

**Basal hjärt-lungräddning, vuxen**  
**Två som hjälper**



**1 Vid medvetslöshet**, försök väcka personen genom tilltal och genom att ruska om.

**2 Om personen inte vaknar, ring 112.**

- aktivera telefonens högtalarfunktion
- den andra personen hämtar hjärtstartare

**3 Vänd personen på rygg, kontrollera om andningen är normal**

- Öppna luftvägarna genom att korrigera huvudets ställning, ta tag under hakan och för den uppåt.
- Kan du känna en luftström mot din kind? Kan du se bröstorgen häva sig?

**4 Om personen inte andas normalt, inled återupplivning med kompressioner, tryck 30 gånger.**

- Placera nedre delen av din handflata mitt på personens bröstben, lägga din andra hand över.
- Tryck bröstbenet rakt neråt 30 gånger.

**5 Fortsätt med 2 inblåsningar.**

- Se till att luftvägarna är öppna, täpp till personens näsborrar, täck personens mun med din egen och gör två lugna inblåsningar, bröstorgen ska då höja sig.
- Fortsätt återuppliva med rytmen 30:2.

**6 Då hjärtstartaren finns på plats**

- Hjälpare (A) fortsätter med hjärt-lungräddningen.
- Hjälpare (B) startar apparaten och följer dess instruktioner.
- (B) fäster elektroderna på patientens bara bröstorg.
- Apparaten analyserar rytmen, om rytmen kan defibrilleras meddelar apparaten "rör inte personen".
- (B) Upprepar kommandot och ger stöt. Efter detta försätter man återuppliva tills professionell hjälp anländer eller tills personen vaknar till liv.