

# **H L R**

## **Hjerte Lunge redning**

*Øvelse*



## En person falder om i din nærhed.

<b>Overblik</b>
<b>Kald på personen</b>
<b>Gå hen til personen</b> <b>Rusk i personen og kald på personen</b>
<b>HVIS ingen reaktion</b> <b>Råb på hjælp</b>
<b>Kontroller vejrtrækning</b> <b>Skab frie luftveje</b> <b>Bøj hovedet bagover til du møder modstand</b> <b>Kontroller mund og svælg – rens om nødvendigt</b> <b>Se, lyt og føl om der er vejstrækning</b>
<b>Der er vejrtrækning</b> <b>Placer personen i stabilt sideleje</b>
<b>Der er IKKE vejrtrækning</b> <b>Fortsæt med Hjerte-Lunge-Redning</b>

<b>HLR</b>
<b>Du har konstateret der IKKE er vejrtrækning</b> <b>Du ringet 1-1-2</b>
<b>Fjern beklædning fra brystkassen</b>
<b>30 brystkompressioner</b> <b>100/min.</b> <b>1/3 dybde</b>
<b>2 kunstig åndedræt</b>
<b>Gentag brystkompressioner+kunstig åndedræt til personen kommer til bevidsthed.</b>

Øvelsen gentages i 2 min. hvorefter der skiftes med makker.