

HJÄRTSTARTAR information



Vi på SeniorNet Hässelby-Vällingby har en hjärtstartare som finns inne i klubblokalen.

Vår hjärtstartare är skänkt av ”Dina Försäkringar”.

En hjärtstartare är enkelt uttryckt en maskin som känner av hjärtverksamheten hos en människa och som om det är nödvändigt kan leverera en strömstöt mot hjärtat och på så sätt återställa den normala rytmen och få hjärtat att slå igen.



Hjärtstartare (även kallad defibrillator eller Automatisk Extern Defibrillator, AED) som finns tillgängliga i samhället är enkla att använda och kräver inga egentliga förkunskaper. De är i stort sett självinstruerande och hjälper och vägleder användaren genom de olika moment som ska ske, en del ger även instruktioner i hur hjärt- och lungräddning ska utföras korrekt. Det finns ett flertal olika hjärtstartarmodeller på marknaden men de har närmast samma funktioner och ser förhållandevis lika ut.

Vem som helst, oavsett ålder, utbildning eller tidigare erfarenhet kan använda en hjärtstartare för att försöka rädda livet på någon som drabbats av ett hjärtstopp. I praktiken är det omöjligt att använda apparaten fel. Hjärtstartaren ger tydliga röstinstruktioner på svenska som är lätta att följa.

Det är viktigt att känna till att skulle man försöka använda hjärtstartaren på en person som inte har drabbats av hjärtstopp så kommer den att protestera, den levererar bara ström om den känner av det elektriska kaos som är mottagligt för den behandlingen. Detta gör hjärtstartare till en säker och användarvänlig, potentiellt livräddande apparat.

Hjärt- & lungräddning - HLR

Vid ett hjärtstopp kan hjärtat inte längre pumpa blodet ut i kroppen. Med start av HLR, hjärt-lungräddning kan blodet pumpas manuellt. Kraftiga bröstkompressioner i högt tempo samt inblåsningar kan ge tillräcklig blodcirkulation tills professionell hjälp kommer. Ju tidigare HLR, bröstkompressioner och inblåsningar startas, desto större blir chansen att överleva vid ett hjärtstopp.

Innan du startar hjärt-lungräddning, HLR, måste du kontrollera medvetande och andning.

Kontroll av medvetande

Ta ett tag i axlarna, skaka försiktigt i personen och försök väcka henne/honom. Om personen inte vaknar ska du kontrollera andningen.

Kontroll av andning

Öppna luftvägen genom att lägga en hand på pannan, böj huvudet bakåt och lyft upp hakan med din andra hands pek- och långfinger. Lagg ditt öra nära personens näsa och mun, lyssna och känn efter andetag, se samtidigt på bröstkorgen om den höjer sig.

Om personen har onormal andning eller inte andas alls, eller om du är osäker så ska du bedöma det som att personen har drabbats av hjärtstopp, larma 112 och starta hjärt-lungräddning.

Så här gör du hjärt- & lungräddning – HLR

HLR görs genom bröstkompressioner(tryck på bröstkorgen) och inblåsningar.

Bröstkompressioner

Placera din ena handlov mitt på bröstbenet mellan bröstvårtorna, placera din andra hand ovanför den andra. Tryck ned bröstkorgen minst 5 cm (ej mer än 6 cm). Håll en takt av 100- 120 tryck/min.

Tryck 30 gånger.

Inblåsningar

Öppna luftvägen: håll en hand på pannan, böj huvudet bakåt och lyft upp hakan med andra handens pek- och långfinger. Knip om personens näsa, placera din mun tätt runt den drabbades och blås in luft tills bröstkorgen höjer sig.

Gör 2 inblåsningar.

Fortsätt att göra 30 kompressioner och ge 2 inblåsningar, 30 kompressioner och 2 inblåsningar... tills hjälp anländer eller att personen andas med normala andetag.