

HJÄRT-LUNGRÄDDNING VUXEN

RIKTLINJER 2026

1

Kontrollera medvetande



2

Medvetslös Larma 112



Öppna luftvägen och kontrollera andningen



3

Ingen eller onormal andning Starta HLR 30 bröstkompressioner och 2 inblåsningar



Kompressionsdjup 5-6 cm,
takt 100-120/min.

Blås in 1 sekund tills
bröstkorgen höjer sig.
Minimera avbrott.

4

När hjärtstartare finns, starta och följ råden



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

BARN När barn drabbas av hjärtstopp beror det oftast på att de inte kunnat andas. Om barnet är medvetslöst, larma 112. Vid ingen eller onormal andning, ge 5 inblåsningar. Har du övat Barn-HLR starta HLR 15:2, annars HLR 30:2. Kompressionsdjup 1/3 av bröstkorgens höjd, max 6 cm. Takt 100-120/min. När hjärtstartare finns, starta och följ råden. Fortsätt HLR tills barnet vaknar eller ambulanspersonal tar över.



Skanna QR-koden
för att komma till
Hjärtstartarregistret

HLR  rådet
SVENSKA RÅDET FÖR HJÄRT- LUNGRÄDDNING

490-60402 Rev F
Beställs från: www.hlr.nu
© Svenska rådet för hjärt-lungräddning, 2026
© Illustrationer och översigt, Läroplan 2026
ISBN 978-82-8276-348-6