

Kommune	Aktive hjerteløbere	Pr. 100.000 indbyggere
Bornholm	365	941

Opgørelse pr. 31. marts 2026

Hjerteløbernes indsats på Vestegnen

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Albertslund	2	20	11
Ballerup	2	20	9
Brøndby	4	20	7
Gladsaxe	3	20	11
Glostrup	2	20	10
Herlev	-	-	-
Hvidovre	3	20	8
Høje-Taastrup	2	20	9
Ishøj	2	20	8
Rødovre	5	20	9
Vallensbæk	1	20	11

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestoppet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestoppet.

Hjerteløbernes responstider på Vestegnen

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (maks.)
Albertslund	2	02:35	02:39	02:43
Ballerup	2	02:24	03:32	04:39
Brøndby	4	00:20	01:42	02:47
Gladsaxe	3	00:47	01:40	04:57
Glostrup	2	03:29	03:29	03:29
Herlev**	-	-	-	-
Hvidovre	3	02:57	03:23	07:30
Høje-Taastrup	2	01:28	03:45	06:01
Ishøj	2	02:36	04:03	05:29
Rødovre	5	01:10	02:37	03:39
Vallensbæk	1	04:04	04:04	04:04
Region Hovedstaden*	100		03:10	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

** Hjerteløberordningen har i 1. kvartal ikke været aktiveret i Herlev Kommune. Derfor kan vi i denne omgang heller ikke præsentere en responstid for hjerteløberne i Herlev.

Hjerteløbernes indsats i Nordsjælland

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Allerød	2	20	16
Egedal	1	20	10
Fredensborg	3	20	8
Frederikssund	6	20	11
Furesø	2	20	13
Gentofte	3	20	9
Gribskov	6	20	10
Halsnæs	3	20	9
Helsingør	5	20	10
Hillerød	5	20	11
Hørsholm	4	20	13
Lyngby-Taarbæk	1	20	11
Rudersdal	4	20	12

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestoppet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestoppet.

Hjerteløbernes responstider i Nordsjælland

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (maks.)
Allerød	2	02:17	06:31	10:46
Egedal	1	02:29	02:29	02:29
Fredensborg	3	02:20	04:23	04:33
Frederikssund	6	02:15	03:21	05:41
Furesø	2	00:58	02:13	03:27
Gentofte	3	03:48	03:56	04:16
Gribskov	6	01:25	04:31	07:34
Halsnæs	3	03:07	03:37	12:50
Helsingør	5	00:17	02:43	03:05
Hillerød	5	01:53	02:54	05:14
Hørsholm	4	01:04	03:49	06:26
Lyngby-Taarbæk	1	02:38	02:38	02:38
Rudersdal	4	01:53	02:49	03:08
Region Hovedstaden*	100		03:10	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

Hjerteløbernes indsats i København

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Dragør	1	20	13
Frederiksberg	3	20	9
København	22	20	11
Tårnby	1	20	9

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestoppet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestoppet.

Hjerteløbernes responstider i København

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (maks.)
Dragør	1	03:13	03:13	03:13
Frederiksberg	3	01:17	01:49	02:01
København	22	00:41	02:17	05:37
Tårnby	1	02:05	02:05	02:05
Region Hovedstaden*	100		03:10	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

Hjerteløbernes indsats på Bornholm

Kommune	Aktiveringer*	Hjerteløbere alarmeret (gennemsnit)**	Accepterede alarmer (gennemsnit pr. alarm)
Bornholm	2	18	8

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Aktiveringer på kommuneplan er opgjort ud fra den position, hvor hjertestoppet fandt sted. Hjerteløberne aktiveres på tværs af kommunegrænser.

** Når Hjerteløberordningen aktiveres, alarmeres de 20 nærmeste hjerteløbere inden for en afstand på 5 km fra hjertestoppet.

Hjerteløbernes responstider på Bornholm

Kommune	Aktiveringer	Hjerteløbernes responstid (min.)	Hjerteløbernes responstid (median)	Hjerteløbernes responstid (maks.)
Bornholm	2	02:17	02:26	02:35
Region Hovedstaden*	100		03:10	

Opgørelse pr. 31. marts 2026

* Responstiden på regionalt plan er beregnet som gennemsnittet af de kommunale medianer.

Om Hjerteløberordningen

Et supplement til det professionelle beredskab

Formålet med Hjerteløberordningen er at sende frivillige hjerteløbere frem til personer med hjertestop uden for hospital for hurtigst muligt at igangsætte hjertelungeredning og brug af hjertestarter.

Hjerteløberordningen blev lanceret i Region Hovedstaden i efteråret 2017 som et supplement til kerneopgaven i regionernes akutberedskaber i forbindelse med hjertestop uden for hospital. Ordningen blev landsdækkende den 1. maj 2020.

75 hjerteløbere løber hver dag

Hjerteløberordningen bliver aktiveret i gennemsnit 10 gange om dagen. Det betyder, at der er ca. 75 hjerteløbere, som hver dag året rundt smider, hvad de har i hænderne for at redde et andet menneskes liv – både dag og nat.

1,2 pct. af den voksne befolkning i Danmark er aktive hjerteløbere.

Hjertestarter-Netværket er en forudsætning for Hjerteløberordningen

Formålet med Hjertestarter-Netværket er at gøre det muligt for den sundhedsfaglige visitator på AMK-vagtcentralen at identificere den nærmeste tilgængelige hjertestarter på tidspunktet for opkaldet. På samme måde kan Hjerteløberordningen guide hjerteløberne til de nærmeste hjertestartere.

De europæiske retningslinjer for genoplivning og livreddende førstehjælp siger, at hjertestartere skal placeres udendørs, så de er tilgængelige 24 timer i døgnet året rundt, og de bør ikke låses inde.

Hjertestarter-Netværket blev etableret i 2006 i et

samarbejde mellem TrygFonden, myndigheder og beredskaber. Dermed var Hjertestarter-Netværket – eller Hjertestarter.dk – verdens første nationale hjertestarterregister. I 2010 fik alle landets alarmcentraler (1-1-2) adgang til Hjertestarter-Netværket.

En hjertestarter redder liv

En hjertestarter analyserer hjertets rytme og afgiver et eller flere kontrollerede elektriske stød til hjertet, hvis det er nødvendigt for at genskabe den normale hjertepumpefunktion. En hjertestarter kaldes også en defibrillator eller en AED, der står for Automatisk Ekstern Defibrillator.

TrygFonden

Over 26.500 registrerede hjertestartere

Der er pr. 31. marts 2026 registreret **26.719** hjertestartere i TrygFondens Hjertestarter-Netværk, hvoraf 19.263 (**72** pct.) er tilgængelige døgnet rundt.

På regionalt plan fordeler de registrerede hjertestartere sig således:

- Region Nordjylland: **3.060** hjertestartere – **80** pct. døgntilgængelige
- Region Midtjylland: **5.748** hjertestartere – **75** pct. døgntilgængelige
- Region Syddanmark: **6.059** hjertestartere – **73** pct. døgntilgængelige
- Region Sjælland: **4.225** hjertestartere – **78** pct. døgntilgængelige
- Region Hovedstaden: **7.626** hjertestartere – **63** pct. døgntilgængelige

Hjertestop i Danmark

Fakta om hjertestop i Danmark

5.000 årlige hjertestop uden for hospitalet

Ifølge Dansk Hjertestopregister bliver der hvert år forsøgt genoplivning på omkring 5.000 personer med hjertestop uden for hospitalet. Det svarer til 14 personer om dagen. 75 pct. får hjertestop i private hjem, mens 25 pct. får hjertestop i det offentlige rum.

Formålet med hjertelungeredning – altså hjertemassage og kunstigt åndedræt – er at pumpe blodet rundt i kroppen, så skader på vitale organer som følge af iltmangel reduceres.

Mange overlevede hjertestop i 2024

Antallet af overlevende efter hjertestop pr. 100.000 indbyggere er ca. 11 personer. I absolutte tal overlevede 636 personer hjertestop i 2024.

Prognosen for hjertestop-overleverere er god

Overordnet set er prognosen for overlevende efter hjertestop god. Hele 96 pct. af alle, der overlever hjertestop, overlever til et godt liv, mens kun 4 pct. ender med sværere neurologiske skader.

Danskerne er klar til at træde til

I december 2025 gennemførte Hjerteløberordningen en repræsentativ befolkningsundersøgelse med 2.500 respondenter. Undersøgelsen viste bl.a.:

- 81 pct. af den voksne befolkning har mindst én gang været på kursus i livreddende førstehjælp.
- 92 pct. af de 18-34 årige har mindst én gang været på kursus i livreddende førstehjælp.
- Den obligatoriske førstehjælpsundervisning i forbindelse med erhvervelse af kørekort har stor betydning for, at mange af de 18-34 har været på kursus i livreddende førstehjælp.
- 14 pct. af den voksne befolkning i Danmark har været på kursus i livreddende førstehjælp inden for det seneste år.
- 56 pct. af den voksne befolkning føler sig klar til at træde til, hvis de bliver vidne til et hjertestop.
- 94 pct. af den voksne befolkning kender til Hjerteløberordningen.
- 20 pct. af den voksne befolkning – som ikke er hjerteløbere – har overvejet at blive hjerteløbere.

Nyheder

Nyheder i 2026

Genoplivning på dagsordenen (januar)

Mange af landets eksperter og praktikere på genoplivningsområdet mødtes sammen med flere ministre til Genoplivningskonferencen 2026, der blev afviklet af Dansk Råd for Genoplivning den 29. januar 2026 i DGI Byen i København. Se en video fra dagen her: [Genoplivningskonferencen 2026](#)

Randomiseringsstudie afsluttet (marts)

Forskningsstudiet, hvor man med randomisering undersøger effekten af Hjerteløberordningen, blev afsluttet den 1. marts 2026. Netop nu bearbejdes data, og resultaterne udgives som en videnskabelig artikel senere på året. Det bliver verdens første studie af sin slags.

Implementering af nye guidelines (1. halvår)

De nye retningslinjer for genoplivning og livreddende førstehjælp forventes at være endeligt implementeret i undervisnings- og kursusmaterialer inden sommeren 2026. <https://genoplivning.dk/wp-content/uploads/2025/11/2.-Jens-Roland-BLS-DRG-HLRAED-praesentation-ERC-G2025-stormoder.pdf>

Hjertestarterdag (oktober)

Hjertestarterdagen afholdes som altid den 16. oktober med arrangementer rundt om i landet, hvor børn og voksne kan få en gratis introduktion til hjertelungeredning og brug af hjertestarter. Alle virksomheder, organisationer, foreninger mv., der vil være med til at sætte genoplivning på dagsordenen, kan afholde et arrangement og hente gode råd og vejledning hos Dansk Råd for Genoplivning.

<https://genoplivning.dk/hjertestarterdagen/>

**En stor tak til alle hjerteløbere og til alle,
som stiller deres hjertestarter til
rådighed via Hjertestarter-Netværket**