



# HLR i skolan

- Barn kan rädda liv

[anette.nord@hlr.nu](mailto:anette.nord@hlr.nu)

# PROGRAM

## Välkomna, Bakgrund

### Nya riktlinjer i HLR

Anette Nord, sjuksköterska/med.dr., HLR-rådet

### Nya riktlinjer i Första hjälpen

Andreas Claesson, sjuksköterska/docent, ordförande HLR-rådet

### Vad kan orsakerna vara till att hjärtat stannar hos ett barn?

Pontus Johansson, barnläkare, neonatolog

### Rekommenderad utbildningsnivå för olika årskurser

Anette Nord, sjuksköterska/med.dr., HLR-rådet

### HLR med god kvalitet

Thomas Hermansson, ambulanssjuksköterska, utbildningsansvarig HLR-rådet

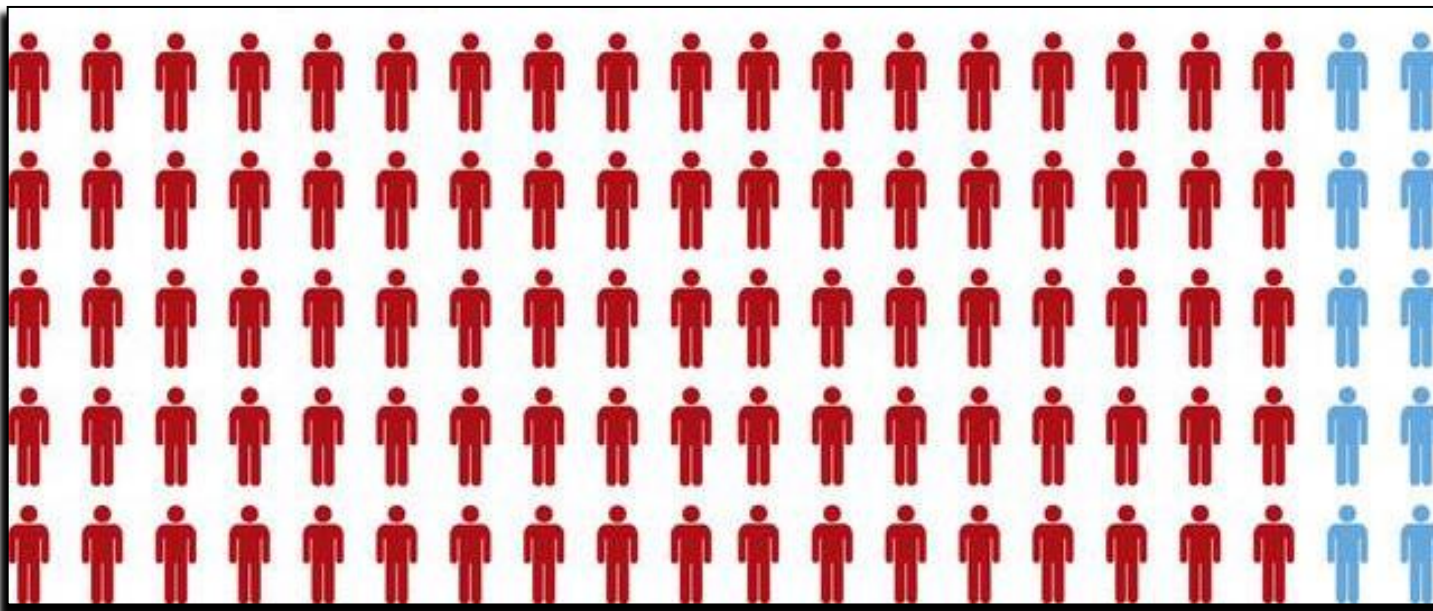
### Hjärtstartare och Hjärtstartarregistret

Ingela Hasselqvist-Ax, sjuksköterska/med.dr., HLR-rådet

# Svenska HLR-rådet

en nationell kunskaps- och utbildningsorganisation som verkar för att rädda liv vid plötsligt hjärtstopp, samt för spridning av utbildning i hjärt-lungräddning och första hjälpen.

# 10% överlever hjärtstopp utanför sjukhus



Svenska HLR-registret Årsrapport 2021

Varje minuts fördröjning till HLR minskar chansen för överlevnad med ca 10%

**Det var en tjej som blev medvetslös i simhallen och en av mina kompisar sprang och hämtade hjälp så jag gjorde hjärt-lungräddning och hon klarade sig**

**Jag gjorde HLR och ringde ambulansen. Om inte skolan hade lärt mig, vet jag inte vad jag skulle gjort, då kanske hon skulle ha dött**

**Min mamma har cancer, hon började krampa och det kom något ur hennes mungipa – jag kontrollerade andningen och larmade 112**

# NYA RIKTLINJER 2021

- vetenskap och beprövad erfarenhet

Från fråga till riktlinjer:

Definera ämnen

Utnämnskivgrupper

Bestäm omfattning

Konsultation

Identifiera bevis

Sammanfatning och rekommendationer

Konsultation

Publikation

### Hjärt-lungräddning vuxen

- Kontrollera medvetande och andning**  
Är du vaken? Andas normalt?
- Om medvetlös och ingen eller onormal andning  
Larma 112**
- Starta HLR  
30 bröstkompressioner och 2 inblåsningar**  
Hjälp är på väg, du hjälper mig mer!  
Behåll kontakt med larmoperatören tills ambulanspersonal tar över.
- Finns hjärtstartare, starta och följ råden**  
Om skrivare/motorn under pågående HLR  
Fortsätt HLR 30:2 tills personen vaknar eller ambulanspersonal tar över.

BARN: HLR barn: dubbla en hjärtklapp barer det oftast på ett fåtått knä knäat andas. Lärkådas som Lerna 112 och starta HLR 15:2. HLR starta HLR 30:2. Kompressioner på 4-6 cm djupa beroende på ålder. Sätt 100-120/min. Före tag-motorn, starta och följ råden.

Hjärt-lungräddning  
HLR rådet  
SVENSKA RÅDET FÖR HJÄRT-LUNGRÄDDNING

### Luftvägsstopp

- Andas, hostar eller talar**  
Uppmana att hosta, kontrollera andning
- Vid medvetande, kan inte andas, hosta eller talar**  
BARN UNDER 1 ÅR: Ge 5 ryggslag  
BARN ÖVER 1 ÅR: Ge 5 ryggslag  
Ge 5 brösttryck  
Dått ryggslag och brösttryck växelvis så långt bort som till öronskålen eller till barnet andas normalt. Titta i munnen och utesluta om ett föremål kommer upp.  
Ge 5 brösttryck  
Dått ryggslag och brösttryck växelvis så långt bort som till öronskålen eller till barnet andas normalt. Titta i munnen och utesluta om ett föremål kommer upp.  
Ge 5 brösttryck  
Dått ryggslag och brösttryck växelvis så långt bort som till öronskålen eller till barnet andas normalt. Titta i munnen och utesluta om ett föremål kommer upp.
- Medvetlös, ingen andning  
Larma 112, starta HLR**  
BARN: Ge 5 bröstkompressioner och starta HLR med omväxlande 15 bröstkompressioner och 2 inblåsningar. Titta i munnen och utesluta om ett föremål kommer upp.  
Behåll kontakt med larmoperatören. Fortsätt HLR tills personen andas normalt eller till ambulanspersonal tar över.

Hjärt-lungräddning  
HLR rådet  
SVENSKA RÅDET FÖR HJÄRT-LUNGRÄDDNING

### Hjärt-lungräddning barn

BARN 0-1 ÅR      BARN 1-10 ÅR

- Medvetlös?**  
Hjälp är på väg, du hjälper mig mer!  
Behåll kontakt med larmoperatören tills ambulanspersonal tar över.
- Ska ingen luft gå in?  
Andas normalt?**
- Engin eller onormal andning  
Ge 5 inblåsningar**  
Sätt i munnen ett avskalade om ett föremål kommer upp.
- Larma 112  
Allt vad behövs hjälp/aktiva**
- Starta HLR  
15 bröstkompressioner och 2 inblåsningar**  
Kompressioner på 1,7 cm bröstgropen höjd, 4-6 cm djupa beroende på ålder. Sätt 100-120/min.  
Fortsätt HLR 15:2 tills barnet vaknar eller ambulanspersonal tar över.

Finns hjärtstartare, starta och följ råden

VARNING: Om barnet är vaken och kan tala för vuxna (8-9 år) andas. När man dubbla en hjärtklapp barer det oftast på ett knä knäat andas. Lärkådas som Lerna 112 och starta HLR 15:2. HLR starta HLR 30:2. Kompressioner på 4-6 cm djupa beroende på ålder. Sätt 100-120/min. Före tag-motorn, starta och följ råden.

Hjärt-lungräddning  
HLR rådet  
SVENSKA RÅDET FÖR HJÄRT-LUNGRÄDDNING

# Hjärt-lungräddning vuxen

1

Är du vakna?



**Kontrollera medvetande och andning**

Andas normalt?



2

Om medvetslös och ingen eller onormal andning  
**Larma 112**

Aktivera telefonens högtalarfunktion

3

**Starta HLR**  
30 bröstkompressioner och 2 inblåsningar



Hjälp är på väg. Jag hjälper dig med HLR.

Behåll kontakten med larmoperatören tills ambulanspersonal tar över.



Kompressionsdjup 5-6 cm, takt 100-120/min. Blås in 1 sekund tills bröstkorgen höjs.

4

**Finns hjärtstartare, starta och följ råden**



Först klistra elektroderna under pågående HLR



**Fortsätt HLR 30:2 tills personen vaknar eller ambulanspersonal tar över**

**BARN** När barn drabbas av hjärstopp beror det oftast på att de inte kunnat andas. Livräddare som övat Barn-HLR ska ge 5 inblåsningar, larma 112 och starta HLR 15:2. Har du inte övat Barn-HLR starta HLR 30:2. Kompressionsdjup 1/3 av bröstorgans höjd, 4-6 cm djup beroende på ålder. Takt 100-120/min. Finns hjärtstartare, starta och följ råden. Fortsätt HLR.

## Vuxen-HLR

- ca 40% andas onormalt
- Aktivera högtalarfunktionen
- Hårt underlag om möjligt – annars tryck hårdare för att kompensera
- HLR 30:2 med god kvalitet, minimera avbrott
- Stabilt sidoläge övas i första hjälpen

# Hjärt-lungräddning barn

BARN 0-1 ÅR



1

Medvetslös?

BARN 1-18 ÅR



2

Skapa öppen luftväg  
Andas normalt?



3

Ingen eller normal andning  
Ge 5 inblåsningar  
Blås tills bröstkorgen höjs



4

Larma 112  
Aktivera telefonens högtalarfunktion

5

Starta HLR  
15 bröstkompressioner och 2 inblåsningar



Kompressionsdjup 1/3 av bröstkorgens höjd, 4-6 cm djup beroende på ålder. Takt 100-120/min.

Finns hjärtstartare, starta och följ råden

Fortsätt HLR 15:2 tills barnet vaknar eller ambulanspersonal tar över.

**VUXNA** Om barnet ser vuxen ut kan teknik för vuxen-HLR användas. När vuxna drabbas av hjärtstopp beror det ofta på livshotande rytmrubbningar i hjärtat. Om medvetslös och ingen eller normal andning, larma 112 och starta HLR 30:2. Kompressionsdjup 5-6 cm, takt 100-120/min. Finns hjärtstartare, starta och följ råden. Fortsätt HLR.

För att hitta närmaste hjärtstartare se  
hjärtstartarregistret.se

## Barn-HLR

- Ålder 0 - 18 år
- Aktivera högtalarfunktionen
- Utbildad i barn-HLR: 15:2
- Ej utbildad i barn-HLR: 30:2
- HLR med god kvalitet, minimera avbrott
- Anslut hjärtstartare om tillgängligt, får dock ej försena start av HLR



# Luftvägsstopp

1

Andas, hostar eller talar



Uppmana att hosta, kontrollera andning

2

Vid medvetande, kan inte andas, hosta eller tala

BARN UNDER 1 ÅR



Ge 5 ryggslag



Ge 5 brösttryck

Utför ryggslag och brösttryck växelvis så länge barnet är vid medvetande eller tills barnet andas normalt.

Titta i munnen vid misstanke om att föremålet kommit upp.

BARN ÖVER 1 ÅR / VUXNA



Ge 5 ryggslag



Ge 5 buktryck

Utför ryggslag och buktryck växelvis så länge personen är vid medvetande eller tills personen andas normalt.

3

Medvetslös, ingen andning

Larma 112, starta HLR

BARN

Ge 5 inblåsningar och starta HLR med omväxlande 15 bröstkompressioner och 2 inblåsningar.

Titta i munnen vid misstanke om att föremålet kommit upp.



Hjälp är på väg  
Jag hjälper dig  
med HLR

Behåll kontakten med larmoperatören.

Fortsätt HLR tills personen andas normalt eller tills ambulanspersonal tar över.

VUXNA

Starta HLR med omväxlande 30 bröstkompressioner och 2 inblåsningar. Titta i munnen vid misstanke om att föremålet kommit upp.

# Luftvägsstopp

- Förenklad teknik för buktryck
- Titta i munnen endast vid misstanke om att föremålet kommit upp
- Vetenskapliga bevis saknas för mekaniska hjälpmedels effektivitet vid luftvägsstopp