

Anvisningar för livräddande - första hjälpen



Hjärt-lungräddning



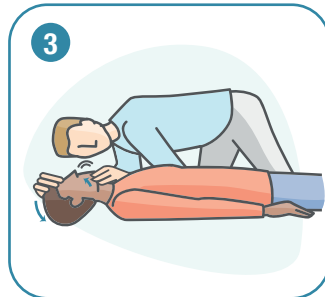
Kan du väcka personen?

- Försök väcka personen genom tilltal och genom att ruska om personen.



Om personen inte vaknar, ring nödnumret 112.

- Om personen sitter upp eller ligger på mage, vänd på rygg.



Öppna luftvägarna och kontrollera andningen.

- Böj personens huvud genom att lyfta med två fingrar under halspetsen samtidigt som du med den andra handen trycker pannan nedåt.
- Om andningen är onormal eller saknas, inled hjärt-lungräddning.

Hjärt-lungräddning



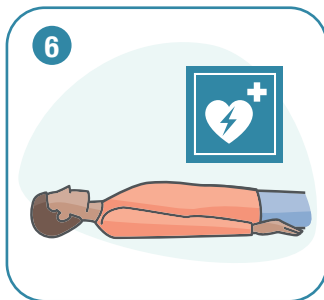
Inled hjärt-lungräddning.

- Placera dina händer på bröstbenet, tryck 30 gånger så att bröstkorgen sjunker nedåt.



Blås 2 gånger.

- Öppna luftvägarna.
- Placera din mun tätt över personens mun. Kläm ihop näsan.
- Blås lugnt in luft i den hjälpbehövandes lungor. Blås 2 gånger.
- Fortsätt återuppliva med rytmen 30:2.



Om det finns en rådgivande defibrillator på platsen skall den användas.

- Hämta defibrillatorn om du är ensam, be annars någon annan hämta den.
- Starta apparaten och följ anvisningarna den ger.

Ett främmande föremål i luftvägarna

1



Ett främmande föremål i luftvägarna förhindrar andning.

- Personen kan inte prata.

2



Ge hjälp åt personen.

- Ställ dig bakom personen och böj personens överkropp framåt och neråt
- Dunka fem gånger hårt mellan skulderbladen.
- Gör nödanmälan till 112.

3



Heimlichmanövern används om slagen mellan skulderbladen inte hjälper:

- Placera dina händer på personens mellangärde
- Knyck händerna mot dig själv med en snabb rörelse. Upprepa 5 gånger vid behov.
- Växla mellan ryggdunkningar och Heimlichmanövern, 5 gånger var.

Så stillar du en blödning

1



Stoppa blödningen.

- Tryck direkt på stället som blöder.

2



Lägg tryckförband på såret.

3



Om personen du hjälper är blek eller yr, lägg då ner personen, helst med huvudet lågt och benen hög.

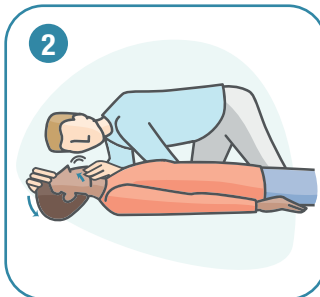
- Förhindra värmeförlust.
- Håll den skadade kroppsdelen högt, helst över hjärtats nivå.
- Vid behov ring 112.

Så hjälper du en medvetslös



Personen är medvetslös och du kan inte väcka personen.

- Ring nödnumret 112.



Kontrollera andningen.

- Öppna luftvägarna.
Böj personens huvud.
- Känner du en luftström om du lägger din kind mot personens näsa/mun?



En medvetslös person ska läggas i framstupa sidoläge.

- Kontrollera andningen tills yrkeskunnig personal anländer.

Så gör du nödanmälan

Gör nödanmälan till det allmänna nödnumret 112 genast när du misstänker att en skadad eller sjuk människa behöver professionell hjälp.

1. Ring nödsamtalet själv om du kan.
2. Berätta vad som har hänt.
3. Ge exakt adress, ditt namn och telefonnummer.
4. Svara på frågorna.
5. Följ de anvisningar du får.
6. Avsluta samtalet först när du får lov.



Anvisningar för livräddande första hjälpen

