

Sådan starter du et hjerte igen



- 1 Er personen ved bevidsthed?**
Rusk forsigtigt – spørg højt:
"Er du okay?" Skab en fri luftvej og
undersøg for normal vejrtrækning.



- 2 Ring 1-1-2**
Vagtcentralen guider dig gennem
hele forløbet. Så du er aldrig alene.



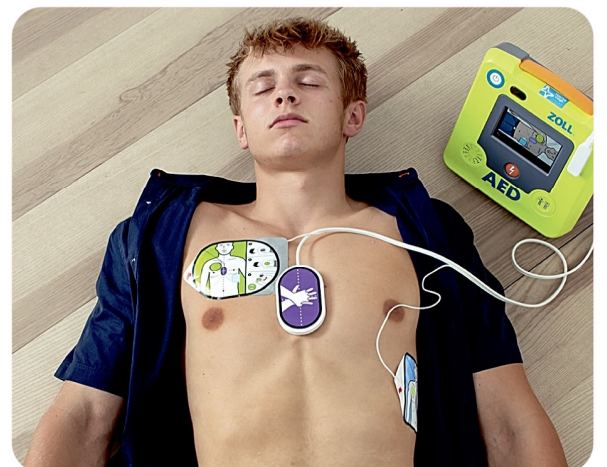
- 3 Giv hjertelungeredning**
Tryk hårdt i en fast, hurtig rytme.
Giv 30 tryk, så 2 indblæsninger.
Gentag.



- 4 Hent en hjertestarter**
Vagtcentralen fortæller dig, hvor
den nærmeste hjertestarter er
eller, at der er hjerteløber på vej.



- 5 Tænd hjertestarteren**
Og følg den vejledning, den giver.



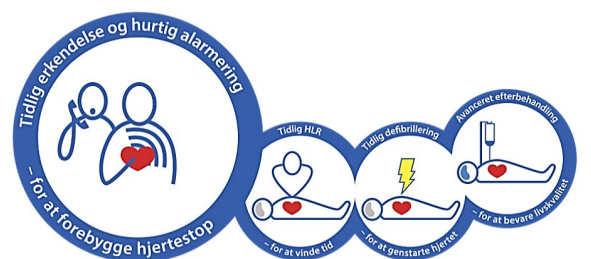
- 6 Placer elektroderne**
Hjertestarterens elektroder placeres
på personens bare brystkasse.



- 7 Hold afstand, mens der stødes**
Hold afstand under analyse og
ved stød.



- 8 Fortsæt hjertelungeredning**
Følg hjertestarterens instrukser og
fortsæt hjertelungeredningen til
professionel hjælp er fremme.



Tak fordi du træder til

Du er et vigtigt første led i
overlevelseskæden. For hvert minut
tæller, når nogen får hjertestop.

3 ting du kan gøre lige nu



**Sæt hjertestarteren udenfor
i et opvarmet skab og
registrér den**
Se hvordan på hjertestarter.dk



**Tjek om hjertestarteren
er klar til brug**
Se efter grønt flueben/grønt
blink/"OK" i klar til brug
indikatoren.



Meld dig som hjerteløber
Se hvordan du kan løbe for en
andens liv på hjerteløber.dk