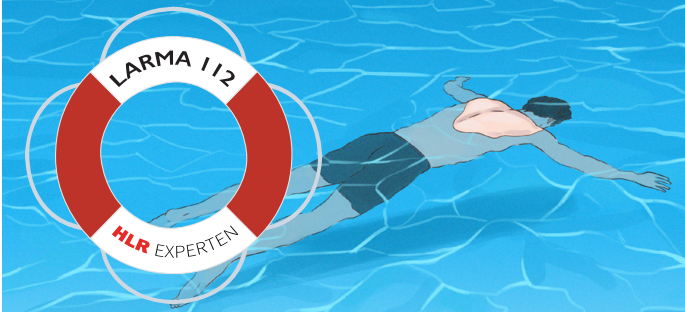


# HLR VID DRUNKNING

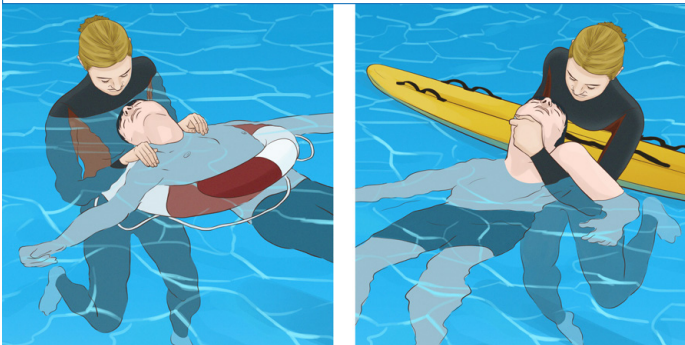
## 1 > Påbörja livräddning – be någon larma 112

Stanna kvar på land om möjlighet finns och använd en förlängd arm tex. en livboj, gren eller handduk för att nå den drabbade.



## 2 > Kontrollera medvetande och andning

Tänk på din säkerhet, använd en livboj eller annat flythjälpmedel



## 3 > Medvetslös med ingen/onormal andning

Skapa fri luftväg och ge 10 inblåsningar direkt i vattnet. Blås med högre tryck än normalt tills bröstkorgen höjer sig.



Grunt vatten utan livboj

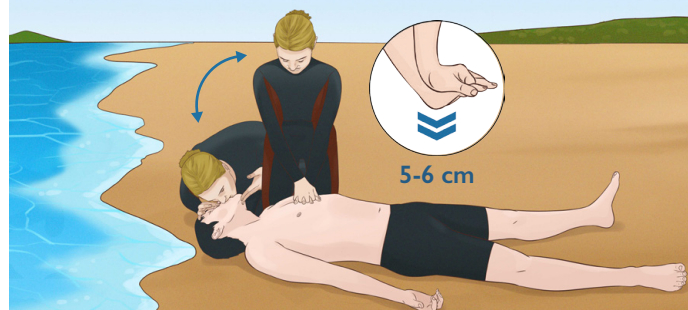


Djupt vatten med livboj

Fortsätt med inblåsningar i vattnet om hjälp är i omedelbar närhet, annars rädda till land. Inblåsningar på djupt vatten bör ges av tränade livräddare med livboj eller annat flythjälpmedel.

## 4 > Starta hjärt- och lungräddning på land

Börja med 5 inblåsningar, starta därefter HLR 30:2. Blås med högre tryck än normalt tills bröstkorgen höjer sig.



Fortsätt med HLR tills personen andas normalt eller tills ambulanspersonalen tar över. Tryck 100-120 gånger/minut.

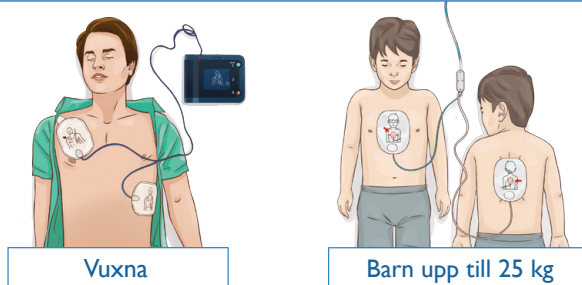
## 5 > Använd hjärtstartare om sådan finns

Starta och fäst elektroderna under pågående HLR och följ hjärtstartarens instruktioner. Torka bröstkorgen torr innan applicering. Det går bra att personen ligger på fuktigt underlag.



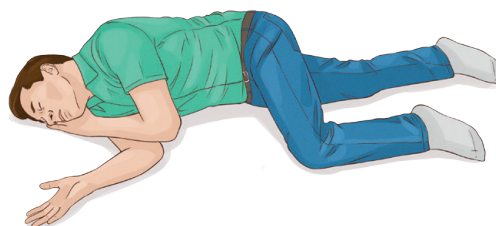
Byt av varandra under analysen som sker varannan minut och fortsätt med HLR oavsett om ni har fått ge en strömstöt eller ej.

## Elektrodplicering på vuxna respektive barn



## Vid normal andning – stabilt sidoläge

Förhindra nedkylning och fortsätt kontrollera andningen



Lär dig rädda liv! Besök [www.hlr-experten.se](http://www.hlr-experten.se)

Där hittar du gratis affischer, böcker och artiklar gällande hjärt- och lungräddning. Utbilda er personal i HLR, vi har kompetenta instruktörer med verklig erfarenhet. Lär dig vad du ska göra när någon sätter i halsen, drunknar eller får hjärtstopp.