Tillsammans räddar vi liv

HLR rådet

SVENSKA RÅDET FÖR HJÄRT- LUNGRÄDDNING

Fler liv kan räddas vid hjärtstopp

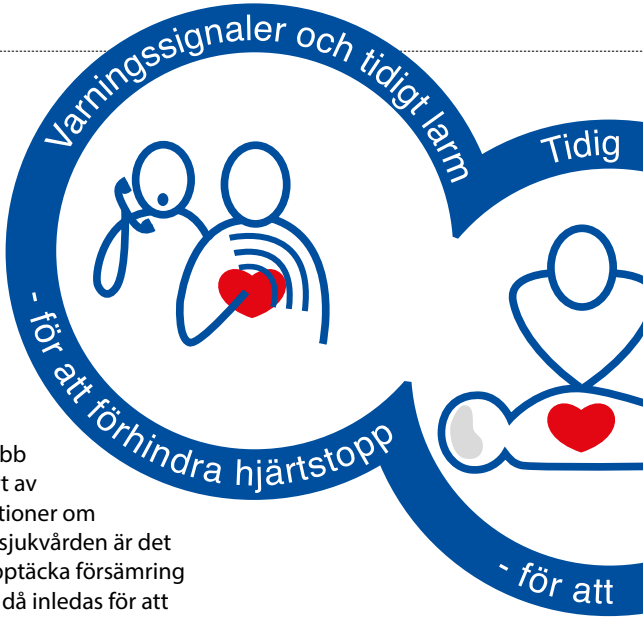
❤ Varje år drabbas cirka 6 000 personer i Sverige av plötsligt hjärtstopp utanför sjukhus, samt 2 500 på sjukhus. Majoriteten av dessa avlider. Ett hjärtstopp kan ske närsomhelst och drabba en familjemedlem, kollega eller okänd. Svenska Rådet för hjärt-lungräddning (HLR-rådet) verkar för att sprida kunskap om hjärt-lungräddning (HLR) och första hjälpen. Tillsammans kan vi rädda fler liv.

HLR-RÅDETS MÅL

- Alla medborgare ska kunna hjärt-lungräddning, använda en hjärtstartare, åtgärda ett luftvägsstopp och ge första hjälpen.
- År 2025 ska minst 1000 personer årligen räddas till livet vid hjärtstopp utanför sjukhus.
- År 2025 ska minst 1000 personer årligen räddas till livet vid hjärtstopp på sjukhus.

VARNINGSSIGNALER OCH TIDIGT LARM FÖR ATT FÖRHINDRA HJÄRTSTOPP

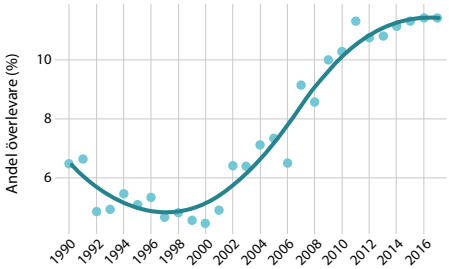
❤ Plötslig central bröstsmärta eller kraftig andnöd är tecken på hjärtinfarkt som kan leda till hjärtstopp. Tidig identifiering av hjärtstopp och larm till 112 är avgörande för snabb utlarmning av ambulans och start av HLR. Larmoperatören ger instruktioner om HLR i väntan på ambulans. Inom sjukvården är det viktigt att ha ett system för att upptäcka försämring hos patienterna. Behandling kan då inledas för att förebygga hjärtstopp. Larma via sjukhusets larmorganisation.



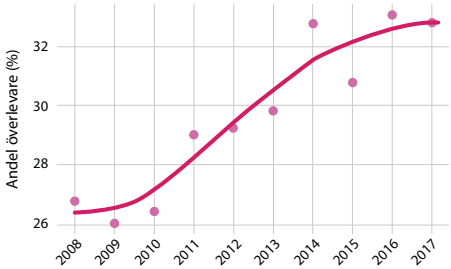
HLR-RÅDETS MÅL

- Alla ska kunna kontrollera medvetande och om personen andas normalt.
- Larma inom 1 minut från att personen hittas.

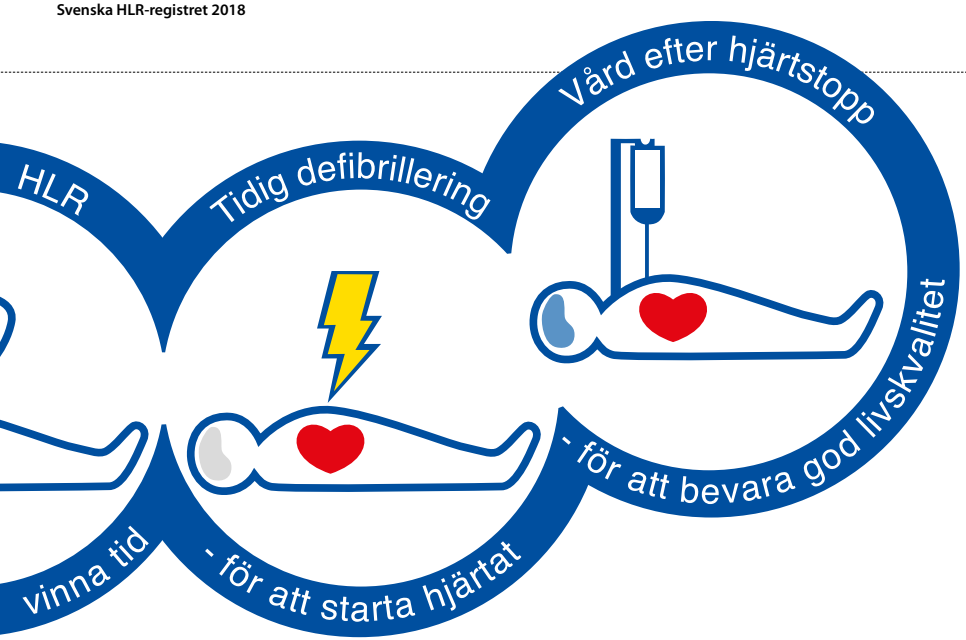
Hjärtstopp utanför sjukhus



Hjärtstopp på sjukhus



Svenska HLR-registret 2018



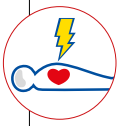
TIDIG HLR FÖR ATT VINNA TID

♥ Tidig HLR ökar överlevnaden 2-3 gånger i jämförelse med om ingen HLR startas före ambulansens ankomst.

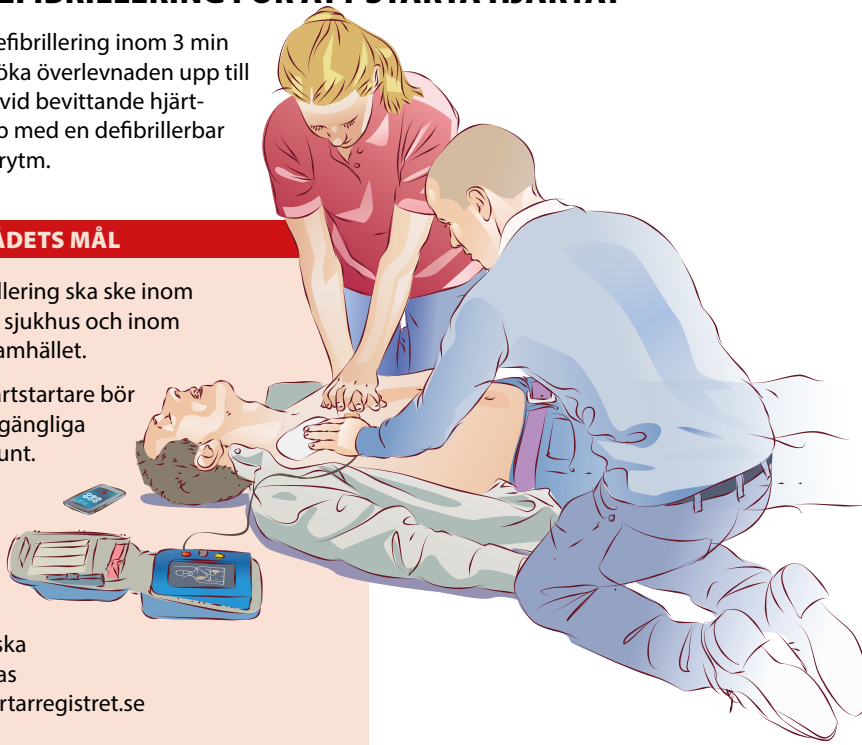
HLR-RÅDETS MÅL

- Starta HLR inom 1 minut.
- Att samutlamning sker av ambulans, räddningstjänst och/eller polis samt frivilliga livräddare vid hjärtstopp utanför sjukhus.

TIDIG DEFIBRILLERING FÖR ATT STARTA HJÄRTAT



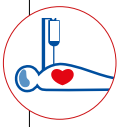
♥ Defibrillering inom 3 min kan öka överlevnaden upp till 70% vid bevittande hjärtstopp med en defibrillerbar hjärtrytm.



HLR-RÅDETS MÅL

- Defibrillering ska ske inom 3 min på sjukhus och inom 5 min i samhället.
- Alla hjärtstartare bör göras tillgängliga dygnet runt.
- Alla hjärtstartare utanför sjukhus ska registreras i hjartstartarregistret.se

VÅRD EFTER HJÄRTSTOPP FÖR ATT BEVARA GOD LIVSKVALITET



♥ Viktiga åtgärder i ambulans och på sjukhus är att övervaka patientens tillstånd, samt att diagnostisera och behandla orsaken till hjärtstoppet.

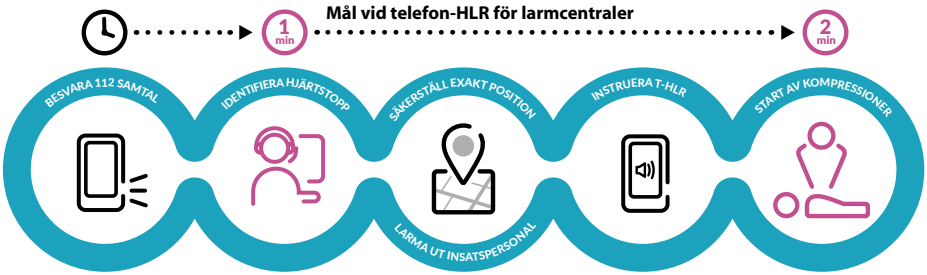
Foto: SHUTTERSTOCK

HLR-RÅDETS MÅL

- Möjlighet ska ges till avancerad vård och behandling efter hjärtstopp.
- Nationella riktlinjer för uppföljning av vård efter hjärtstopp ska följas.

10 steg för ökad överlevnad vid hjärtstopp

HLR-rådet verkar för att öka överlevnaden för personer som drabbas av plötsligt, oväntat hjärtstopp genom att utarbeta evidensbaserade riktlinjer och utbildningsprogram för optimalt omhändertagande vid hjärtstopp, sprida kunskap om hjärt-lungräddning i samhället och inom sjukvården samt stödja forskning inom området. Genom kvalitetshöjande åtgärder inspirerade av Global Resuscitation Alliance kan vi tillsammans nå målen.



1. EFFEKTIVA LARMSAMTAL

Precision i larmhanteringen är avgörande för att förkorta tid till identifiering av hjärtstopp, aktivera utlarmning av resurser samt starta telefon-assisterad HLR (T-HLR).

HLR-RÅDETS MÅL

Målet vid T-HLR är att tid från besvarat samtal till

- identifiering av hjärtstopp ska ske inom 1 minut.
- start av kompressioner ska ske inom 2 minuter.

2. HLR MED GOD KVALITET

Praktisk träning är viktigt för att utveckla kunskap och förtrogenhet. Genom att öva ofta och korta stunder förbättras kvaliteten på utförd HLR. Årlig teamträning är viktigt för effektivt samarbete.

HLR-RÅDETS MÅL

- Arbetsgivare ska skapa möjligheter för personal att regelbundet träna HLR.
- Använd utrustning för feedback vid all HLR träning för att öka kvaliteten.
- All HLR utbildning ska registreras i HLR-rådets utbildningsregister.

3. SNABBARE ANKOMST AV AMBULANSSJUKVÅRD VID HJÄRTSTOPP

❤ Vid hjärtstoppslarm är mediantiden 11 minuter från att ambulans larmas ut till ankomst hos patienten. Tid till avancerad medicinsk behandling måste förkortas.

HLR-RÅDETS MÅL

- Alla med misstänkt hjärtstopp ska nås av ambulanssjukvård inom 7 minuter i mediantid.

4. ÅTERKOPPLING FÖR ÖKAD KVALITET

❤ Konstruktiv återkoppling är en effektiv metod för att utveckla medarbetare och verksamheter.

HLR-RÅDETS MÅL

- Personal på larmcentralen ska regelbundet med stöd av en samtalsmall, erhålla återkoppling på hjärtstoppssamtal.
- Vårdpersonal rekommenderas att samla in och analysera data från defibrillator efter hjärtstoppsbehandling, för utvärdering av bröstkompressioner/ventilation, hjärtrytm, tid till strömstöt, uppehåll i behandling med mera.

5. UTALARMERING AV INSATSPERSONAL

❤ I cirka 34% av samtliga hjärtstopp utanför sjukhus är räddningstjänst och/eller polis framme före, eller samtidigt som ambulans. Tidig HLR och defibrillering före ambulansens ankomst skapar förutsättningar för att rädda fler liv.

HLR-RÅDETS MÅL

- Alla regioner i Sverige ska kunna larma ut räddningstjänst och/eller polis samtidigt som ambulans vid hjärtstopp utanför sjukhus.
- Förlarm ska ske till räddningstjänsten vid position av misstänkt hjärtstopp för att vinna tid.

6. UTALARMERING AV LIVRÄDDARE I SAMBAND MED HJÄRTSTOPP

❤ Frivilliga livräddare som larmas ut i händelse av hjärtstopp för att utföra HLR, ökar andelen bystander HLR i samhället och har potential att även öka överlevnaden.

HLR-RÅDET REKOMMENDERAR:

- HLR-rådet stöder införandet av ett nationellt livräddarsystem med frivilliga livräddare som larmas vid misstänkt hjärtstopp för att utföra HLR och vid behov defibrillera.

7. RAPPORTERA TILL SVENSKA HJÄRT-LUNGRÄDDNINGSREGISTRET

❤ Registrering i kvalitetsregistret bidrar till kunskap om hur vården fungerar och hur överlevnaden kan förbättras. Data från registret publiceras årligen on-line för nationella och regionala jämförelser.

HLR-RÅDETS MÅL

- Ambulanspersonal ska registrera alla hjärtstopp där HLR startas.
- Sjukvårdspersonal ska registrera alla hjärtstopp som sker på sjukhus där HLR startas.

8. OBLIGATORISK HLR OCH FÖRSTA HJÄLPEN UTBILDNING I SKOLAN

Foto: LAERDAL MEDICAL

❤ Om alla elever övar första hjälpen och HLR regelbundet kommer vi få en ökad grundkunskap i samhället i att hantera nödsituationer, vilket har potential att öka överlevnaden vid hjärtstopp. Lektionsplaneringar och rekommenderad utbildningsnivå för olika årskurser finns på www.hlr.nu.

HLR-RÅDETS MÅL

- Alla elever i grundskolan och gymnasiet ska ges årlig praktisk utbildning i första hjälpen och HLR.

9. MÄT OCH FÖRBÄTTRA

❤ För att utvärdera insatser vid hjärtstopp, behöver respektive organisation skapa mätbara mål som ska följas upp regelbundet. Uppsatta mål ska vara "SMART": Specifika, Mätbara, Accepterade av alla parter, Realistiska och Tidsbegränsade.

HLR-RÅDETS MÅL

- Mät och synliggör resultaten.

10. EN KULTUR FÖR STÄNDIG FÖRBÄTTRING

❤ Detta är kanske det svåraste steget att införa i en organisation. För att skapa en hållbar förbättringskultur krävs ett starkt ledarskap som sätter tydliga mål för verksamheten, ständigt pågående kvalitetsförbättringar med uppföljning, kontinuerlig träning och undervisning, samt medicinsk granskning av vidtagna åtgärder. Projekt inom HLR behöver inte vara storskaliga vetenskapliga studier, utan även småskaliga projekt är viktiga för att åstadkomma förändring.

HLR-RÅDETS MÅL

- HLR rådet rekommenderar att varje organisation som handlägger hjärtstopp granskar sin egen del i Kedjan som räddar liv och 10 steg för ökad överlevnad, för att fler liv ska kunna räddas vid hjärtstopp på och utanför sjukhus.

HLR rådet

SVENSKA RÅDET FÖR HJÄRT- LUNGRÄDDNING

SVERIGES HJÄRTSTARTARREGISTER

Kontaktuppgifter:
Svenska HLR-rådet
Box 5182
121 18 Johanneshov
hlr.nu