

## **HLR-rådets kvalitetspolicy för allmänheten**

### *Hjärt-lungräddning med god kvalitet*

#### **Barn - HLR med god kvalitet**

- Fem inblåsningar
- Blås in tills bröstkorgen höjer sig
- En inblåsning ska ta 1 sekund
- Tryck på nedre delen av bröstbenet
- Takt minst 100/minut, inte mer än 120/minut
- Kompressionsdjup 4 cm om barnet är < 1 år, 5 cm om barnet är >1 år
- Släpp upp helt efter varje kompression, behåll hudkontakten
- 30 kompressioner följt av 2 inblåsningar, 30:2
- Minimera avbrott
- På hårt underlag

#### **Vuxen - HLR med god kvalitet**

- Tryck mitt på bröstet
- Takt minst 100/minut, inte mer än 120/minut
- Kompressionsdjup minst 5 cm, inte mer än 6 cm
- Släpp upp helt efter varje kompression, behåll hudkontakten
- Blås in tills bröstkorgen höjer sig
- En inblåsning ska ta 1 sekund
- 30 kompressioner följt av 2 inblåsningar, 30:2
- Minimera avbrott
- På hårt underlag

#### *Kriterier för utbildning i hjärt-lungräddning*

- För allmänheten rekommenderas träning alternativt en ny HLR-kurs varje år.
- För instruktörer och huvudinstruktörer rekommenderas att hålla utbildning minst en gång varje år i aktuellt utbildningsprogram.
- Utbildningarna är standardiserade enligt Svenska HLR-rådets utbildningsprogram.
- Kompetenskort och kompetensbevis utfärdas efter godkänd utbildning som följt HLR-rådets riktlinjer, av instruktörer och huvudinstruktörer.
- Utbildningarna registreras i HLR-rådets utbildningsregister

#### **HLR-rådets behandlingsmål vid hjärtstopp utanför sjukhus**

- Larm inom 1 minut.
- Start av HLR inom 1 minut.
- Defibrillering ska kunna ske inom 5 minuter

## *Kriterier för kvalitetssäkring av instruktörer och huvudinstruktörer*

### **Minimikrav för att upprätthålla instruktörs- och huvudinstruktörskompetens**

#### **Varje år**

Alla bör repetera HLR varje år, både deltagare och instruktörer/huvudinstruktörer. Inom sjukvården bör repetition ske varje halvår, dock minst en gång varje år samt årligen utföra webbutbildningen på kursnivå i de program där det finns.

#### **Varje år - Aktiv instruktör/huvudinstruktör**

Alla instruktörer/huvudinstruktörer bör hålla utbildning två gånger varje år, dock minst en gång varje år inom aktuellt utbildningsprogram för att upprätthålla kvalitet på sin instruktörskompetens. Instruktören/huvudinstruktören bör även uppdatera sig genom att läsa aktuellt utbildningsmaterial och aktuell information på HLR-rådets webbsida [www.hlr.nu](http://www.hlr.nu) samt utföra webbutbildningen på instruktörsnivå årligen.

#### **Efter >2 år - Repetition av instruktörs/huvudinstruktörsutbildning**

Om en instruktör/Hi inte hållit utbildning på två år (registrerad i utbildningsregistret) ska instruktören för att hålla kurs repetera sina kunskaper. Detta genom att läsa in allt material som berör utbildningsprogrammet, utföra webbutbildningen på instruktörsnivå samt auskultera på kurs som hålls av annan instruktör/huvudinstruktör. Instruktören/huvudinstruktören behåller sitt register-id (instruktörsnummer) i utbildningsregistret.

#### **Efter 5 år - Inaktiv instruktör**

Efter fem år utan att instruktören hållit i utbildningar och rapporterat in kurser till HLR-rådets utbildningsregister flyttas instruktören över från aktiv instruktör, till inaktiv instruktör. Helt ny instruktörsutbildning skall genomföras. Tidigare instruktörsnummer kan aktiveras eller nytt instruktörsnummer registreras vid ny utbildning

## *Rekommendationer för instruktörer och huvudinstruktörer*

- Att hålla kunskaper aktuella inom ämnet hjärt-lungräddning enligt senaste riktlinjer är en förutsättning för att upprätthålla kvalitet som instruktör/huvudinstruktör.
- Instruktör/huvudinstruktör har ett eget ansvar för att hålla sig uppdaterade inom sitt ämnesområde. Till hjälp finns bland annat HLR-rådets webbsida, webbutik, hjärt-lungräddningsregistret, utbildningsregister, hjärtstartarregister, nyhetsbrev, internationella och nationella kongresser med mera.
- Ett bra sätt att upprätthålla kvalitet på sin instruktörskompetens är att delta i utbildning och ibland vara observatör när en annan instruktör utbildar och att efteråt diskutera upplägg och innehåll.

## HLR-rådets nationella utbildningsregister

- I utbildningsregistret kan antal utbildade och instruktörer följas kontinuerligt.
- Godkända instruktörer registreras och erhåller ett register-id (instruktörsnummer).
- Registrering av all utbildning ska ske i registret. Grund-, repetition-, instruktörs- och huvudinstruktörsutbildning registreras.
- Instruktörer är registrerade i HLR-rådets utbildningsregister så länge de rapporterar in genomförd grundutbildning och repetition/träning. Om inga rapporter inkommer flyttas instruktören över från register med *aktiva* instruktörer till ett arkiv med *inaktiva* instruktörer, 5 år efter senaste rapporterade utbildning.
- Kompetensbevis för HLR-rådets instruktörer och huvudinstruktörer finns i HLR-rådets utbildningsregister. Varje instruktör/huvudinstruktör kan logga in till utbildningsregistret med hjälp av länk eller sitt register-id (instruktörsnummer) och skriva ut sitt eget instruktörs kompetensbevis.

## Svenska Hjärt-lungräddningsregistret. Nationellt kvalitetsregister för hjärtstopp på sjukhus och nationellt kvalitetsregister för hjärtstopp utanför sjukhus.

- I Svenska Hjärt-lungräddningsregistret, som är ett nationellt kvalitetsregister, registreras hjärtstopp som sker på och utanför sjukhus.
- Målet är att samtliga behandlade hjärtstopp skall registreras. I registren redovisas olika faktorer och hur dessa påverkar överlevnaden i samband med plötsligt hjärtstopp samt patientens egen upplevelse. Detta ger en möjlighet att ta fram nya riktlinjer för behandling i samband med plötsligt hjärtstopp. Rapporterad data ger en stor kunskapsbank som även är till nytta för forskning och kunskapsinhämtande. Läs mer om Svenska Hjärt-lungräddningsregistret på [www.hlr.nu](http://www.hlr.nu) där du även kan ladda ner årsrapporter.

## Sveriges hjärtstartarregister

Är ett nationellt register för Sveriges publika hjärtstartare som startades i december 2009 och drivs av HLR-rådet. Det huvudsakliga syftet med registret är att öka synligheten av hjärtstartare i Sverige och genom detta bidra till en ökad användning och därmed ökad överlevnad vid hjärtstopp utanför sjukhus. Genom Sveriges hjärtstartarregister ([www.hjartstartarregistret.se](http://www.hjartstartarregistret.se)) samlas information om de svenska hjärtstartarnas tillgänglighet på ett ställe och deras geografiska placering görs tillgänglig för allmänheten.

Sveriges hjärtstartarregisters syfte:

1. Informera allmänheten om placering av hjärtstartare
  - a. Öka medvetenheten i samhället om enkelheten och nyttan med hjärtstartare
2. Arbeta för en snabbare ut-larmning av hjärtstartare
  - a. Förse larmcentraler med information om hjärtstartares placering
  - b. Stötta ut-larmning av frivilliga livräddare i närheten av misstänkta hjärtstopp i att hämta närmaste hjärtstartare.
3. För vetenskapliga ändamål säkerställa och tillvarata data avseende hjärtstartarna, dess användning och betydelse. En registrering av en hjärtstartare i Hjärtstartarregistret är gratis, frivillig och innefattar inga krav. Många hjärtstartare i Sverige saknas dock fortfarande i registret. Hjälpt oss att hitta dessa osynliga hjärtstartare så att varje hjärtstartare görs synlig på kartan och därmed kan rädda fler liv.