

Hvad gør DU i tilfælde af et hjertestop?

1

Er personen ved bevidsthed?

Tag fat i den tilskadekomnes skuldre og rusk forsigtigt. Tal højt eller råb til personen og forsøg at få personens opmærksomhed. Reagerer personen ikke, er personen bevidstløs. Læg personen på ryggen på en hård overflade som f.eks. gulvet..

Råb på hjælp!

2

Trækker personen vejret?

Hvis personen er bevidstløs, kan tungen falde tilbage i munden og lukke luftvejene. Bøj hovedet lidt tilbage og løft hagen op, så tungen bliver løftet væk fra svælget. Se om brystkassen hæver og sænker sig. Føl om der er åndedræt mod din kind. Lyt om der er vejtrækning.

3

Ring 1-1-2

Hvis du er alene, skal du ringe 1-1-2, hvis der er andre så bed dem om at ringe. Bevar roen og svar klart og tydeligt på spørgsmålene fra 1-1-2. Sæt telefonen på højttaler - Alarmcentralen giuder dig igennem hele forløbet. Alarmcentralen sender en ambulance og aktivere Hjertepilotnetværket som kommer med en hjertestarter.

4

Hent hjertestarteren

Er der en hjertestarter i nærheden, vil alarmcentralen bede dig om at hente den, men kun hvis den er så tæt på, at du kan se den. Er du ikke alene, må en anden hente hjertestarteren. Fortsæt med hjertelungeredning mens hjertestarteren varmer op.

5

Hjælpen er på vej

Følg instruktionerne fra hjertestarteren. Var der ikke en hjertestarter i nærheden, skal du fortsætte hjertemassage, indtil hjælpen kommer frem. Er der en hjertepilot i nærheden, vil piloten hurtigt være hos dig! Hjertepiloten vil støde med hjertestarteren og tage over for førstehjælpen, indtil ambulancen ankommer.



HJERTEPILOT



Hvordan giver man hjertemassage?

Når du giver hjertemassage skal den tilskadedkomne ligge fladt ryggen, på et fast underlag, f.eks. gulvet.

Din opgave er at hjælpe hjertet med at pumpe blod rundt i kroppen. Det gør du ved at placere din ene hånd så håndrodden er midt på brystkassen, lægge den anden hånd ovenpå, og flette fingrene.

Når du trykker, skal brystbenet trykkes 5-6 cm ned. Mellem hvert tryk slipper du trykket helt, uden at miste kontakten mellem hånden og brystkassen.

Du skal ca. trykke to gange i sekundet. Når du har trykket 30 gange, skal du puste to gange.

Sørg for at den tilskadedkomne har frie luftveje. Det gør du ved at bøge den tilskadedkomnes hoved lidt tilbage og samtidig løfte kæben op mod loftet.

Luk næsen ved at trykke den bløde del sammen med din tommel og pegefinger.

Tag en normal indånding og pust luft i munden på den tilskadedkomne indtil du kan se, at brystkassen hæver sig. Stop med at puste og lad brystkassen sænke sig igen.

Pust igen så du får to effektive pust.

Bliv ved med at give hjertemassage i forholdet **30 tryk og 2 pust**, indtil ambulancen eller en hjertepilot ankommer med en hjertestarter.

Husk! Du ikke kan gøre noget forkert!



Alt hvad du gør giver den tilskadedkomne en ekstra chance for at overleve.

Bliv Hjertepilot og red liv!

I Danmark er der omkring 15 hjertestop hver dag, og nogle af dem i områder af Danmark hvor der er lang ventetid på en ambulance. For størst chance for at overleve et hjertestop skal der stødes med en hjertestarter inden for 5-6 minutter.

Vores Hjertepiloter har hjertestartere i bilen, og er uddannede førstehjælpere. De kan derfor reagere hurtigt og professionelt i tilfælde af et hjertestop.

www.hjertepiloter.dk